

リウマチ通信

Vol. 40

2019年11月号

関節リウマチ患者さんの手指変形について

手指の変形はどのくらい起こるか

関節リウマチにとって、手指の変形は切っても切れない関係にあり、関節リウマチという病気の特徴ともなっています。小さなものも含めると、関節リウマチ患者さんのほとんどの方に、手関節や手指の関節破壊があるとも言われます。関節リウマチの症状により関節が腫れる事で、関節が破壊され変形しますが、普段の手の使い方によって変形の進行具合は大きく左右されます。（使い過ぎる、痛みを我慢して手を使うなど関節に無理な負担をかける事で変形がより進行する）

そして一旦変形がおこると、原則的には元に戻りません。したがって、できれば変形する前に、治療をする必要がありますし、負担をかけない使い方を獲得する必要もあります。

変形はどのように進むか

『あるとき気がついたら指が変形していた』、という方はたくさんおられますが、実際には変形は急にはおこりません。少しずつ、進行していきます。典型的には（関節が腫れる）→（関節が破壊される）→（関節が固くなったり曲がらなくなったり

する)のように進んでいきます。重症になると、関節が固まって動かなくなったり、ぐらぐらになってしまう事もあります。

手指の変形にはどんなものがあるか

関節リウマチの変形はさまざまです。有名なものとして、スワンネック変形とボタン穴変形があります。これ以外にも、尺側偏位（指が小指側に流れる）、親指のZ状変形など、さまざまな変形があります。しかし、「見かけ」だけでなく、関節が固いか柔らかいかによって使いにくさなどに大きな違いが生じます。

変形を予防するための治療

関節の腫れが変形の始まりです。痛くなくても腫れることがあるので、注意が必要です。腫れたら主治医の先生に相談して、腫れを引かせる治療を考えます。もっとも重要なのは、今服用している内服薬や注射の治療を、しっかり継続することです。それでも腫れが引かない場合は、薬を増やしたり、変更することも考えます。

その他の治療としてはリハビリテーションの運動指導を受け、関節に負担をかけない動作方法を獲得したり、自分に合ったサポーターの検討や装具の作成を行い関節を固定・矯正する方法もあります。



(文責 理学療法士 山野 雄輝)



—心がかよう、心が安らぐ、環境づくり—
武田病院グループ