

11-3 関節リウマチ（かんせつりうまち）

若年期の女性に多く発症する全身の関節が侵される疾患だが、この疾患とその後遺症をもった高齢者もいる。

複数の関節の痛みや変形で日常生活がかなり制限されることがある。

リウマチによる関節の変形が著しいと手術を行うことがある。

主な症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 複数の関節のこわばり、腫脹、関節痛が、特に起床時に出やすい。 ● 関節の症状は進行性で、変形や運動制限を伴う。 ● 倦怠感、微熱、体重減少などの全身的な症状が起こることもある。
生活上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> ● 左右対称性の関節の痛みや腫れ、一時間以上続く朝のこわばりが6週間以上続く場合には関節リウマチを疑う。 ● 骨粗しょう症や貧血の合併も多いため、乳製品や鉄分を取り入れるなど食事内容に注意する。 ● 保温・安静を心がけ、よい姿勢を保つようにし、関節に負担のかかる動作は避ける。 ● 天候（雨天・台風・寒冷）や過労、精神的ストレスが悪化の誘因になることを理解し、予防を心がける。 ● 炎症が落ち着いたらできる範囲で適度に運動を取り入れて筋力強化と関節拘縮の予防を心がける。
ケアマネジメントのポイント	<p>＜支援者の留意点・視点＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 関節リウマチは、関節だけでなく全身が消耗する病気だということを理解する。 ● 症状は、天候に左右されやすいことも理解する。 <p>＜介護サービス事業者・医療関係者との連携のポイント＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 関節に負担を掛けずに生活できるように福祉用具や自助具の工夫も重要。 ● 生活動作のしやすさに合わせて、家具の配置換えや住宅改修をすることも有効。 ● 変形の予防や関節保護のために装具を作る時は、医師や作業療法士(OT)・理学療法士(PT)に相談し、本人に合ったものを作る。 ● ひとり暮らしなどで食事の管理ができない方は、食事内容に乳製品や・鉄分を取り入れるなど訪問介護事業者との連携が必要。
代表的な薬	<p>☒ 易感染性（免疫力が低下して細菌やウイルスに感染しやすい状態）</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 免疫調節薬（アザルフィジン、リマチルなど） ● 免疫抑制薬（ブレディニン、プログラフ、リウマトレックスなど） ● 生物学的製剤（エンブレルなど） ● ステロイド（プレドニンなど） ● 非ステロイド性抗炎症薬（セレコックス、ロキソニンなど）