

ふ・れあひ

2023
春・夏号

Human♥Communication

Vol.47

人と心に響き合う

清恵会グループ広報誌

FREE

ご自由にお持ちください



特集

誰にでも可能性があります
関節リウマチ

清恵会トピックス&インフォメーション

今年度も清恵会病院に
多くの専門職員が入職しました。

特集

誰にでも可能性が あります 関節リウマチ



原因不明の疾患です

年齢を重ねると膝や股関節などに慢性的な痛みが起るものは、多くの場合、変形性関節症です。加齢で軟骨がすり減って関節に痛みや腫れが生じ、悪化すると関節が変形します。

だからでしょうか、リウマチと聞くとお年寄りが足をさすっているようなイメージをお持ちの方が多く、「年だから仕方ない」と誤った判断で軽く考えられがちです。

また、神経痛ともよく混同されますが、神経痛とは文字通り、末梢神経が何らかの原因で刺激されて起る神経の痛みです。

関節症も神経痛も決して楽観視はできませんが、リウマチとはまったく別の病気です。今回お話しする「関節リウマチ」は、数あるリウマチ性疾患の代表的なものであり、一般的にリウマチといえば関節リウマチを指します。高齢者特有の病気ではなく若い人でも発症し、進行すると関節や骨が破壊されます。原因は不明であり、完治は難しく、治療は寛解（かんかい…病状が継続的に軽減するか、ほぼ消失した状態）を目指すことになります。



免疫の異常によって起ります

人間にはウイルスや細菌など、いわば外敵から体を守る免疫という仕組みが備わっています。この免疫に異常が生じ、本来守るべき自分の体を自ら攻撃してしまうことで起る「自己免疫疾患」の一つが関節リウマチです。その根本的な原因はまだ十分に解明されていませんが、遺伝的な要素の他、喫煙と歯周病が危険因子と考えられています。



老若男女の誰にも可能性が あります

日本における関節リウマチの患者数は60万人とも100万人ともいわれています。その多くは30〜50代でピークは40代ですが、10代でも発症します。16歳未満の場合は「若年性特発性関節炎(JA)」といいますが、以前は若年性関節リウマチと呼ばれていました。

男女比はおよそ1対4で、女性に多い疾患です。その理由についてははっきりとわかっていま

せんが、一つは女性ホルモンとの関係が指摘されています。

また、近年は高齢発症型として、60代や70代で関節リウマチを患う人が増えています。高齢の場合、男女比に差がないのも大きな特徴です。

まとめると、関節リウマチになりやすいのは30〜50代で、特に女性に多く男性の約4倍。10代でもなることはあり、近年は男女の別なく60代以上にも増えている。——つまり、いつ誰がなってもおかしくない病気といえるでしょう。



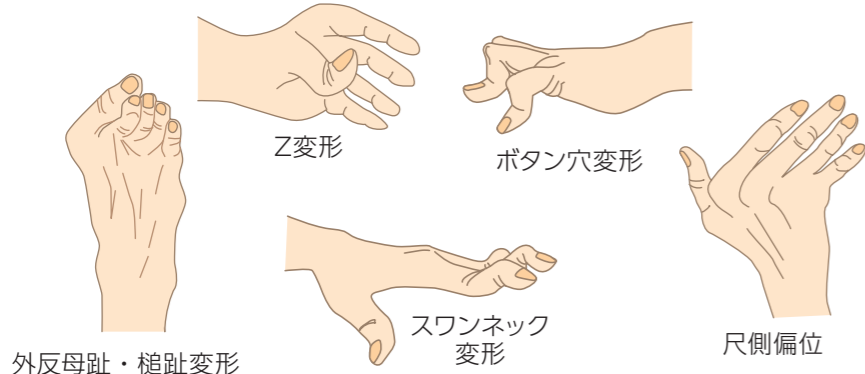
進行すると関節が破壊 されます

関節リウマチが進行すると、やがて関節の軟骨や骨が破壊され、関節の脱臼や変形などが起ります。そうなれば車椅子や寝たきりの生活を余儀なくされます。

進行の速度は一様ではなく、治療が功を奏して1〜2年で寛解する「単周期型」、長年にわたって悪くなったり良くなったりを繰

り返しつつ徐々に症状が悪くなる「多周期寛解型」と徐々に症状が悪くなる「多周期憎悪型」、症状が急激に悪化する「急速進行型」の4つに大別されます。いずれにせよ、早期発見・早期治療が重要です。

