



市民公開講座 知って安心 リウマチ治療の今

リウマチ患者様を安心・安全に
寛解へと導くクリニックの工夫



あずまりウマチ・内科クリニック
院長 東孝典



目次

- 寛解って何？
- 治療その一步踏み出せますか？
- 治療について知りましょう
- 不安な時には
- 痛くなくなる時が来ますその時には
- なるべく避けたい副作用
- 治療について
- クリニックの工夫



寛解の基準 Boolean

- 寛解の基準には、さまざまな基準があります。

- ◆ DAS (ダス) 28
- ◆ CDAI (シーダイ)
- ◆ SDAI (エスダイ)

その中で、最も厳しい基準と言われているのがBoolean寛解基準

Boolean (ブーリアン) 寛解基準

- ① 圧痛関節数 ≤ 1
- ② 腫脹関節数 ≤ 1
- ③ CRP ≤ 1 mg/dL
- ④ PGA ≤ 10 (0-100 scale)

①～④すべてを満たす

例：糖尿病 HbA1c 6.0以下



関節リウマチ治療の目標

関節リウマチ治療の目標は
寛解に導入・維持すること

関節の炎症、朝のこわばり、全身倦怠感、
理学所見での滑膜炎、X線上での関節破壊
の進行、赤沈・CRPなどの炎症所見、
などが**ない状態**のこと

つまり**自覚症状・他覚症状・検査異
常まったくない状態**



関節リウマチ治療の目標





治療の目的は

- リウマチになる前の状態に戻すこと
- 普通に年を重ねていけること



リウマチと診断された時に感じる不安

怖い、どうしよう

- 難病
- 働けなくなる
- 治らない
- お金がどうなるか
- 寝たきりになる
- 一生薬飲まなきゃならなくなる
- 変形する
- これからどうなるかわからない
- 一生つきまとう
- もう普通に今までのように生活できない
- 妊娠できない
- 結婚できなくなる





ご安心ください。
関節リウマチ治療は進歩
しています。
安心・安全な治療と工夫
を行っています。



治療のその一歩踏み出せますか？

- 薬は飲んだことがない 飲みたくない
- 一生のまなけばいけないのか
- よくなったらやめられるのか
- リウマチはそんなに悪くないのに治療しなくちゃいけないの



不安を軽くして安心するには

- リウマチの理解をしていただく
- ご自分のリウマチがどのようなタイプであったり 合併症は何かあるのか知っていただく
- 抗ccp抗体 RF 関節炎の程度

痛くなくなる時が来ますその時には

- その時にはリウマチのこと忘れちゃう方多いです
- 薬飲むのを忘れてたりして
- 寛解になって1年以上経過すると、通院しなくなっちゃう方もいます

(2017年4月 61回リウマチ学会発表)



