

# ふじた FUJITA

ご自由にお持ちください

## No. 70

**特集** リウマチ・膠原病について知ろう！  
病気の理解と早期発見のポイント  
代表的な膠原病  
関節リウマチを乗り越えるための治療法  
リウマチ・膠原病内科の紹介  
母性内科外来ははじめました  
FUJITA News

特集

## リウマチ・膠原病について知ろう！ 病気の理解と早期発見のポイント



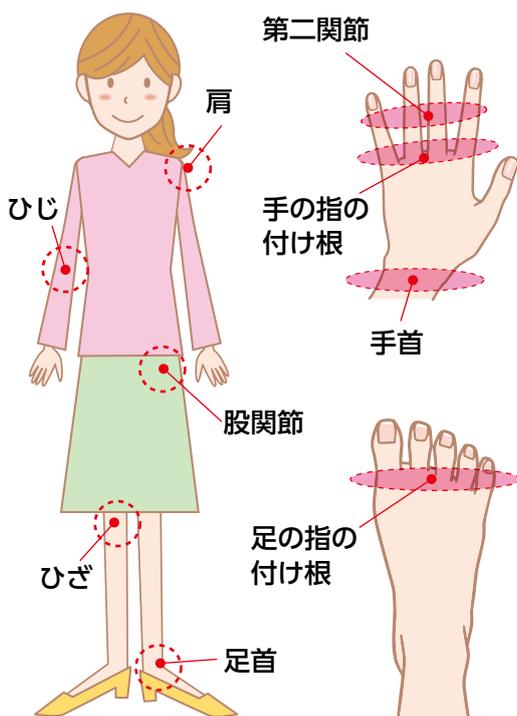
左から高瀬先生、伊藤先生、安岡教授、伊藤先生

「膠原病」とは、1つの疾患の名前ではなく、皮膚や関節、全身の臓器などに広く炎症が起こる病気のグループの名前です。膠原病の中で一番患者さんの数が多い有名な疾患が関節リウマチですが、その他にも様々な疾患が含まれます。古典的には、関節リウマチの他に、全身性エリテマトーデス(SLE)、全身性強皮症、皮膚筋炎/多発性筋炎、結節性多発動脈炎、リウマチ熱の6つの疾患が膠原病と定められていましたが、医学の進歩によりリウマチ熱は細菌に対するアレルギーであることがわかったため、膠原病から外れることになりました。現在では上記の他に、混合性結合組織病(MCTD)、シェーグレン症候群、血管炎症候群(ANCA関連血管炎、高安病、巨細胞性動脈炎など)、リウマチ性多発筋痛症、成人ステイロ病、ベーチェット病など、様々な疾患が膠原病やその類縁疾患として扱われています。

膠原病やその類縁疾患が発症する本当の理由についてはまだまだ不明な点が多いのですが、自分の免疫が自分を攻撃して炎症を起こしてしまうことで全身の様々な臓器に障害を起こしてしまうと考えられています。

# 代表的な膠原病

関節リウマチを知っていますか？



関節リウマチは、関節の滑膜という薄い膜に対して自分の免疫が炎症を起こし、関節の痛みや腫れが生じる疾患です。滑膜の炎症が続くと、軟骨や骨が溶かされ、最終的に関節が破壊される(変形する)可能性があるので、早期発見・早期治療が重要です。

手足の指や手首などの小さな関節に炎症が起こることが多いですが、肩や膝などの大きな関節に痛みが生じる人もいます。女性に多いですが、約4分の1は男性の患者さんです。40～60歳

代での発症が多いですが、最近では高齢発症の患者さんも増えています。皮膚や眼、肺など、関節以外の臓器に炎症を起こすこともあります。

血液検査ではリウマチ因子や抗CCP抗体という自己抗体が陽性になることが多いですが、関節リウマチ患者さんの約3割の人はこれらの自己抗体が陰性となるため、診断が難しいことがあります。関節の腫れや痛み、血液検査、X線写真やエコーなどの画像診断を組み合わせて診断をします。

## 関節リウマチの初期症状

関節リウマチの主な症状は、関節の痛みや腫れ、朝のこわばりです。

関節の症状は指の第二関節や指の付け根などに生じやすく、左右対称に現れることが多いです。手指の第一関節に起こるとは稀で、その場合は変形性関節症などを疑います。症状は、朝起きてすぐ動かしただけなど、動かし始めに一番症状が強く、動かしていると痛みやこわばりが和らぐことが特徴です。関節以外に、熱やだるさなどの全身症状が出ることもあります。



