



ご自由にお持ちください

2025(令和7)年3月発行

vol.30

# 健康ライフさかい



## ● 特集 関節リウマチを 知っていますか？

- ご存じですか？  
胃アニサキス症  
増え続ける梅毒
- 健康Q&A  
鼻からのインフルエンザワクチン  
堺市の乳がん検診

堺市医師会が  
お届けする  
情報誌

堺市医師会 WEBサイト  
<http://www.sakai-med.jp/>



# 特集

第31回

## 関節リウマチを 知っていますか？



永山リウマチ整形外科  
院長 永山 芳大  
(リウマチ専門医)

「朝起きると手がこわばって動かしにくい」「関節が痛くて家事や仕事がつらい」そんな症状に悩んでいませんか？もしかしたら、それは関節リウマチかもしれません。

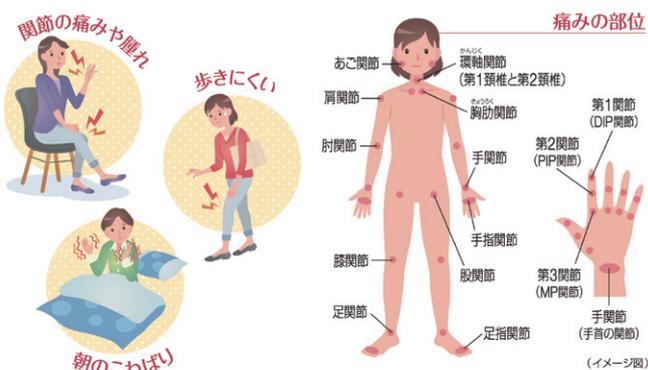
関節リウマチは、早期に適切な治療を受ければ症状をコントロールできる病気です。今回は、関節リウマチについて、その原因や症状、治療法をわかりやすくご紹介します。

### 1 関節リウマチとは？

関節リウマチは、自己免疫疾患の一つです。「自己免疫疾患」とは、本来外敵から身体を守る免疫が、自分自身の細胞や組織を攻撃してしまう病気を指します。

手・足の指や、膝、肘、肩など全身の様々な関節にある滑膜という組織が主に攻撃の対象となり、炎症を引き起こします。これが進行すると、関節の破壊や変形が進み、日常生活に支障をきたすことがあります。

#### 図1 関節リウマチとは

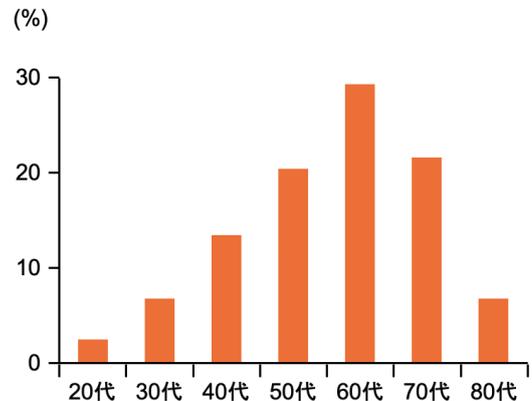


「関節リウマチのことをもっと知りたい患者さんへ」監修：近畿大学病院 リウマチセンター 野崎祐史先生

本邦の関節リウマチ患者数は82.5万人と推定されており、男女比は1:3.2と女性に多く、40歳代以降での発症が多いです。最近では高齢で発症する方も増え

ており、高齢発症者では男女比が1:2~3と男女差が小さくなります。

#### 図2 リウマチと診断された年齢 (2012-2013年発症)



### 2 どんな症状が出るの？

関節リウマチの初期症状には、次のようなものがあります。

- ・朝のこわばり：朝起きたときに手の指がこわばり、動かしにくい状態が30分以上続きます。
- ・関節の腫れと痛み：特に手や足の小さな関節に炎症が起こり、腫れたり痛みを感じたりします。膝、肘、肩など大きな関節に炎症が起こる場合もあります。
- ・疲れやすさ：全身の倦怠感や疲れを感じるが多くなります。
- ・体温の上昇：微熱が続くことがあります。

### 3 関節リウマチの原因は？

関節リウマチの正確な原因はまだ解明されていませんが、以下のような要因が関与していると考えられています。