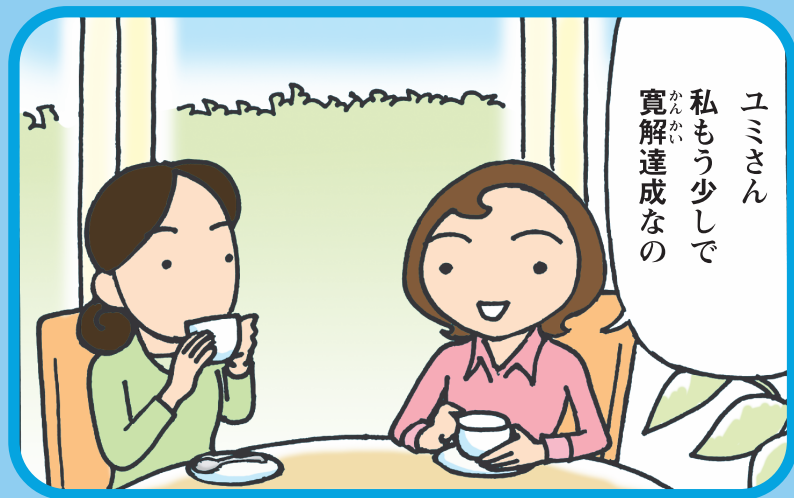


Hikarisan & Treat to Target

ティートゥーティ

ヒカリさんとT2T³

治療目標の達成と、寛解の維持



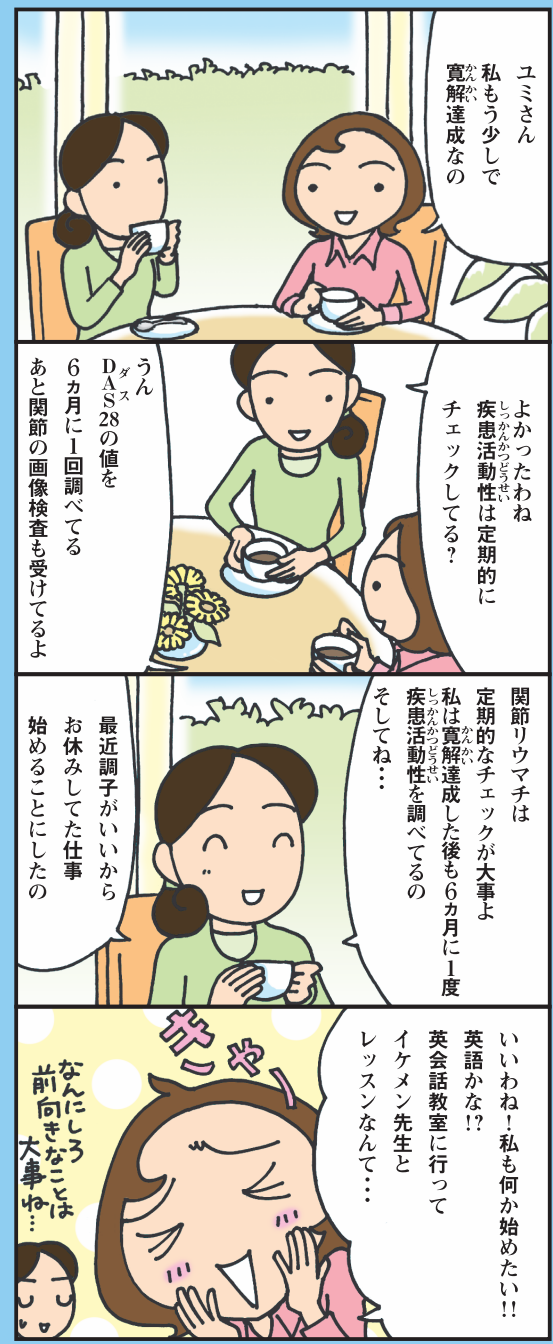
©Saori Oguri/KADOKAWA

施設名

監修 / 竹内 勤先生 たけうち つとむ
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 おぐり さおり
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5話 「疾患活動性は、定期的なチェックを」

