



青山病院 『ふれあいニュース』

2025 . 3

3月号

膠原病・リウマチ内科のご紹介

青山病院 膠原病・リウマチ内科を担当しております藤田雄也と申します。当院では大阪公立大学膠原病・リウマチ内科学の協力により、2024年4月より膠原病・リウマチ内科の診療が毎週水曜日の午後に行われました。前任の藤澤雄平先生から診療を引き継ぎまして、2025年1月より私が担当しております。どうぞよろしくお願ひ致します。

関節リウマチとはどんな病気？

今回は関節リウマチについて解説していきます。関節リウマチは体中の関節が腫れて痛くなり、徐々に変形していく病気です。原因は、残念ながら解明されていません。一般的にお年寄りの病気と思われがちですが、実は平均40歳代の女性に発症することが多い若い人の病気です。日本国内に約70万人の患者様がいらっしゃると考えられています。子育てをしながら家事仕事に忙しい頃に発症しますので、関節リウマチになった女性にとっては大変です。医療費のことでも患者さんには経済的にも精神的にも負担になります。長年にわたって全身の関節が痛み、変形し、徐々に普段の生活の能力(日常生活能力)が悪くなり、膝や股関節が悪くなると歩くこと(歩行能力、移動能力)も困難になります。

関節リウマチの治療は？

メトトレキサート、生物学的製剤などの新しい抗リウマチ薬が登場し関節リウマチの治療はめまぐるしく変化しました。関節リウマチになって早期の患者さんでは、関節の破壊を予防することができるようになります。治療の目的は症状を和らげるだけでなく病気を治すこと(寛解)になりました。もし関節の破壊が進んでいても、今後病気が進行しないことを治療の目標とすることができます。以前とは治療方法、治療の目的が劇的に変わったのです。ですから関節リウマチと新たに診断されても正しく治療を受ければ心配はありません。

関節リウマチで最も重要な薬剤はメトトレキサートであり、最も多くの患者で使用されています。メトトレキサートで治療困難な場合は、他の抗リウマチ薬を追加するか生物学的製剤、JAK阻害薬を使用します。

関節リウマチで重要なことは？

関節リウマチでは、診断が遅れたり、治療が不十分になったりすると、関節の軟骨や骨が傷んでしまい、元に戻すことができなくなります。また、図1に示すように、関節リウマチは発症早期に関節破壊が進行しやすいため、適切なタイミングでの診断・治療が重要です。

当院ではリウマチ専門医による検査・治療を受けることができますし、生物学的製剤・JAK阻害薬といった治療を行うことも可能です。また、大阪公立大学膠原病・リウマチ内科とも連携しておりますので、安心して治療に臨んで頂くことが可能です。



生活の質、人生の質(QOL)が低下します。患者さんご自身はもちろんのこと、ご家族みんなが色々な意味で大変です。関節の痛みが強くなると、人工関節などの手術が必要で、関節リウマチの治療がうまくいかないと、肺炎、骨粗しょう症などの病気になりやすくなり寿命も短くなってしまいます。最近までは有効な治療方法がなく、上手に病気と付き合っていたのが治療の中心でした。