不安な時には

● スタッフと時間をかけて話をしてください

● 看護師

リウマチや治療について；

1. お話をお聞きする・傾聴
2. 関節リウマチそのものについて繰り返し時間をかけて丁寧に説明する
3. 初めて処方される薬の説明と質問にお答えする

● リハビリスタッフ

4. 40分のリハビリをしながら、お話しを傾聴して痛みと不安を共有

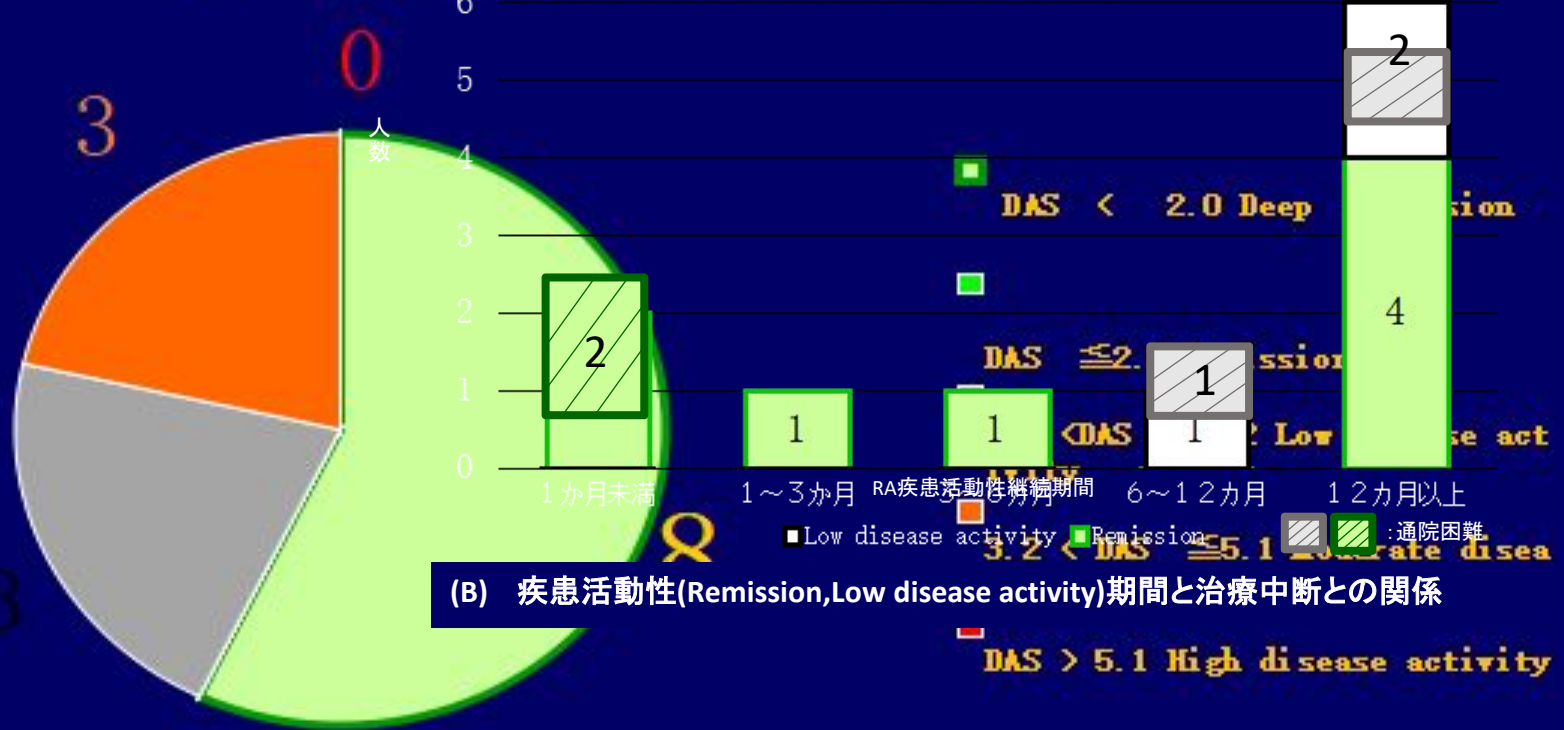
● 医療事務スタッフ

5. 医療費 医療サービス 公的制度

● 私 優しい一言



通院中断理由不明だった14症例 の疾患活動性別分析結果





なるべく副作用を避けるため あらかじめチェックする

- 結核などの肺合併症
- B型肝炎 C型肝炎
- （梅毒 HIVなど）
- 喘息
- 糖尿病
- 胃潰瘍・12指腸潰瘍
- その他の既往歴

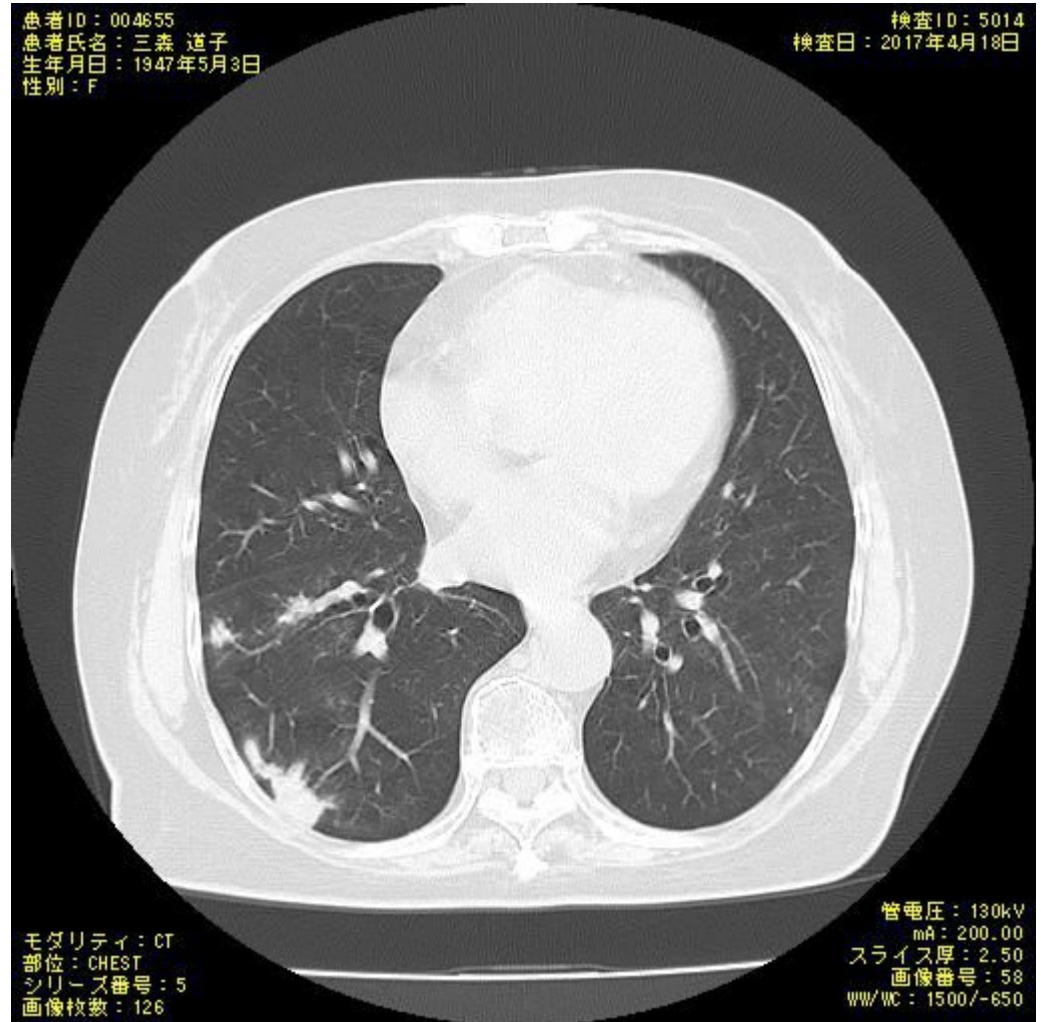


なるべく避けたい副作用 定期的にチェックする

- 患者様の感覚はとても敏感です
- 話を聞いたり質問する だるさ・熱・咳・口内炎・発疹・下痢・生理不順 などなど
- 定期的に血液検査 1-2か月ごと