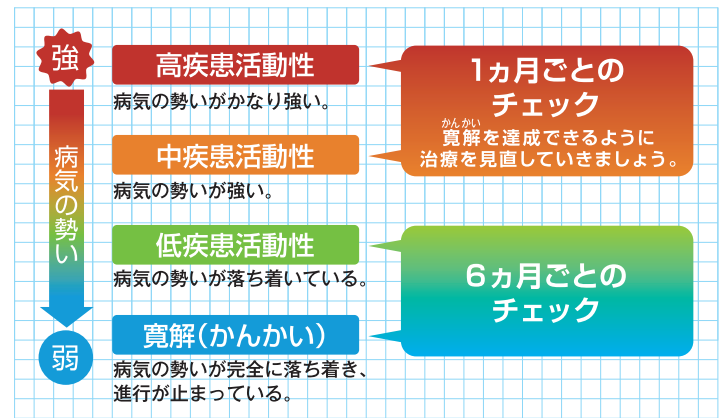


【語句説明】
寛解：……病気の勢いが完全に落ち着き、進行が止まっている状態のこと。
疾患活動性：……関節リウマチの炎症によって起こる症状や徴候の強さのこと。
DAS28などの指標であらわされます。

解説 病気の状態に応じて、定期的に疾患活動性のチェックを受けることが大切です。

病気の状態や進行具合を的確に知るために、疾患活動性のチェックは定期的に受けましょう。T2Tの考え方では、「中～高疾患活動性の場合：毎月」「低疾患活動性または寛解が維持されている場合：6か月ごと」にチェックすることが推奨されています。¹⁾
また、関節の損傷が進んでいないことを確認するために、年に1回は、画像検査を受けることもポイント。日常の治療方針を決定する際には、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する必要があります。仕事や生活に支障がある場合は、ぜひ医師に相談しましょう。

<疾患活動性と、チェックの頻度>



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

ポイント!
疾患活動性のチェックは定期的に受けよう。
また、日常生活に不自由があるときは医師に相談を。

第6話 「目標達成！その後は…」

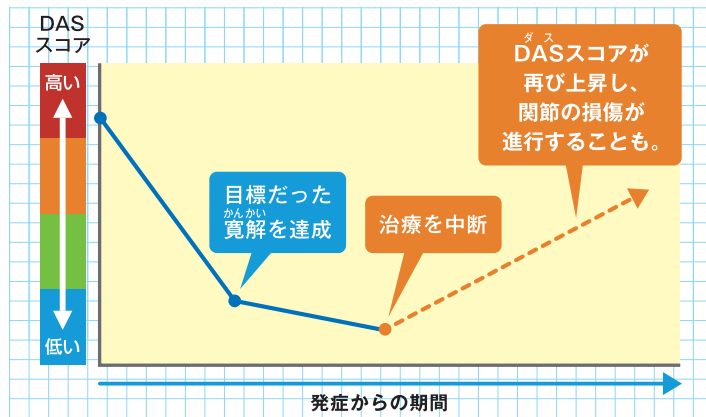
解説

治療目標に到達した後は、
長期的にその状態を維持し続けましょう。

関節リウマチは、設定した目標を達成できるよう治療に取り組み、目標を達成したら、その状態を長年にわたって維持することが大切です。

治療目標に達した後でも、治まっていた病気の勢いが再び活発になって、病気が悪化してしまうことがあります。通院や治療を、自分の判断で勝手に中断しないこと。関節や骨の損傷を防ぎながら日常生活を送り続けるためにも、治療目標を達成したら、その状態の維持に努めましょう。

<治療目標を達成した後、治療を中断してしまうと…> <イメージ図>



ポイント!

治療目標の達成後は、その維持が大切。
病気が再び悪化してしまうことを防ごう。



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ヵ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ヵ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

ティートゥーティ
「ヒカリさんとT2T」は、3巻が最終巻。

3巻にわたってヒカリさんと共に、T2Tの内容をお届けしてまいりました。この冊子を通じてT2Tの理解が深まり、みなさんが前向きな気持ちで治療を続けるきっかけになればと願っています。

読んでくれてありがとう。
これからも一緒に、
治療頑張りましょう！



定期的に疾患活動性をチェックし、
目標達成後は、
その状態をしっかりと維持しましょう。

3巻では、疾患活動性をチェックし続けることの大切さと、目標達成後の注意点についてお話ししました。目標に到達しても、通院や治療を勝手に止めることはなく、疾患活動性をチェックして、寛解などの維持に努めましょう。
近年、関節リウマチ治療はめざましい進歩を遂げ、T2Tという新しい考え方が生まれました。もつとも重要な治療ゴールは、長期にわたって症状をコントロールし、関節の損傷を防ぎ、あなたらしい生活を取り戻すことです。そのために必要な治療をこれからも続けていきたいと思います。

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。