

関節リウマチのおもな症状

関節の症状	関節以外にみられる症状
痛み、腫れ、朝のこわばり	肺炎、血管炎、胸膜炎
関節を動かしにくい	皮膚がただれる（皮膚潰瘍）
関節が変形する	皮膚の下に、3cm 以内程度のかたまりができています（皮膚結節）
関節の骨や軟骨が破壊される	からだがだるい、貧血、微熱 など

関節リウマチのつらい痛みや腫れの正体は、関節に起こる**炎症**です。この炎症には、TNF（ティー・エヌ・エフ・アルファ）と呼ばれる**サイトカイン**（生体内物質の一種）が関与しています。

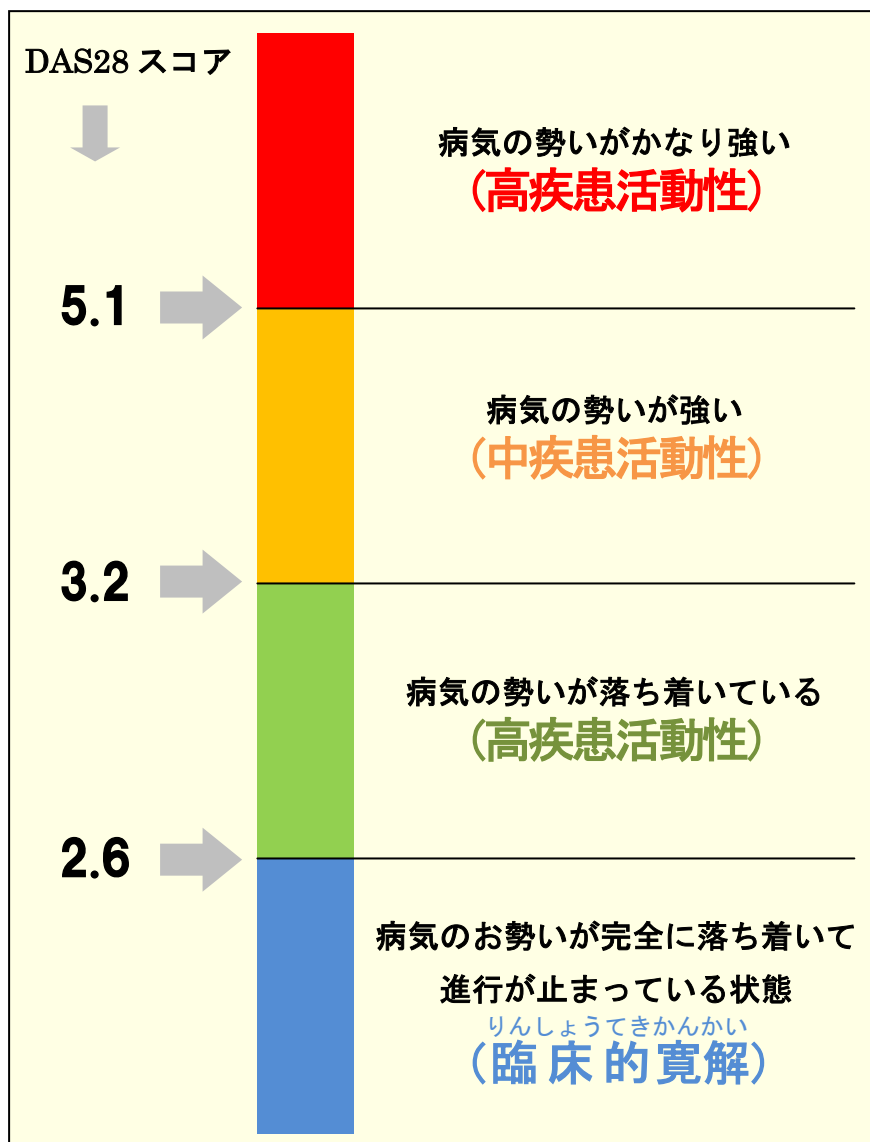
炎症は、防御反応のひとつで、からだのなかに起こった異常を元どりにしようとする反応です。

炎症は、たとえば、すり傷などの場合では、傷を負った直後からはじまり、修復が終わるまで続きます。また、肺炎などの感染症の場合では、体内に侵入した病原体（異物）を排除するまで続きます。傷の痛みや腫れ、肺炎などによる発熱は、炎症反応のもたらす結果で、あくまでも自分のからだを守るために必要なものです。ところが、関節リウマチの場合は、自分のからだの成分を排除しなくてはならない異物と勘違いし、炎症反応が起こるのです。

関節リウマチの患者さんでは、**サイトカイン**（生体内物質の一種）の TNF が、関節の軟骨の表面にある滑膜の増殖を引き起こします。つらい痛みや腫れをとともなう滑膜の炎症が慢性化すると、関節の骨や軟骨の破壊が進み、やがて関節は完全に変形してしまいます。関節リウマチは、関節の腫れや痛みという炎症としての顔と、関節の骨破壊という二つの顔を持っています。炎症が長く続いて、骨が壊れるのは、炎症によって普段は血管の中にあるいろいろな細胞や蛋白質が関節滑膜にしみ出るためです。しみ出た細胞や蛋白質を患者さんは、関節が腫れたと感じます。その細胞は、いろいろな蛋白質を新たに作り、細胞の外に出し、そのなかに痛みをおこしたり、熱をだしたり、骨を壊したりする悪い蛋白質が含まれています。多くの蛋白質の中で、関節リウマチに最も関係が深く、悪い蛋白質が、TNF（ティー・エヌ・エフ・アルファ）です。この蛋白質が、患者さんの体や関節の中にたくさんあります。

関節リウマチの治療がめざすものは、炎症をとめ、関節破壊の進展を遅らせ、患者さんに生きがいのある質の高い生活を送っていただくことです。QOL(Quality of life)の向上とは生活の質の向上のことで、具体的な例でいえば、関節リウマチがあっても冠婚葬祭や同窓会といった行事に積極的に参加しようとする意欲がわく状態を指しています。すなわち患者さん一人一人が、いつまでも社会の一員として満足のいく生活が送れる状態を維持することが治療の目標です。それには関節リウマチのさまざまな症状のなかで、関節の運動機能を維持、強化することが最も大切です。

あなたのリウマチ症状について



来院日	CRP	ESR	DAS28

お名前：