- MMP-3 KL-6 β -グルカン
- 肝炎の定期的検査（B型肝炎既往）
- 風邪をひいたときには連絡していただき 来院してもらう
- 胸部レントゲン CTを活用して 肺炎などを見つける



肺炎のCT





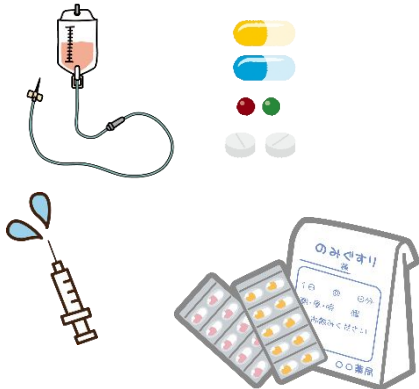
治療について知りましょう



薬物療法

● 関節リウマチのおもな治療薬

リウマチ治療薬



非ステロイド性消炎鎮痛薬 (NSAIDs)

腫れや痛みをやわらげ、熱を下げる。

副腎皮質ホルモン (ステロイド薬)

炎症を抑える。免疫を抑える作用もある。
一時的な使用に限定される。

抗リウマチ薬 (DMARDs)

異常な免疫機能に作用したり、免疫を抑える
ことで、病気の活動性を抑える。

生物学的製剤

関節リウマチの原因となる炎症性サイトカインな
どの働きを直接抑える。

分子標的型抗リウマチ薬

生物学的製剤と同等の効果を示す経口抗リウマチ薬。



治療の選択

- 体力・個性・社会的背景 などなど
- ➡ 患者様を知ることから始まる
- リウマチの程度
- 抗ccp抗体+ RF+ 関節炎が強くて動けない
- 抗ccp抗体- RF- 手がこわばる痛くはない

