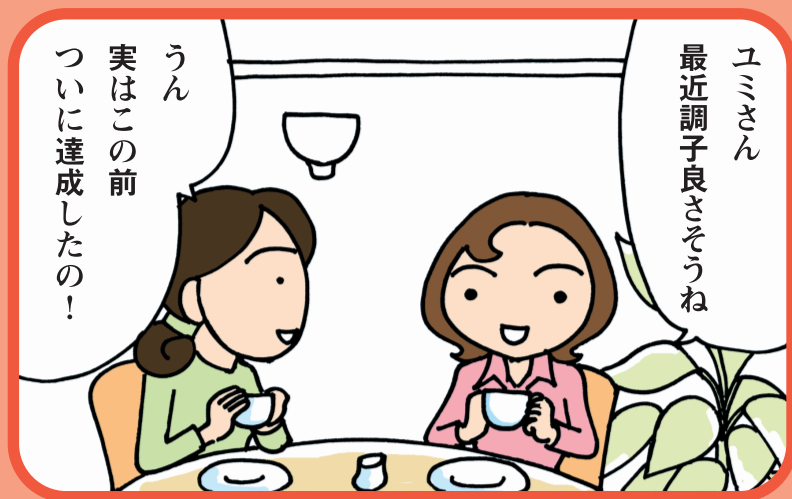


Hikarisan & Treat to Target

ティートゥーティ

ヒカリさんとT2T1

関節リウマチの治療目標



©Saori Oguri/KADOKAWA

施設名

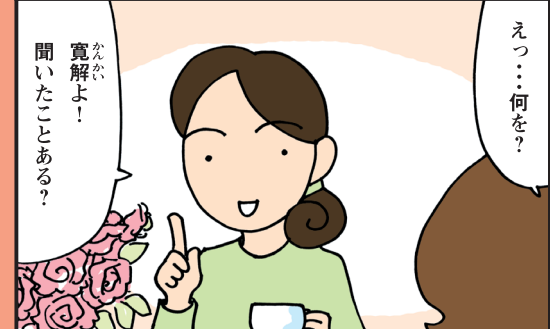
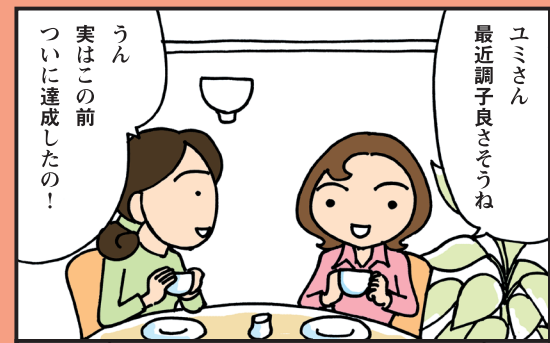
監修 / 竹内 勤先生

埼玉医科大学 副学長
慶應義塾大学 名誉教授

マンガ / 小栗 左多里

岐阜県生まれ。一児の母。国際結婚カップルの暮らしを
ほのぼの描いた「ダーリンは外国人」シリーズが大人気。

第1話「私の治療目標」



【語句説明】
寛解かんかい：病気の勢いが完全に落ち着き、進行が止まっている状態のこと。

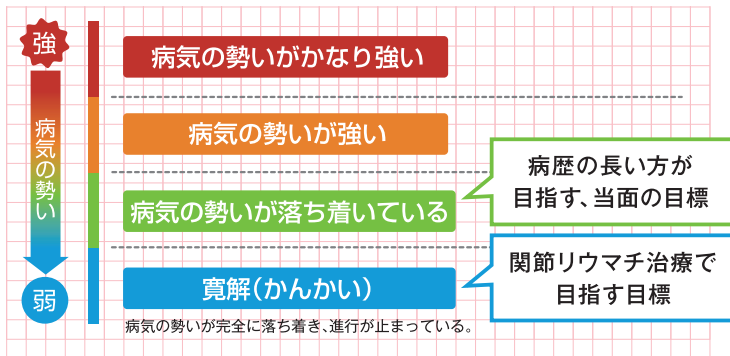
解説

関節リウマチの治療目標は、
まず「寛解かんかい」を達成することです。

治療のめざましい進歩により、特に発症早期の方では寛解かんかいと呼ばれる高い治療目標を目指すことができる時代になりました。腫れ・痛みといった目の前の症状を抑えるだけでなく、関節が壊れてしまうのを防ぎ、発症前のような生活を送ることが可能になっているのです。