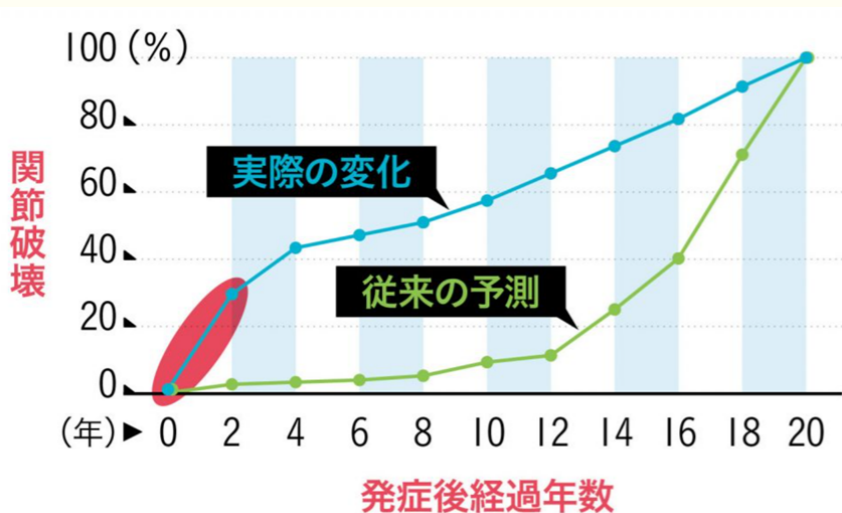
表1 関節リウマチを疑う症状5選

- ①朝のこわばり
朝にこわばり、日中は徐々に軽快します。
- ②小関節(手や足)の痛みや腫れ
小さな関節から発症することが多いです。
- ③大関節(膝・肩・股関節)などの痛みや腫れ
高齢発症の患者さんでは大きな関節で発症することがあります。
- ④関節の変形・破壊
ボタン穴変形、スワンネック変形、外反母趾など特徴的な変形を来します。
- ⑤全身症状
炎症が強い患者さんでは、発熱・貧血・倦怠感・食欲不振などを来します。

「私、関節リウマチじゃないか心配です」という方がいらっしゃたら、お気軽にご相談頂ければ幸いです。また、この広報誌をご覧になって当科の受診を希望される場合には、当面の間は紹介状をお持ちになっていなくても、水曜日の午後に診療を行うことが可能です。友達に関節が痛い方がおられましたら、ぜひ当院に膠原病・リウマチ内科があることを伝えてあげてください。どうぞ、宜しくお願ひ致します。

文責 膠原病・リウマチ内科 藤田雄也

図1. 関節リウマチの治療機会の窓



① 带状疱疹ワクチンが定期接種に

带状疱疹のワクチンが令和7年4月から定期接種になります。そのため費用の一部は公費負担されます（残念ながら、現時点では公費負担の額は不明です）。

対象は65歳で、最初の5年間は66歳以上も対象になります（70歳、75歳、80歳……と5歳刻み。101歳以上は今年に限り全員対象）。带状疱疹は水疱瘡に罹る子供の減少や高齢化のために日本も含め世界的に患者数が増えています。

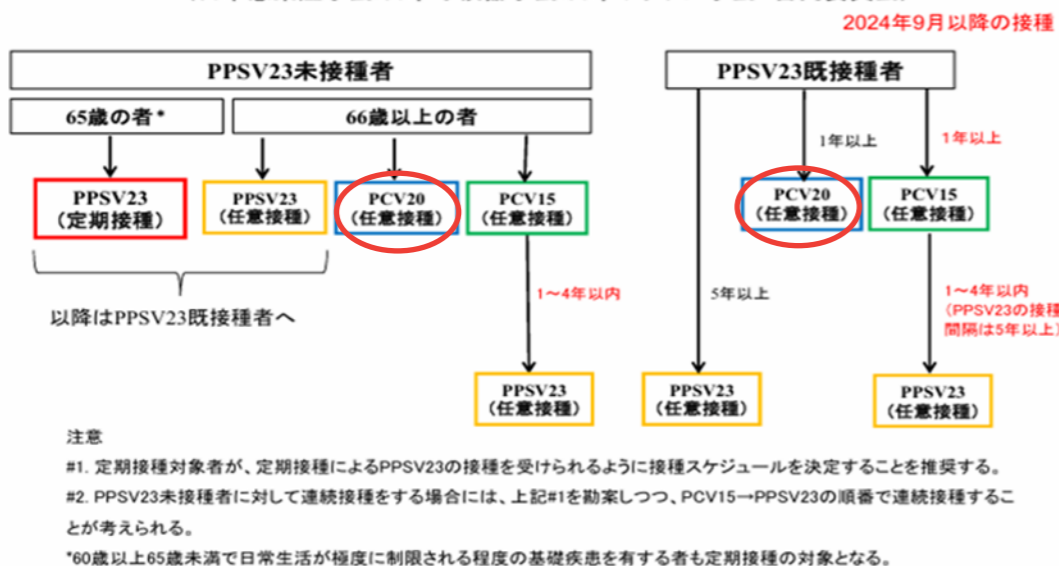
※带状疱疹は水痘・带状疱疹ウイルスの感染によって起こります。最初の感染で水ぼうそう（水痘）が起こり、それが治った後も水痘带状疱疹ウイルスは神経に潜んでいます。高齢化などで免疫力が低下すると潜んでいたウイルスが再活性化することで带状疱疹が起こります。その症状は体の一部にびりびりとした痛みや違和感、痒みが出て、その後同じ場所に赤みや水ぶくれができてきます。3週間程度で皮膚の症状は治まってきます。高齢者の3人に1人は带状疱疹になると言われています。また、痛みが消えない状態になることがあり、これを带状疱疹後神経痛といえます。50歳以上で発症した方の20%が3ヶ月以上続く带状疱疹後神経痛となります。