- 最終的には 患者様が選択して行きます。
- 説明と理解が必要



選択できない方も大勢いらっしゃいます

- 指が曲がってしまっていて痛い、腫れている。CRPも高い。抗ccp抗体++

治療は？ 医師の判断は強化が必要

- 以前にお薬の副作用を経験されていて飲み薬怖い

1. 今までの治療継続
2. 新しい飲み薬を試してみる
3. バイオに切り替える

踏み切れない



- スタッフが時間を共有して待ちます（間違った理解の是正や混乱した情報の整理）

OR

- 私が指針を示しスタッフが励みます



あなたに適した治療の選択で 安心と安全を

- 1種類の飲み薬 40%
- 生物学的製剤 25%
- 2-3種類の飲み薬の併用 35%
- 飲み薬と生物学的製剤の併用 20%
- ステロイドの短期間の併用 40%
- LCAP



当クリニックの独自の治療戦略例

生物学的製剤の2次無効や、
合併症などで内服薬・生物学的製剤が使えない
患者様の治療に有効です





治療の効果を知るためには

- 患者様の感覚はとても敏感です
 1. 痛みは？ 腫れは？ こわばりは？
 2. 効いてる実感あるか

- 医師が診察するたびに66関節触診する

- 検査を行う
 3. 血液検査
 4. 関節エコー

寛解が長期間維持されている場合、特に既存の抗リウマチ薬が併用されている患者様では、生物学的製剤の減量や投与間隔の延長ができます。

- 生物学的製剤は高価で、始めるのも続けるのも大変 そう思われている患者さんがほとんどです。
- でも生物学的製剤治療を早くに行い、しっかりと寛解が得られれば、減量・中止しても寛解が維持できることも多いです。
- 半年から2年間頑張りましょう！！
(あずまりウマチ・内科クリニック)



寛解が長期間維持されている患者では、既存の抗リウマチ薬の減量が考慮できる。

- 飲み薬だけでも工夫して、寛解が長期間維持されている場合は、抗リウマチ薬も減量することもできます。
- それにより、抗リウマチ薬による副作用も起こりにくくなります。
- DRUG Freeの方もいます。
(あずまりウマチ・内科クリニック)



クリニックにもとめられることは

- 患者様の個別事情を考慮し、最善の治療を推進するチーム医療が必要です



患者様の個別事情を考慮し 最良の治療をチームで検討

関節リウマチの活動性、関節破壊の状態、痛み、関節の腫れ、合併症、既往歴、年齢、発症時期、罹病期間、日常生活動作、他診療科への受診状況、本人の職種、家族構成、配偶者の職業、経済力、通院手段、通院頻度、趣味、嗜好、現在不安に思われていること、今後の希望 などなど

花屋さんに勤めているから、自宅で自己注射ができる薬剤がいいですね



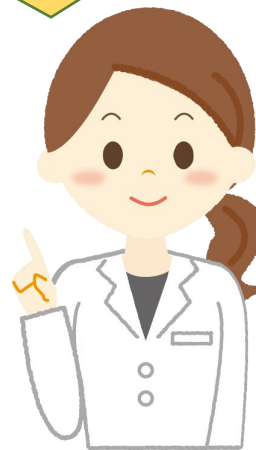
リウマチケア看護師

Aさんはそろそろ生物学的製剤が必要だね



リウマチ専門医

夫はたしか〇〇自動社に勤めていましたから、会社で医療補助制度があるか聞いてみます



医療事務

肩の可動域がもう少しよくなると花の上げ下ろしが楽になりますね



理学療法士



クリニックの工夫

- リウマチコール
 - 生物学的製剤施行前のTEL
 - 残薬調整
 - 早期リハビリ
 - 多職種によるチーム医療
 - 気づき・気配り・気働き
- 24時間対応
体調管理
服薬状況の把握
身体機能維持
情報の共有

安心・安全

ほんわか日和
©Sadaka



今年もよろしくお願ひします
平成二十九年

しあわせ
たくさん
あります
よう
迎春

今年もよろしくお願ひします。

待受画面
フジヤンター
QRコード



ありがとう

- 治療に向き合う患者様と家族
- 患者様に寄り添うスタッフ
 1. 前向きに明るく
 2. チャンスを逃さず
 3. 自分にできること伸ばして