URL：http://www.jmrf-nanbyou.org

一般財団法人

難病治療開発機構ニュース

Vol.7-1 MAY 2019 発行：一般財団法人難病治療開発機構

2019年5月25日（土）に三重県志摩市の西岡記念セントラルクリニック リハビリ棟にて「第3回地域包括ケアセミナー」を開催致しました。
今回は、関節炎の新しい治療をテーマに三重大学整形外科の若林弘樹先生による「関節と骨の痛みはなぜ起こるのか」と当財団理事長の西岡久寿樹による「高齢化社会のリウマチ治療　～進化する変形性関節炎と骨粗鬆症の治療～」がありました。

予定人数を上回る100名近くの患者様、医療関係者が参加され、講演後の質疑応答では関節炎や骨粗鬆症の治療について患者様からたくさんの質問があり、会場は熱気に包まれておりました。

本紙を許可なく転載することを固くお断りいたします

講演をされる三重大学整形外科の若林弘樹先生。
関節や骨の仕組みや治療方法、日常生活での注意事項などについてわかりやすく解説をしてくださいました。
特に自分の骨量を知っておくことが大事ですとおっしゃっていらっしゃいました。

司会を務められた西岡記念セントラルクリニック院長の西岡洋右先生。

講演をする当財団理事長の西岡久寿樹。
ロコモティブシンドロームから始まり、変形性関節症、骨粗鬆症の病気の解説、日常生活での注意事項、治療薬について解説をいたしました。
特に、自己チェックをして早期発見・早期治療につなげることが大切であると強調されていました。

本紙を許可なく転載することを固くお断りいたします

抄録1

関節と骨の痛みはなぜ起こるのか

若林弘樹
三重大学医学部整形外科　講師

「痛み」とは国際疼痛学会の定義では「実際に何らかの組織損傷が起こった時、あるいは組織損傷が起こりそうな時、あるいはそのような損傷の際に表現されるような、不快な感覚体験および情動体験」と定義されている。痛みは危険を知らせる信号であり、外傷であればその損傷組織部位と程度を、炎症や腫瘍性病変においても組織損傷部位を個体に認識させることにより、その個体の生命を守ることにつながる。つまり痛みに気づくことで、治療のきっかけとなり、原因になっているけがや病気が解消すれば、痛みもなくなる。このような急性痛の治療をしても3～6ヵ月以上もの間、痛みが続き、日常生活に支障を来すこともあるものが慢性痛と言われている。

整形外科新患調査2012 概要報告では腰椎疾患が最も多く全体の18.8％を占め、次いで、膝関節疾患が14.0％であった。関節痛を伴う疾患として外傷、痛風、偽通風、変形性関節症、リウマチ性疾患などがある。腰椎疾患では変形性腰椎症が最も多いが、骨粗鬆症の腰痛も多く、骨脆弱性による椎体骨折が原因であることが多い。しかしながら約10%の患者には骨傷がないにも関わらず疼痛を訴える患者が存在する。

今回の講演では関節・骨の痛みついて基礎的研究や文献的考察を交えて述べていきたい。

抄録2

高齢化社会のリウマチ治療
～進化する変形性関節症と骨粗鬆症の治療～

西岡久寿樹
政策研究大学院大学Global Health Care　Senior Fellow
公益財団法人日本リウマチ財団　常務理事

「平成」から「令和」へと時代は移りましたが、現代社会は少子化に伴う高齢化社会へと変化しています。高齢者にとってご自身の足で歩くことができなくなるということは精神的にも肉体的にも大きなダメージを日常生活にもたらし、最終的には介護が必要な生活になってしまいます。

こういった生活に陥らないためには、普段から運動を行い筋力をつけることが重要ですが、どうしても年齢を重ねることによって変形性関節症や骨粗鬆症を患い、著しくQOLが低下することは避けられない事実です。

股関節や膝などの変形性関節症は、重篤化すると人工関節置換術などをするしか方法がないのが現状です。また、高齢者に多くみられる代表的な疾患の骨粗鬆症によって背骨が変形してしまって歩行困難になる方も多くみられます。

今回は、十分な治療を受けられずに痛みに悩まされている多くの患者様にとって朗報となるバイオ製剤の登場によりさらに進化している骨粗鬆症、変形性関節症などの治療薬やリハビリテーションを含めた新しい治療の進歩について解説をいたします。

ロコチェックテスト25

氏名：

下記の25項目の質問の当てはまる個所に○をつけてください

☆ この1か月の身体の痛みなどについて伺います						
1	頸・肩・腕・手のどこかに痛み（しびれも含む）がありますか	痛くない	少し痛い	中程度痛い	かなり痛い	ひどく痛い
2	背中・腰・おしりのどこかに痛みがありますか	痛くない	少し痛い	中程度痛い	かなり痛い	ひどく痛い
3	下肢（脚のつけね、太もも、膝、ふくらはぎ、すね、足首、足）のどこかに痛み（しびれも含む）がありますか	痛くない	少し痛い	中程度痛い	かなり痛い	ひどく痛い
4	普段の生活でからだを動かすのはどの程度つらいと感じますか	つらくない	少しつらい	中程度つらい	かなりつらい	ひどくつらい
☆ この1か月の普段の生活について伺います						
5	ベッドや寝床から起きたり、横になったりするのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
6	椅子から立ち上がるのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
7	家の中を歩くのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
8	シャツを着たり脱いだりするのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
9	ズボンやパンツを着たり脱いだりするのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
10	トイレで用足しをするのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
11	お風呂で身体を洗うのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
12	階段の上り下りはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
13	急ぎ足で歩くのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
14	外に出かけるとき身だしなみを整えるのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
15	休まずにどれくらい歩き続けることができますか（もっとも近いものを選んでください）	2～3km以上	1km程度	300m程度	100m程度	10m程度
16	隣近所に外出するのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
17	2kg程度の買い物（1リットルの牛乳パック2個程度）をして持ち帰ることはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
18	電車やバスを利用して外出するのはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
19	家の軽い仕事（食事の準備や後始末、簡単な片付けなど）はどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
20	家のやや重い仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）はどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
21	ジョギング、水泳、ゲートボール、ダンスなどはどの程度困難ですか	困難でない	少し困難	中程度困難	かなり困難	ひどく困難
22	親しい人や友人とのお付き合いを控えていますか	控えていない	少し控えている	中程度控えている	かなり控えている	全く控えている
23	地域での活動やイベント・行事への参加を控えていますか	控えていない	少し控えている	中程度控えている	かなり控えている	全く控えている
24	家の中で転ぶのではないかと不安ですか	不安はない	少し不安	中程度不安	かなり不安	ひどく不安
25	将来歩けなくなるのではないかと不安ですか	不安はない	少し不安	中程度不安	かなり不安	ひどく不安
回答数を記入してください		0点＝	1点＝	2点＝	3点＝	4点＝
回答結果記入してください		合計		点		

日本整形外科学会ロコモテスト25を一部改変

一般財団法人難病治療開発機構　事務局

〒100-0013東京都千代田区霞が関1-4-1日土地ビル1階

電話：03-3580-8532　FAX：03-3580-8533　E-mail：info@jmrf-nanbyou.org

URL：http://www.jmrf-nanbyou.org/

本紙を許可なく転載することを固くお断りいたします