勿論、带状疱疹の発症リスクを早く抑えたい、なるべくワクチンを早く打ちたいという方は、定期接種化される前でもワクチン接種を行ってもよいと思います。

② 肺炎球菌ワクチン

新しいワクチンがお勧めです。2024年9月成人のワクチン接種の考え方がPCV20の認可で新しくなりました。

図. 65歳以上の成人に対する肺炎球菌ワクチン接種の考え方(2024年9月)
(日本感染症学会/日本呼吸器学会/日本ワクチン学会 合同委員会)



带状疱疹の発症予防や带状疱疹後神経痛予防のワクチンは左の表のように2種類あります。青山病院健診センターでは带状疱疹発症予防効果や神経痛抑制効果が高く、効果が10年持続するシングリックスをお勧めしています。かかりにくくなり、身体機能低下や重症化を防ぐことが期待できます。

製品名	乾燥弱毒生 水痘ワクチン「ピケン」	带状疱疹ワクチン 「シングリックス®」 筋注用
種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回(皮下注射)	2回(筋肉注射)
带状疱疹発症抑制効果	51.3% ¹⁾	50歳以上：97.2% ²⁾ 70歳以上：89.8% ²⁾
神経痛抑制効果	66.5% ¹⁾	50歳以上：100% ³⁾ 70歳以上：85.5% ³⁾
効果持続	5年程度で効果減弱	9年以上
料金	8000円	22000円/回 (2回接種で44000円)
有害事象	1-3% (局所反応、発熱、水痘様発疹など)	10-40% (発熱、局所反応、筋肉痛、倦怠感など)

1) Oxman MN, et al. N Engl J Med. 2005; 352(22): 2271-2284.
2) Lai H, et al. N Engl J Med. 372(22), 2087-2096, 2015.
3) Cunningham AL, et al. N Engl J Med. 375(11), 1019-1032, 2016.



成人・小児共に最も有効かつエビデンスがある肺炎球菌ワクチンは「プレベナー20®水性懸濁注」(PCV20)で、国際的には、肺炎球菌感染症のリスクが高い成人については、基本的にPCV20が推奨されています。PCV20は昨年10月1日から日本でも成人用に使用可能になりました。今までのニューモバックスNPの効果持続期間は短く、約5年毎の追加接種が必要でした。しかし、PCV20は肺炎予防効果が強く、効果も長く持続されると推定されます。1回の接種で終了し、追加接種は不要ですのでお勧めです。

肺炎は、65歳を超えると、また基礎疾患を有する方(慢性の腎・心・肺疾患、糖尿病、癌など)では罹患しやすくなります。肺炎の原因微生物の中で頻度が高く、重症化するのには肺炎球菌です。肺炎は治癒しても身体機能低下や認知機能の低下を起こし、また次の肺炎を引き起こします。肺炎球菌ワクチンを接種することで、肺炎にかかりにくくなり、身体機能低下や重症化を防ぐことが期待できます。

文責 健診センター長 北江 秀博