関節リウマチによる変形の一例





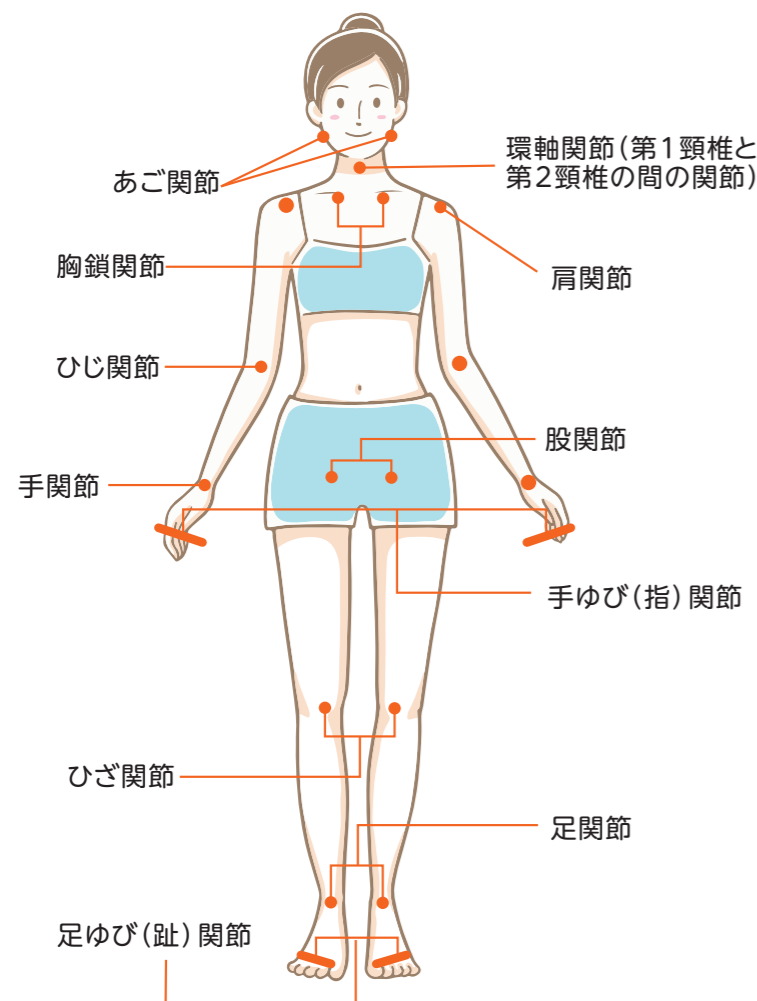
誰にでも
可能性があります

関節リウマチ こんな症状はありませんか？



手や足だけではありません

関節リウマチが起こりやすい部位



身体に起こる初期症状

関節の病気だからといって、いきなり関節が痛み出すわけではありません。初期段階では多くの場合、次のような症状が見られます。



疲れやすい。



体がだるい。



食欲がない。



微熱が続く。

これらの症状は他の病気や過労などでもよく見られますが、はっきりしない体の不調が長く続いている場合、関節リウマチの前兆である可能性があります。

関節に起こる初期症状

朝のこわばり

目覚めたとき、関節がこわばって動かしにくい状態になります。全身の関節で起こり得ますが、特に手指によく見られます。

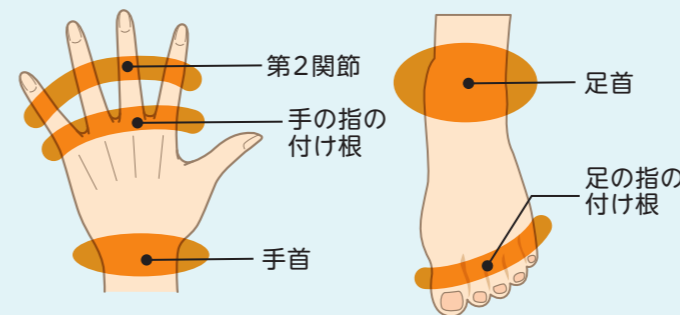
当初は数分で動くようになるものの、この状態を放置すると、こわばったままの時間が次第に長くなります。

関節の腫れや痛み

● 全身の3カ所以上の関節が腫れる。

● 手や足の関節が腫れる。

(特に手指の第2関節、手指の付け根、手首、足首、足指の付け根。)



