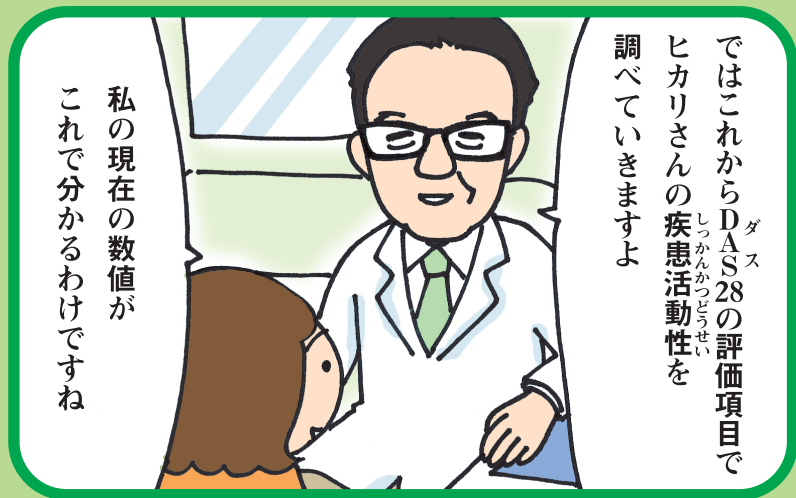


Hikarisan & Treat to Target

ティートゥーティ

ヒカリさんとT2T²

目標達成に向けた、関節リウマチ治療



©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3話 「疾患活動性は、どうチェックするの?」



ではこれからDAS28の評価項目でヒカリさんの疾患活動性を調べていきますよ

私の現在の数値がこれで分かるわけですね

そうです
まずは手ひじ肩など28個の関節を触診していきます

次に病気の状態について聞かせてください
この目盛上で0が「最も病気の状態が良いとき」100が「最も病気の状態が悪いとき」とすると今はどのあたりでしょうか

んー「良い」「悪い」...
どうだろう?
あつ今朝割ったら
黄身が2個入ってたんですよ
すっごく嬉しかったから...

「運」じゃなくて
「病気の状態」で
お願いします...

【語句説明】
疾患活動性：関節リウマチの炎症によって起こる症状や徴候の強さのこと。

関節の診察を含む「総合的な疾患活動性のチェック」を受け、現在の数値を把握しましょう。

解説

関節リウマチの治療方針を決定するためには、今の病気の勢いや症状の強さはどのくらいなのかを、総合的にチェックする必要があります。そのために用いられるのが、DAS28などの「総合的な疾患活動性指標」と呼ばれる世界共通の指標です。医師による関節の診察、患者さま自身による病気の状態の評価、血液検査などを行い、それらの結果から具体的な数値を算出します。疾患活動性の数値をチェックすることで、今の病気の状態や治療効果を確認することができます。目標となる数値(=治療目標)に向かって、適切な治療を続けていきましょう。

<総合的な疾患活動性のチェック法:DAS28の場合>

- ① 医師による関節の評価**
医師が手、ひじなど28の関節を触診。痛みのある関節の数や腫れている関節の数を確認します。
- ② 患者さまによる全身状態の評価**
VAS(バス)と呼ばれる目盛のついたスケールを使って、自分の病気の状態を評価します。
- ③ 血液検査による炎症マーカーの数値**
血液検査によって、炎症の程度を調べます。

①②③の測定結果をもとに、医師がDASスコアを算出します。

※ DAS28の他に、SDAI、CDAI、Booleanといった指標が用いられる場合もあります。

Abe C. Clin Rheumatol 23: 344-348, 2011 より作成

ポイント!

