

# 関節リウマチ

## 理解し、根気よく付き合う

人は年齢を重ねるにつれて手足の関節が多少なりとも痛んできます。平均寿命が延びたために膝や指先が痛くて変形してきたという方も増えてきました。多くの場合は変形性関節症と呼ばれる加齢性の変化ですが、時として関節リウマチ（以下リウマチ）という病気であることがあります。

リウマチの多くは、20〜60歳の女性に発症し手指や手首が痛くて腫れるという症状で始まり、比較的年配の方にも見られますが、若い人にも起こる病気で、朝起きたときに手がこわばってコブシが握りにくいのが特徴的な症状と言えます。放置すると、関節が破壊されて動かなくなったり、変形を生じたりするほか、膝や肘、肩、股関節など大きな関節も侵されてきます。原因については、個人の体質と何らかの環境因子が関

って免疫異常を生じてくるためと判っています。しかし、真の原因はいまだに解明されていません。慢性で多くは進行性の病気のため、不安や恐れを抱くのは当然です。しかし、早期からの適切な治療でリウマチの進行を抑えたり、コントロールすることは可能となっています。最近の薬の進歩は目覚ましく、昔に比べると病状の経過もずいぶん良くなってきました。治療をしなれば痛みだけでなく徐々に関節の破壊を生じてきますので、初期の治療は大切です。

また、抗リウマチ剤やステロイド、消炎鎮痛剤など、治療上いろいろな薬を用いることが多いため、薬の副作用に対して不安を抱いている方も多いようです。副作用のない薬はありませんが正しい理解と注意を怠らなければ大丈夫です。リウマチとの戦い、お付き合いは長期戦ですから、病気や薬に対して正しい理解をもつことが重要です。

さらにリウマチの治療は薬だけではありません。適度な安静と運動の組み合わせや、理学療法

が重要な役割を果たします。また、関節の破壊が既に生じてしまった場合には、手術（人工関節置換術を行う場合もあります。リウマチの診断と治療のためには、骨と関節のお医者さんである整形外科、またはリウマチ科を受診してください。

## 手足の指の変形