● 左右の同じ関節が腫れる。

(例えば右半身の関節に症状が出ると、多くの場合、左半身の同じ位置の関節にも症状が出ます。)

痛みは、強い痛みから押すと感じる痛みまでさまざまですが、これらの症状が続くようであれば関節リウマチの疑いがあります。

また、足の指は普段あまり使わないため、異常があっても放置されがちです。

腫れや痛みがあれば注意してください。



日常生活での自覚症状の一例

● シャツのボタンの留め外しなど、手指を使う簡単な動作がしづらい。

● ペットボトルのふたを開けるときなど、簡単な動作でも手指や手首がズキッと痛む。

● 階段の上り下りで膝がズキッと痛む。



特集 **誰にでも可能性がります** **関節リウマチ**

治療法には「基礎療法」「薬物療法」「手術療法」「リハビリテーション」の4つがあります。基礎療法とは、簡単にいうと栄養管理や適度な運動など「日常生活におけるセルフケアのこと」で、薬物療法と合わせて行うことが基本となり、必要に応じて、身体機能の低下を防ぐためにリハビリテーションを実施します。これらの治療で効果が得られない場合、手術療法という選択肢もあります。



関節リウマチの治療では、3つの寛解(かんかい)を目指します。

関節リウマチの治療

関節リウマチを正確に診断するには詳しい検査が必要です。といっても苦痛を伴うようなものではなく、まず問診と触診を行

関節や骨の状態をリアルタイムに映し出す 関節エコー検査

※関節リウマチは膠原病の一種とされています。

当院では整形外科に専門医が在籍している他、「人工関節リウマチセンター」という専門医療センターも設置しています。

関節リウマチは何科？

壊れた関節を元に戻すことはできません。ゆえに関節リウマチは早期発見・早期治療が大原則ですが、関節の病気は多種多様であり、中でも関節リウマチは症状が千差万別で診断が難しい疾患です。前ページのよう症状があれば、専門医に診てもらうことをお勧めします。専門医は一般的に「リウマチ科」「膠原病科(こうげんびょうか)※」「内科」「整形外科」などに在籍しています。

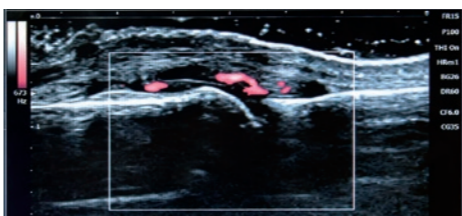
原因不明の疾患とはいえ、関節リウマチの治療薬は年々種類が増えていて、今は良い薬が豊富にそろっているため、個々の症状に合った投薬治療が可能です。ひと昔前に比べると、より多くの患者さまが寛解にたどり着けるようになりました。

ただし、繰り返しになります。関節リウマチの治療薬は年々種類が増えていて、今は良い薬が豊富にそろっているため、個々の症状に合った投薬治療が可能です。ひと昔前に比べると、より多くの患者さまが寛解にたどり着けるようになりました。

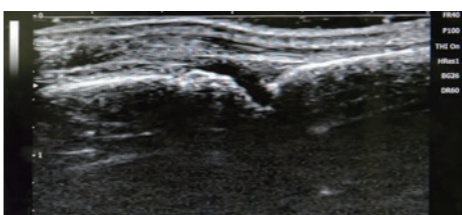
主には、膝関節や股関節、足首の関節などを人工関節に置き換える手術で、「人工関節置換術」といいます。この技術や器具も日進月歩であり、手術を受ける人は増加しており、当院でも「人工関節リウマチセンター」で施術しています。

ですが、そこに至らないよう身体への危険信号を見逃さないください。そして、早期に適切な治療を始められるよう、初期段階から専門医の診断を仰ぐことが重要です。

医療薬や医療技術は日々進化しています



手のエコー画像(赤い部分が炎症)



手のエコー画像(正常)

い、次に血液検査や尿検査で炎症や免疫異常の有無などを調べ、X線(レントゲン)検査で関節や骨の状態を診るのが一般的です。しかし、X線検査は症状が進化するまで異常がわかりにくいという弱点があります。MRIやCTによる検査は高精度ですが、いかにせん大掛かりで医療費も高額になるため、気軽に何度かというわけにはいきません。