関節リウマチ：変形が進行した手

## 受診を希望される方へ

当科では十分な診療時間を確保するため完全予約制としております。当科を初めて受診を希望される際には、かかりつけの先生よりご紹介いただき、外来の予約をお取りいただくようお願いいたします。



## 一緒に治療を頑張りましょう！

「関節リウマチや膠原病かも」と今不安に感じていることと思います。難しい病気ではありますが、今困りの症状は治療によって改善できるかもしれません。まずはご相談いただき、一緒に解決を目指していきましょう。

教えてくれたのは

リウマチ・膠原病内科  
梅田 愛 先生

# 関節リウマチを乗り越えるための治療法



## 関節リウマチになる原因を教えてください。

残念ながら関節リウマチになる本当の原因についてはまだ解明されていません。ただし、これまでの様々な研究から、生まれ持った遺伝的な要因(体質)と、喫煙などの生活習慣や歯周病などの感染症などといった後天的な環境の要因が複合的に関わって発症していると考えられています。

関節リウマチかもと思っただら、まずはかかりつけの先生に相談していただくか、整形外科やリウマチ科、膠原病内科などを受診してみてください。

## 関節リウマチの治療について教えてください。

関節リウマチ治療には、薬物療法、リハビリテーション、手術療法があります。当科では内科として主に薬物療法を行なっています。関節リウマチの薬物治療の目標は、痛みや腫れなどの症状がほとんどなくなり、病気の活動性をコントロールできている寛解という状態を目指すことです。

治療には免疫異常を改善する作用を持つ抗リウマチ薬を用います。抗リウマチ薬の補助療法として、痛みや炎症を軽減する副腎皮質ステロイド剤や非ステロイド系抗炎症薬を併用することもあります。新しい抗リウマチ薬として、炎症に関わる特定の物質を抑えるような生物学的製剤やJAK阻害剤などの治療も増えてきており、より高い治療効果が期待できます。

## \\ 早期発見！ 関節リウマチのサイン \\

### 関節リウマチの初期症状☑️チェックリスト

- 朝起きてから手のこわばりが30分以上続く
- 手足の関節にこわばりや腫れがある
- 痛みのある関節が3か所以上ある
- 関節の腫れや痛みが左右対称にある
- ペットボトルのふたが開けにくい
- 蛇口やドアノブをひねる動作がしにくい
- ボタンのかけはずしがしにくい
- 靴紐やリボンを結びにくい



# リウマチ・膠原病内科の紹介



当科は1983年に中部地区で初めて膠原病を専門とする教室として開設され、以降40年にわたりこの地域における膠原病診療に携わってきました。近年、生物学的製剤やJAK阻害薬に代表される分子標的医薬の進歩や、既存の免疫抑制薬や副腎皮質ステロイドなどの投与方法の工夫により、膠原病患者さんの予後は改善してきていま

す。当科でも世界標準的な治療を実践しながら、患者さん毎に最適な医療を提供しています。一方で膠原病には未知な領域が多々あり、新たな治療法の確立や早期からの検出・診断法の開発に向けて注力しています。また、安心・安全な医療提供のため、院内の種々の専門科や、地域の医療機関とも密な連携を図っています。

## 2023年度 男女若手共同参画奨励賞を受賞しました！

関節リウマチや膠原病は女性に多い疾患であることから、当科における女性医師のニーズは比較的高い傾向にあります。当科は活気ある女性医師8名が在籍しており

ます。これからも医局員全員が協力して女性医師を支援しつつ、患者さんにより良い医療を提供していきたいと考えております。



治療も妊娠も叶えるために

# 母性内科外来はじめました

当院または関連病院\*1、地域のクリニックに通院する関節リウマチや膠原病の患者さんで、これから妊娠・出産を希望する方、妊娠中や授乳中に問題のある方、不妊症などを対象にした東海エリア初の専門外来です。

治療や投薬による赤ちゃんへの影響、妊娠中の生活、出産・育児・仕事への不安や疑問など「どこに相談したらいいの?。」といった悩みを解消して、安心して赤ちゃんを迎えてもらえたら。

そんな思いでお一人おひとりの疾患と治療薬の影響を考慮し、妊娠までのケア、治療内容のご提案や不妊に対する相談、産婦人科への依頼等を行います。

現時点ではリウマチ・膠原病と診断された患者さん（リウマチ・膠原病内科）のみですが、今後は、他診療科でも設立を検討しています。

## 妊娠前から出産後までの疾患コントロールに必要な治療方針



※1) 関連病院とは、ばんだね病院、七栗記念病院、岡崎医療センターです。

※2) 禁忌薬(さんぎやく)とは、ある病気の人、ある種の薬を飲んでる人、あるいは妊娠中の女性に使用できない場合がある薬のことで

## 母性内科外来Q&A

Q: 保険対象になるの?