総合的な疾患活動性のチェックを受け、
目標となる数値を目指そう。

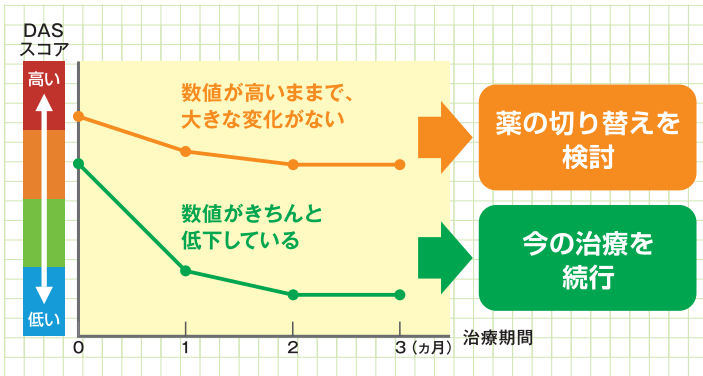
解説

治療目標達成までは、3ヵ月ごとに薬を見直すことがあります。

関節リウマチ治療を続ける中で、思うように疾患活動性の数値が下がらないことがあるかもしれません。その時は、治療薬の見直しをすることもあります。薬の効果が最大限に発揮されるのには通常3ヵ月かかるといわれており、T2Tでは3ヵ月を目安に判断することが推奨されています。¹⁾

また、痛みや腫れの症状がおさまっているからと、勝手に服薬や治療を中断するのは禁物。関節リウマチ治療で大切なことは、目の前の症状を抑えるのはもちろん、炎症によって引き起こされる関節の損傷を防ぐことです。病気の進行を抑え、将来の生活を守るためにも炎症をしっかりと抑えましょう。

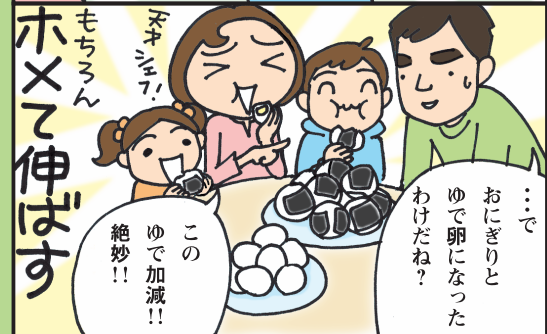
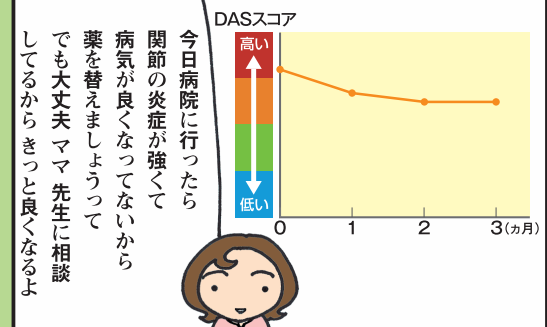
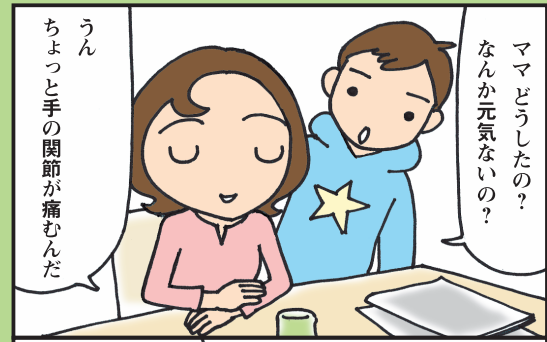
＜DASの数値変動と治療効果の考え方＞＜イメージ図＞



1) Smolen JS, et al.: Ann Rheum Dis. 75: 3-15, 2016

ポイント!

薬の見直しは特別なことはありません。
医師の説明をしっかりと聞き、適切な治療を続けよう。



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

3巻
次回予告 「疾患活動性の定期的なチェックと寛解の維持」
について。

頑張り続けて治療を続けるヒカリさんと共に、
ティートゥーティ
T2Tのトータルな考え方を
学んでいきましょう。



目標達成に向けて、
疾患活動性をしっかりコントロールしよう。
総合的な疾患活動性のチェックを行い、目標が達成される
まで治療を見直す——
2巻では、治療目標を達成するための具体的な方法について
お話ししました。DAS28などの指標により疾患活動性
の数値をチェックし、目標が達成されなければ3か月ごと
に治療を見直すことがポイントとなります。
少し難しい内容ですが、T2Tに関する理解が深まったで
しょうか？ 疑問点は医師に尋ねながら、今後の治療に積
極的に参加していきましよう。

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ささない
 - ・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。