そこで近年、関節リウマチの診断に効果を発揮しているのが「関節超音波検査」という比較的新しい方法。健康診断の腹部検査などで用いられる、いわゆるエコー検査です。

関節エコー検査のメリット

- 触診やX線検査ではわからない関節の炎症や骨の状態などを確認できるため、より明確な診断が可能です。
- 切開や注射もせず、皮膚にゼリーを塗って機器を当てるだけなので簡便です。
- 診察室ですぐに検査を開始でき、短時間で終了します。
- X線検査やCT検査のように放射線に被ばくすることがありません。
- 関節内の炎症をその場で見られるため、炎症の強さや治療の効果が患者さま自身にもよくわかります。

当院の整形外科では関節エコー検査を実施しています。

清恵会病院の整形外科

当院の整形外科では、急性期から慢性期の疾患まで、骨軟部の悪性腫瘍を除き、整形外科全般にわたって診療しています。多様な関節疾患についても保存療法から手術療法まで、最も効果的な治療方法を検討し、患者さまと相談しながら治療を進めています。

また、「人工関節リウマチセンター」をはじめ、手外科マイクロスコープ、リハビリテーションという6つの専門医療センターを設置し、さまざまな疾患にチーム医療で対応しています。

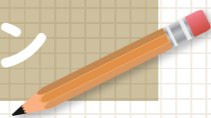


吉村 仁志

清恵会病院 整形外科 / 人工関節リウマチセンター

2015年、大阪市立大学(現・大阪公立大学)医学部医学科卒業。白浜はまゆう病院、馬場記念病院、大阪府済生会中津病院、淀川キリスト教病院、大阪市立大学医学部附属病院(現・大阪公立大学医学部附属病院)、和泉市立総合医療センターに勤務。2021年、清恵会病院へ入職し現在に至る。

日本整形外科学会整形外科専門医



医師、看護師をはじめ総合リハビリテーション科の理学療法士・言語聴覚士、薬剤師、臨床工学技士、歯科衛生士、MSW(医療ソーシャルワーカー)など、さまざまな職種のスベシヤリストたちが今年も清恵会病院に入職しました。新社会人もいれば、活躍の場を広げ

るために清恵会病院に移った人もいます。一人ひとりが医療人としての情熱を胸に、清恵会病院の一員として地域の皆さまにより良い医療を提供できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。

Topics

今年度も清恵会病院に多くの専門職員が入職しました。

いのち 生命をまもる 医療をつなぐ

地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う 医院・クリニックをご紹介します。

医療法人社団ワッフル

ぐんぐんキッズクリニック中百舌鳥

☎072-275-8502 大阪府堺市北区中百舌鳥町2丁21 大休ビル1F

- 診療科目 / 小児科、アレルギー科、予防接種、舌下免疫
- 診療時間 / 一般外来 9:00~19:00(水・土は11:30まで)
(※一般外来、ワクチン・健診はすべて予約制です。詳しくはホームページをご覧ください。)
- 休診日 / 日曜、祝日 ●開院年 / 2013年5月
- ホームページ / <https://waffle.or.jp/clinic/nakamozu/>



ぐんぐんは 子どもの総合診療科

小児科は「子どもの総合診療科」です。頭の前から足の先まで、日々いろんな不調や不安を抱えたお子さまが来られます。当クリニックでは複数の小児科専門医がそれぞれの専門性と経験を活かして、チームとしてひとりひとりのお子さまを診察しています。

一般的なクリニックでは院長が一人で診療を行います。経験豊かな1人の医師がお子さまの全てを把握できるというメリットがあります。が、逆に1方向からしか評価ができないというデメリットもあります。私たちはチームとしてさまざまな角度からお子さまを診ることで、より質の高いケアを提供したいと考えています。

風邪などの一般診療だけでなく、アレルギー科も標榜し専門的な診療も行っています。また、予防接種や乳幼児健診、病児保育などの育児支援事業もクリニックの大きな柱と考えています。

アレルギー疾患について

アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、アレルギー性鼻炎など、子どものアレルギー疾患は年々増加傾向にあります。

当院ではアレルギー専門医がアレルギー疾患ガイドラインに沿った最新の治療を行っています。

最近では小児にもスギ花粉やダニによるアレルギー性鼻炎に対する舌下免疫療法を積極的に導入しています。これまでは一度発症したら抗ヒスタミン薬などの対症療法しか選択肢がありませんでしたが、舌下免疫療法により根治できる可能性が見えてきました。