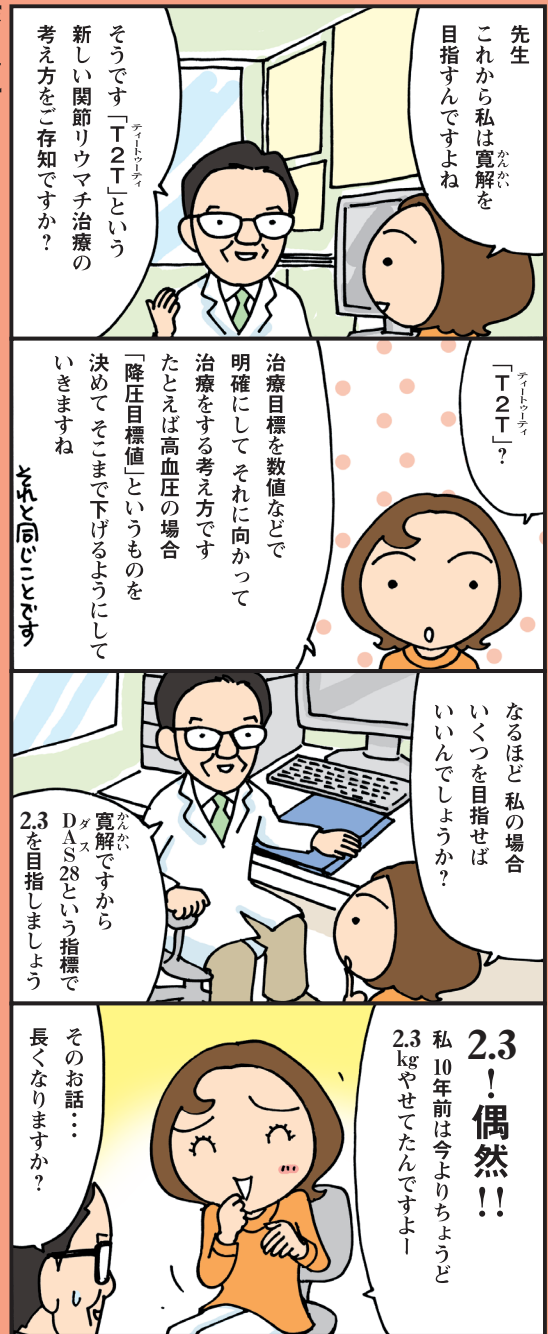
ただし病歴が長い方は、当面の目標として、病気の勢いを落ち着かせることを目指しましょう。治療目標は一人ひとりの状態にあわせて決めることが大切です。他に病気を抱えていないか、薬の副作用はないかなども十分考慮したうえで、医師と相談のうえ、適切な治療目標を定めましょう。

<病気の勢いと治療目標><イメージ図>



ポイント!

目指すべきは、寛解かんかい。病歴が長い方は、
病気の勢いをまず落ち着かせることを目指して。



【語句説明】

DAS28：関節リウマチの病気の勢いをあらわす指標のひとつ。医師による関節の評価、患者さまによる全身の自己評価、血液検査の炎症値を測定し、算出します。
 ESDAI：関節リウマチの病気の勢いをあらわす指標のひとつ。医師による関節の評価、患者さまによる全身の自己評価、血液検査の炎症値を測定し、算出します。
 CDAI：関節リウマチの病気の勢いをあらわす指標のひとつ。医師による関節の評価、患者さまによる全身の自己評価をもとに算出します。
 Boolean基準：関節リウマチの病気の勢いをあらわす指標のひとつ。医師による関節の評価、患者さまによる全身の自己評価、血液検査の炎症値を測定し、算出します。

解説

ティートゥーティ
T2T*とは、明確な目標に向かって治療を進めていく考え方です。

*T2T(ティートゥーティ)…英語のTreat to Targetの略。「目標達成に向けた治療」の意味。

高血圧や糖尿病などの治療では、目指すべき数値目標を定め、その目標まで数値が下がるように治療を進めていきます。そうすることで危険な合併症を防ぎ、健康が維持されることを目指すわけです。治療が大きく進歩した関節リウマチにおいても、T2Tの考え方が国際的に提唱されています。DAS28などの指標を用いて目標を数値化し、それに向かって適切な治療を続けることが推奨されているのです。