A: 当科母性内科外来はリウマチ・膠原病の疾患があれば、通常の保険で受診可能です(膠原病などでの特定医療費受給者証も使用可能です)。

Q: 疾患が赤ちゃんに遺伝するの?

A: 関節リウマチや膠原病は、疾患のなりやすさに遺伝や環境要因が関わることが知られています。しかし決まった確率で発病する遺伝性疾患ではないことから、必ずしも遺伝するわけではありません。

Q: リウマチ・膠原病の治療中ですが、妊娠を希望しているため今の薬をやめて良いですか?

A: いいえ。ご自身の判断での断薬は絶対にしないでください。主治医の先生と相談の上治療が難しい場合は、母性内科外来と産婦人科が連携して治療と妊娠を両立できるようサポートします。

Q: 妊娠中にリウマチ・膠原病の症状が出ると赤ちゃんに影響しますか?

A: 疾患の悪化により妊娠転機に変化が生じることがあるため、妊娠前・妊娠中は適切な疾患コントロールが重要です。母性内科外来では疾患の安定を維持しながらでの妊娠・出産を目標としています。

■ 診療日時: 火・金曜日/14:00~15:00

※祝日および年末年始休みは病院に準じます

ご予約に関しましては、地域の「かかりつけ医」の先生とご相談し「かかりつけ医」の先生よりお申込みください。患者さんからのご予約のお申込みは、受付けてごさいません。予めご了承くださいませようお願い申し上げます。(藤田医科大学病院に通院中の患者さんは主治医にご相談ください)



リウマチ・膠原病内科 橋本 貴子先生

母性内科外来では疾患や薬のことだけでなく、より健康的な生活習慣を身につけ、元氣な赤ちゃんを授かるチャンスを増やすことを目標にしています。妊娠前の全ての若い世代の患者さんが対象ですので、受診をお待ちしております。

受診を希望される患者さんへ

第 05 回



STAFF 紹介  
ALL FUJITA



医療連携福祉相談部  
地域連携室  
江間 好彦さん  
(勤続5年)

地域連携室は、地域の「かかりつけ医」である先生と連携し、当院の受診を希望する患者さんにスムーズなご受診を実現するため準備調整する役割を担っています。当院の医師は「かかりつけ医」と連携し、ご受診前に患者さんの病状や治療歴といった内容を把握し、安心してご受診いただける環境を準備しています。地域連携室はこれらに必要な「地域からの紹介受診」に関する支援を主な活動としています。私は他の医療機関へ直接訪問し、当院への紹介方法のご案内や情報提供等を行っています。

仕事の特性上、日中は普段外出していることがほとんどなので、昼食を簡単に済ませてしまうことが多々あります。この日は久々に院内で食事をとれる日だったので、妻がお弁当を作ってくれました。私の方が出勤が早いのですが、早起きして作ってくれた妻には感謝がありません。

江間さんのお昼ごはん



趣味で10年以上キックボクシングをしています。趣味が高じてジムでサブインストラクターとしてお手伝いをしていた時期もありましたが、コロナの影響で通うことができなくなってしまった。そのせいで蓄えてしまったおなかのお肉を消費すべく、久々に練習に行ったり、このできない自分にシヨックを受けました。当時を取り戻すべく、絶賛ダイエット中です。

地域連携室  
江間 好彦さん  
からの紹介で、  
放射線部  
朝田 耕平さん  
です。

『フジタビト』

本学で研究や診療に取り組む先生を紹介していくシリーズ動画「フジタビト」。藤田医科大学公式YouTubeで毎月配信しています！さまざまな先生のお人柄や素顔にも迫っていきます。ぜひご覧ください。

FILE 11

腎泌尿器外科学  
佐々木 ひと美 教授



FILE 12

精神・神経病態解明センター  
貝淵 弘三 教授



FILE 13

小児科学  
吉川 哲史 教授



院内ラジオ フジタイム

検索

第1・3水曜日

毎月

YouTube で配信中!