安心安全の ワクチン・健診ルーム

当院の2階には元気なお子さまだけがお入りいただける完全予約制の診察室を用意しています。小さな赤ちゃんや持病をお持ちの患者さまにはご好評をいただいております。



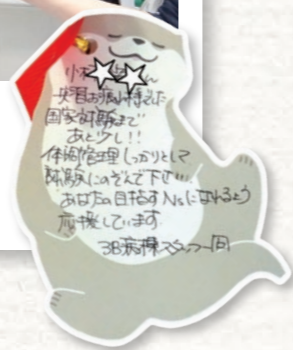
スタッフの皆さま

104人の学生が 准看護師試験・ 看護師国家試験を 受験しました。

令和5年2月、清恵会医療専門学院の准看護学科41名、第1看護学科37名、第2看護学科26名の学生が、それぞれ令和4年度関西広域連合准看護師試験、第112回看護師国家試験を受験しました。



試験前には、在校生・卒業生からの応援メッセージや教員からの**合格祈願グッズ**を受け取りました。



試験当日は担任教員が見送る中、学生たちは緊張の面持ちで試験会場へと向かいました。



—そして3月、それぞれの新生活が始まりました。これまで学院で培った知識や技術を礎に、晴れて看護師となった者、さらに学びを重ねるために進学した者、一人ひとりが夢に向かって力強く羽ばたいていきました。

これからの皆さんの活躍を私たちは心から願っています。卒業おめでとう!

新しく導入した 歩行リハビリ用装具のご紹介

総合リハビリテーション理学療法科

副主任

田中

守

脳卒中などの病気によって重い症状になると、手足に力が入りにくく、膝がガクツと曲がってしまい、立ったり歩いたりすることが困難になることが少なくありません。そのような患者さまのリハビリテーションに役立つのが、足の動きをサポートする「長下肢装具」です。

ところが従来の長下肢装具は、①高さ調整がネジ式で10分程度の時間を要する。②調整箇所が限られており、十分な適合が得られない。③皮革製で清掃できないため、リハビリの効率低下が生じる。といった難点がありました。

そこで今回、三宝病院で新たに導入したのが「ゲイトイノベーション®」です。このリハビリ用装具は、①高さ調整がレバーによるロック解除とスライド式で所要時間は約90秒。②ベルト調整に加え、太もも部分の調整も可能。③プラスチック素材の

ため、除菌剤の使用が可能。という利点があります。従来の長下肢装具とは異なり、調整が簡単で適合性も高

く、衛生管理面でも安心して使用できるため、より効果的なリハビリが行えるようになりました。



清恵会グループのご紹介

法人本部

清恵会病院

急性期機能病院

〒590-0064
堺市堺区南安井町1丁目1番1号

☎ 072-223-8199 (代)



清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・
訪問リハビリテーション

〒590-0064
堺市堺区南安井町1丁目1番1号
清恵会病院8階

☎ 072-232-6074

清恵会ケアプランセンター

介護相談・ケアプラン作成

〒590-0064
堺市堺区南安井町1丁目1番1号
清恵会病院8階

☎ 072-238-6860

清恵会ヘルパーステーション

訪問介護・
生活支援サービス

〒590-0065
堺市堺区永代町2丁目3番9号

☎ 072-320-9055

清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

〒590-0903
堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

☎ 072-226-8131 (代)

さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

きらきら訪問リハ三宝

訪問リハビリテーション

〒590-0903
堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

清恵会三宝病院 介護事業部

☎ 072-225-0066

清恵会向陵クリニック

人工透析外来

〒590-0024
堺市堺区向陵中町6丁目4番10号

☎ 072-257-3131

清恵会医療専門学校

看護師・准看護師養成校

〒591-8031
堺市北区百舌鳥梅北町2丁目83番地

☎ 072-259-3901

清恵会第二医療専門学校

理学療法士・
診療放射線技師養成校

〒590-0026
堺市堺区向陵西町4丁目5番9号

☎ 072-222-6226

清恵会病院では令和5年5月より「呼吸器看護専門外来」を新たに始めました。

在宅酸素療法での生活を継続するための支援や、不安・疑問などに対して専門的な知識を持った看護師が相談をお受けする**看護外来**です。

- 外来日** 第4月曜日 午前9時30分～11時30分
- 対象** 在宅酸素療法を受けている患者さまとご家族
- 担当看護師** 慢性呼吸器疾患看護認定看護師 中岡 真実
- 予約** 事前予約が必要です。主治医・看護師にご相談ください。

お問い合わせ先 清恵会病院 ☎ 072-223-8199 (代表)