T2Tを進めるうえで大切なのが、患者さまと医師が共に治療に取り組んでいくこと。医師と十分なコミュニケーションを図り、疑問があれば質問するようにしましょう。病気や治療についてご自身で勉強しておくことも大切です。

<関節リウマチで用いられる主な指標と、数値目標^{1,2)}>

強	高疾患活動性	DAS28 ²⁾	ESDAI	CDAI
病気の勢いがかなり強い。	4.1	26	22	
中疾患活動性	2.7	11	10	
病気の勢いが強い。	2.3	3.3	2.8	
低疾患活動性	寛解(かんかい)	どの指標を使うか、医師に確認しましょう。		
病気の勢いが落ち着いている。	病気の勢いが完全に落ち着き、進行が止まっている。			
弱				

1) Abe C. Clin Rheumatol 23: 344-348, 2011.
 2) Inoue E, et al. Ann Rheum Dis. 66: 407-409, 2007 より作成

Boolean基準という指標で寛解を達成したかどうかを確認することもあります。

ポイント!

医師と共に明確な目標を決め、それに向かって治療するのがT2T。

ティートゥーティ
T2T 目標達成に向けた
治療のための10か条(日本語版)

- 1 関節リウマチ治療の目標は、まず臨床的寛解を達成することです。
- 2 臨床的寛解とは、炎症によって引き起こされる疾患の症状・徴候が全くないことです。
- 3 治療目標は寛解とすべきです。しかし、特に病歴の長い患者では困難な場合もあり、低疾患活動性が当面の目標となります。
- 4 日常診療における治療方針の決定には、関節の診察を含む総合的な疾患活動性のチェック法を用いることが必要です。
- 5 疾患活動性のチェック法や治療目標の選択には、個々の患者の状況：すなわち他の疾患があるか、患者に特有の事情があるか、薬の副作用に関する事情があるかなどを考慮する必要があります。
- 6 疾患活動性は定期的にチェックし、記録することが大切です。中～高疾患活動性の患者では毎月、低疾患活動性または寛解が維持されている患者では6か月ごとに行うことが必要です。
- 7 通常の診療で治療方針を決定する時には、疾患活動性に加えて、関節の損傷や日常生活動作がどの程度制限を受けているかも考慮します。
- 8 薬物治療の内容は、治療目標が達成されるまで少なくとも3か月ごとに見直されます。
- 9 設定した治療目標に到達した後は、関節リウマチの全経過を通じてその状態を維持し続ける必要があります。
- 10 リウマチ医は、「目標達成に向けた治療(T2T)」を患者とともに決定しなければなりません。

出典：竹内動「関節リウマチ治療における患者版T2Tリコメンデーション」リウマチ科,46(3):297-302,2011
Smolen JS, et al.: Ann Rheum Dis. 75: 3-15, 2016

2巻
次回予告 「疾患活動性のチェック法と治療の見直し」
について。

病気に前向きに立ち向かう
ヒカリさんと共に、
さらにT2Tの理解を深めていきましょう。



「寛解」という高い治療ゴールを目指して。
いま「T2T」という
新しい考え方が広まってきています。

.....

医師と共に一人ひとりの状態にあった治療目標を決め、それに向かつて治療を続けていこう——

1巻では、T2Tの基本的な考え方についてお話ししました。
この新しい考え方は、アメリカ、ヨーロッパで提唱され、各国の患者さまの協力のもと、わかりやすい解説が作成されています。その日本語版が「4つの基本的な考え方」と「10か条」。2巻以降では、さらにくわしい内容をお伝えしていきます。世界で推奨されているT2Tの考え方を理解し、今後の治療に役立てていきましょう。

ティートゥーティ
T2T 4つの基本的な考え方(日本語版)

- A 関節リウマチの治療は、患者とリウマチ医が共に決めるべきです。
- B 最も重要な治療ゴールは、長期にわたって生活の質(QOL)を良い状態に保つことです。これは、次の事によって達成できます。
 - ・痛み、炎症、こわばり、疲労のような症状をコントロールする
 - ・関節や骨に対する損傷を起こさない
 - ・身体機能を正常に戻し、再度、社会活動への参加や就労ができるようにする
- C 治療ゴールを達成するために最も重要な方法は、関節の炎症を止めることです。
- D 明確な目標に向けて疾患活動性をコントロールする治療は、関節リウマチに最も良い結果をもたらします。それは、疾患活動性をチェックし、目標が達成されない場合に治療を見直すことによって可能となります。