

第27回
東京医科歯科大学医師会
市民公開講座

リウマチの最新治療と関節痛の克服

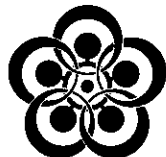
ー口コモティブシンドロームを防ぐにはー

1. リウマチ内科の立場から 有効で安全な薬物治療を目指して
針谷正祥 (薬害監視学、膠原病・リウマチウマチ先端治療センター 教授)
2. 整形外科の立場から 生涯にわたり運動器の健康を維持するためには…
宗田 大 (運動器外科学 教授)

- 日 時 2013年12月15日(日) 13:30~15:30
- 場 所 東京医科歯科大学M&Dタワー2階 鈴木章夫記念講堂
〒113-8519 東京都文京区湯島1-5-45
- 参加費 無料
- 主 催 東京医科歯科大学医師会
- 共 催 東京医科歯科大学医学部附属病院
- 後 援 東京都医師会・文京区医師会・小石川医師会

東京医科歯科大学医師会事務局

東京医科歯科大学 M&Dタワー 8階
〒113-8519 東京都文京区湯島1-5-45 TEL:03-5803-4745(直通)



リウマチ内科の立場から

有効で安全な薬物治療を目指して

針谷 正祥

薬害監視学、膠原病・リウマチ内科 教授

関節リウマチ(ここではリウマチと呼びます)は、手足の小関節を中心に複数の関節が腫れて、痛み、身体の機能が障害される慢性の病気です。リウマチは私たちの体を外敵から守るための免疫システムが変調をきたして発症する病気と考えられ、腫れて痛みのある関節の中では滑膜組織が増殖して炎症を起こし、軟骨や骨を破壊します。上手に治療できないと、リウマチによって関節が壊され、変形してしまいます。病気のコントロールが悪い場合には、肺・神経・血管・眼などに病気が出てくる場合もあります。30台から40台の女性が罹りやすく、我が国では推定70-80万人程度の方がリウマチに罹っていると言われています。

有効な治療法がない難病の代表だったリウマチにも、10年前から明るい光が差し込み、現在では有効性の高いお薬が数多く使えるようになりました。その結果、今のリウマチ患者さんの日常生活は、10年前の患者さんと比べると驚くほど改善してきました。一方、最近の研究では、リウマチ患者さんは一般の方よりも、いろいろな病気を合併しやすいことも判ってきました。例えば、脳・心血管障害や骨粗鬆症などは、リウマチ患者さんで出現しやすいことが知られています。

本市民公開講座では、リウマチという病気の正体、どうやって診断するか、治療に対する基本的な考え方、最新の薬物治療、これから解決すべき問題などについて、ご来場の皆さんと一緒に勉強していきたいと思えます。特に、患者さんの関心が高い薬物治療については、メトトレキサートや生物学的製剤を中心に、どうして効くのか、どうやって使うのか、使用中の副作用とその対策はどうするのか、薬を休むタイミングはどう判断するか、などを判りやすくお話いたします。

患者さんご家族の皆様にはリウマチという病気をよく理解し、主治医と一緒にご自分のリウマチの治療に積極的に取り組んで戴くことをお願いします。リウマチを良くするという治療のゴールに到達するために、具体的な目標を設定し、その目標を目指して治療を進めて行くこと、すなわち「目標達成に向けた治療」を実践することが大切です。「目標達成に向けた治療」は、日本・ヨーロッパ・アメリカなど世界各国のリウマチ専門医とリウマチ患者さんを対象に進められている活動で、本公開講座の中でもご紹介する予定です。

ご自身がリウマチの方、ご家族がリウマチをお持ちの方、あるいはリウマチという病気と最先端の治療をお知りになりたい方、皆様のご来場を心よりお待ちしております。

整形外科の立場から

生涯にわたり運動器の健康を維持するためには・・・

宗田 大

運動器外科学 教授

生涯にわたって運動器の健康が維持されるとはどのようなことでしょうか。

「運動器」という言葉について、あまり聞きなれない方も多いかもかもしれません。

運動器は体を形作る骨格、動きを与える関節、骨格を支え動きをつくり出す筋肉、などからなります。運動をコントロールする神経は脳から脊髄となり、末梢神経となって背骨から出て手足の先までいきわたります。背骨は脊髄を守る管としても大切です。

これら多くの運動器を構成するすべての構造体の健康が維持されること、が運動器の健康のためには必要なのです。しかし年を取ることは避けられません。一言で老化といっても、どこが老化するのでしょうか。関節を支える骨、運動をスムーズに実践させる軟骨、運動を司る筋肉があります。脊髄を守る脊椎にも前方には骨と椎間板、後方には一対の関節があります。関節にはしっかりした線維の袋と靭帯があります。それぞれの組織の「老化」は人それぞれ異なります。一様ではありません。

長年生きていくと、けがをします。一生転ばない、怪我をしないで過ごすことはほとんど不可能です。「怪我」ってなんでしょう。打撲、捻挫・・・ひどい打撲をすると骨が折れます。ひどい捻挫は関節の脱臼です。脱臼をすれば関節を構成する靭帯や関節の袋の半分以上が切れてしまいます。折れたり、切れたりしたら私たち整形外科医が手術をします。骨はよくつきます。関節の中の靭帯はうまく治らないので腱の移植をします。手術をしても100%良くなる、つまり元通りになる組織はありません。骨がその中でも一番よく治ります。それでも手術をする時には切開しますから皮膚切開部は元通りにはなりません。人はよりよく生きるために、運動器を健康に保つために「怪我」と戦わなければなりません。

老化も怪我も、関節を硬くします。硬くなると痛みを起こしやすくなります。炎症も硬さを加速します。打撲や捻挫で腫れたら、炎症を起こしたということです。関節の老化で最も問題にされるのは軟骨の摩耗です。関節軟骨の摩耗も炎症を伴いやすいです。残念ながらまだ軟骨の寿命を延ばすような薬は売られていません。軟骨の栄養剤がヒアルロン酸の注射です。また年を取ると背が低くなる方が多いですね。転んで骨を折ることも多くなります。骨が弱くなっている証拠です。骨粗しょう症は年を取るにつれて多くなります。特に女性が50歳を過ぎると急激に骨が脆くなります。軟骨と異なり、骨を丈夫にする薬はどんどん新しいものが出ています。うまく使っていくことで骨粗しょう症の予防や治療は以前より可能になってきています。

薬には用法容量が決まっています。しかし薬によってはきちんと飲まないほうがよい、と私が感じることも少なくありません。痛みに対する飲み薬はその代表です。必要に応じて飲む。予防的に飲むことが勧められます。

運動器の健康を保つこと、取り戻すために必要なことは骨量、軟骨量の維持。基本は、あらゆる関節の動く範囲の維持・回復と姿勢の維持にあります。講演では具体的な方法についてもう少し詳しくお話します。