院内ラジオ



## 8081回 心臓血管外科 高木 靖教授が出演!

日頃から良く聞く「心臓病」の種類をご紹介します。また、「病気の気づく」きっかけや患者さんの負担軽減になる「ロボット手術」もお話しています。



## 8283回 感染症科 本田 仁教授が出演!

実はあまり知られていない!? 感染症の専門医はリアルタイムで戦い続ける! 患者さんと病院を守るために日々システムの構築を行っています。



## 84回 リウマチ・膠原病内科 安岡 秀剛教授が出演!

多くの方には馴染みの少ない“膠原病”について分かりやすく説明していただきました! 医療も日進月歩で進化しています!



## 85回 リウマチ・膠原病内科 橋本 貴子講師が出演!

リウマチ患者さんは女性の割合が高く、リウマチを持病としている方でも安心して妊娠・出産を検討してほしい! という強い思いを持ち、本年4月より母性内科外来を開設。「プレコンセプション・ケア」を広めようとして取り組んでいます!



### Information 01

藤田医科大学病院 LINE 公式アカウント開設のお知らせ



藤田医科大学病院  
FUJITA HEALTH UNIVERSITY HOSPITAL



LINE  
公式アカウント  
はじめました。

LINE 登録で  
無料 Wi-Fi ご案内中!



QR コードで友だち追加

藤田医科大学病院からの配信



## 夏バテ予防

食欲が低下しやすい夏は、麺類中心の食事になりやすく食事のバランスが崩れがちです。さらに汗をかくことで、体内から水分やナトリウム・カリウム等のミネラルが失われ、夏バテを招きます。夏野菜には、水分やカリウム、暑さや疲労によるストレスで消費されやすいビタミンC等が豊富に含まれ、夏バテ予防に効果的です。新鮮な旬の野菜を積極的に摂り、暑い夏を乗り切りましょう。

／ 食養部が提案する ／

### RECIPE 023

#### 夏野菜のゼリー寄せ



1人分 42kcal

およその栄養価 (1人分)

たんぱく質 .....7.3g  
脂質 .....0.2g  
塩分 .....0.5g  
カリウム .....224mg  
ビタミンC .....10mg

#### 材料 (2人分)

オクラ ..... 2本(20g)  
ミニトマト ..... 4個(50g)  
ヤングコーン(水煮) ... 2本(20g)  
ポイルえび ..... 40g  
水 ..... 100cc  
顆粒コンソメ ..... 2g  
粉ゼラチン ..... 2g  
水(ゼラチン用) ..... 10cc

#### 作り方

①ゼラチンを水(10cc)に入れ、ふやかしておく。  
②オクラに塩(分量外)をふり、板ずりし、塩ゆでする。  
③オクラとヤングコーンを1cm幅の小口切りにする。  
④ミニトマトは1/4の大きさに、ポイルえびは1.5cm幅の大きさに切る。  
⑤鍋に水(100cc)とコンソメを入れ、中火で熱し沸騰したら火を止める。①を加え溶けるまでよく混ぜ、粗熱を取っておく。  
⑥器に具材を入れ、粗熱を取った⑤を流し入れ、冷蔵庫で2~3時間冷やし固める。

#### ワンポイントアドバイス

☆冷やし固めたものをクラッシュしてから器に盛り付けても綺麗に見えます。

管理栄養士：伊藤琴音 調理師：菜花慎一

## フォトコーナー

### 夏の思い出

ニックネーム：じゃらじゃらおじさん

花火は何回見ても飽きないので、近場の花火大会は毎年全部見に行きます！

スタッフからのコメント

素敵なお花火の写真を送っていただきありがとうございます！地域によって花火の演出や打ち上げ方は異なりますので何度見ても飽きることがありませんよね。熱中症には十分にお気を付けて、今年も花火を楽しんでください♪



## フォトコーナーへの写真を募集中!

次号(10月号)のテーマは「私の宝物の1枚」です。皆さんからの応募お待ちしております！

#### 応募方法

メールまたは二次元コードより応募ください。  
メールアドレス：fujita.hp.koho.pr@gmail.com  
(1)~(4)を記載の上、お送りください。  
(1)写真(2)写真のタイトル  
(3)写真にまつわるエピソード (4)ニックネーム

検索キーワード 藤田医科大学病院 広報活動

募集はこちら

