医療法人財団 医道会　十条武田リハビリテーション病院

リウマチ通信

Vol.11

平成27年1月号

関節リウマチと口腔ケア

関節リウマチ（RA）と歯周病には臨床的な関連が認められ、両方向の因果関係が示唆されています。歯周病は，歯周病原細菌の感染を通じて RA の発症因子になり，RA 患者では歯周病を併発しやすいことがわかっています。さらに最近では，口腔ケアや歯周病治療により，RA の病勢が改善されることも報告されています。また、口腔ケアは、リウマチだけでなく、糖尿病、認知症、動脈硬化、肺炎の予防に重要だということが明らかになってきました。

虫歯や歯周病は、誤嚥性肺炎の原因になります。肺炎はリウマチ患者さんにとって一番多い合併症、死因の一つなのですが、なかでも誤嚥性による肺炎は少なくないのです。特に、生物学的製剤の治療を考えている人で虫歯や歯痛のある人は、まず歯科受診・歯科治療をして、生物学的製剤の治療を開始しましょう。

長年患っているリウマチ患者さんは顎関節の障害があって口が開きにくいとか、手指の変形があって歯ブラシで歯磨きできにくいなどのご不便があるかもしれません。しかし口の中の清潔を保つ目的だけでなく、歯磨き動作は手指などの関節のリハビリにもなるのです。補助具付きの歯ブラシ、電動歯ブラシや洗浄機の利用して歯磨きもありますので利用してはいかがでしょう。マウスウォッシュ（リステリンやモンダミンなど）を仕上げに行うことも歯周病予防に有用です。口の中の清潔は、リウマチ患者さんにとって、とても大事なことなのです。

（文責　医師　益田　郁子）

グレープフルーツジュースと薬

グレープフルーツは亜熱帯を原産とする柑橘類で、果肉には、天然フラボノイド成分のフラノクマリン類が含まれています。

薬の多くは消化管の小腸から吸収されますが、小腸粘膜には薬を代謝する酵素があり、吸収された一部の薬はこの酵素で代謝されて薬効を失います。

フラノクマリン類は、この薬を代謝する酵素の作用を抑えてしまうといわれています。そのため、グレープフルーツジュースを飲むと酵素により代謝を受けにくくなり、血液の中に入る薬の量が増えて薬の効果が強くでてしまうことになります。

リウマチの薬の中では、タクロリムス（商品名プログラフなど）、シクロスポリン（商品名ネオーラルなど）が影響を受けやすいので注意が必要です。

グレープフルーツの影響は 24 時間以上続き、年齢などの個人差もあるようですが影響がなくなるまで 3～4 日間必要ともいわれています。

飲み合わせの悪い薬を服用している間は、グレープフルーツジュースだけではなくグレープフルーツの果肉や果皮、関連食品の摂取は控えましょう。

グレープフルーツ以外の柑橘類、例えば、ブンタン、スィーティー、はっさく、甘夏、夏みかん、ダイダイ、絹皮、晩白柚などにもフラノクマリン類が含まれています。

薬に影響を与えにくいのは、温州みかん、バレンシアオレンジ、レモン、カボス、柚子などといわれています。

（文責　薬剤師　大西　薫子）

第 2 回リウマチ講演会・懇親会を開催します。

日時：　平成 27 年 2 月 14 日（土）　14：00～16：00
場所：　十条武田リハビリテーション病院　6 階会議室
参加費：無料
※ 医師・看護師・療法士と気軽にお話をしましょう

お気軽にご参加下さい