

日常生活のポイント

関節リウマチは慢性疾患で、長期に付き合うことが必要です。

一般的な薬物療法は、抗リウマチ薬で症状の改善がみられない場合は生物学的製剤を使用しますが、感染症などの副作用があり、注意しなければならない点が多くあります。

◎関節リウマチと上手に付き合うためのポイント

「安静」「保湿」「睡眠・休息」「毎日の体調チェック」「禁煙」

◎日常生活で注意するポイント

「外出時はマスクをする・人混みは避ける」「手洗い、うがいの励行」

「乾燥を防ぐ」「皮膚の清潔保持」「傷をつくらない」「ワクチン接種」

「虫歯や歯周病の歯科ケア」

近年は、高齢の関節リウマチの患者さん、高齢発症の関節リウマチの患者さんが増加してきており、加齢ともに運動や認知機能など心身活動の低下や諸臓器の低下によるさまざまな疾患が複合する状態がみられています。私たち看護師は、治療薬の安全で正確な管理、副作用の早期発見、発症出現時の苦痛の緩和やセルフケアの支援を行い、患者さんがより充実した生活を送れるようサポートして参ります。

（文責 看護師 中村 亜矢 ・ 南川 久美）

関節エコー検査

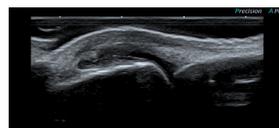
リウマチ科へ通院中の皆さん、関節エコー検査を受けたことはありますか？当院検査科では関節エコーをおこなっています。

今、関節エコーはリウマチ診療の中でとても重要な検査のひとつになってきています。

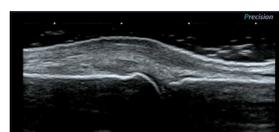
関節エコーで何がわかるの？

●関節が腫れていないか

リウマチの方は関節の中にある滑膜という組織が異常に増えたり、お水が溜まって関節が腫れてくることがあります



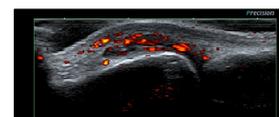
増殖した滑膜



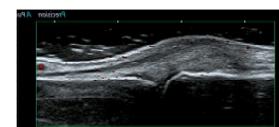
正常

●腫れた関節に炎症がないか

炎症のある部分には赤い炎のような色がつきます
炎症がある場合には、炎症が弱いのか強いのか程度をみます



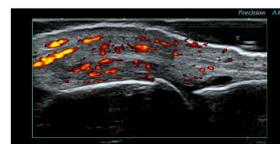
炎症あり



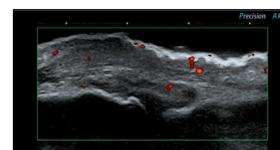
炎症なし

●お薬が効いているか

現在使っているお薬が効いて、関節の腫れや炎症がよくなっているかをみます



治療前



8ヶ月後

治療を始めて痛みがなくなったという方でも、エコーで見ると炎症が残っている場合もあります。レントゲンだけではわからない関節の状態をみるためにも、定期的な関節エコー検査をおすすめします。

(文責 検査科)