

- 起床時に関節がこわばり 動かしづらい
  - 手足の複数の関節が痛み、長引く
  - 爪から数えて2番目、3番目の関節が腫れる
  - 左右対称の関節が痛み、腫れる

こんな症状が  
あつたら要注意

## これを早期発見

C C C C C C C C

# 病気探しのコツ

●監修●

慶應義塾大学医学部リウマチ内科教授  
竹内 勤

# 関 節 リウマチ



免疫の機能に異常が生じ、強くなり過ぎた免疫が自分の身体(関節)を攻撃してしまうことが原因のひとつとして考えられています。

症状が進行すると、骨が変形して、重いものが持てないなど日常生活に支障をきたしたり、寝たきりになってしまこともあります。

しかし、早期に服薬などの治療をすることで、痛みや腫れを抑えるだけでなく、病気の進行

関節リウマチは、関節が炎症を起こして痛みや腫れを生じたり変形する病気です。30～50歳代が発症のピークで、男女比は1対4と女性に多いのが

「関節リウマチ」って  
どんな病気?

を遅らせることができます。早期（発症から2～3年）に正しい治療を受ければ、3割から5割の人は症状がほとんどない状態を維持でき、服薬が不要になります。

査、レントゲン検査が行われます。治療は薬物療法が基本です。副作用がある場合もありますが、近年はさまざまな種類の薬が開発されており、選択肢が広がっています。また、関節の機能障害を抑えるために、医師や理学療法士などの

専門家の指導のもと、病院や自宅でのリハビリテーション（関節を温めたり、身体を動かすなど）も推奨されます。薬物やリハビリテーションで症状に改善が見られない場合は、手術を行うこともあります。

日常生活で注意すること



お酒を控える

関節に負担をかける  
動作を避ける

\* 重いものを持たず  
にキャリーバッグを  
使う、ベッドや洋式  
トイレを利用するな  
ど工夫しましょう。