

リウマチ膠原病通信(第3回)

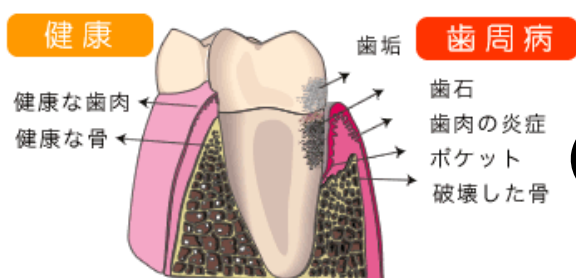


今回は、**関節リウマチと歯周病**についてのお話です。

以前より、**歯周病は関節リウマチの発症に関連がある**と報告されています。

●ところで、歯周病とは？

- ・歯周病は細菌の感染によって引き起こされる病気です。
- ・歯と歯肉の間の清掃が行き届いていないと、歯垢（プラーク）が蓄積し、その中の細菌によって歯肉に炎症をひき起こし、やがては歯を支えている骨を溶かす病気で、結果的に歯を失う原因となります。この歯垢に住みついた細菌やその細菌から出される毒素が原因となって様々な病気を引き起こします。



関節リウマチ以外にも、狭心症・心筋梗塞や
脳梗塞、糖尿病、誤嚥性肺炎、腎炎、
早産などにも関与していると言われています。

● 歯周病のセルフチェック

- 朝起きたとき、口の中がネバネバする。
- ブラッシング時に出血する。
- 口臭が気になる。
- 歯肉がむずがゆい、痛い。
- 歯肉が赤く腫れている。(健康的な歯肉はピンク色で引き締まっている)
- かたい物が噛みにくい。
- 歯が長くなったような気がする。
- 前歯が出っ歯になったり、歯と歯の間に隙間がでてきた。食物が挟まる。

※ 3～5項目当てはまる:油断は禁物です。

6～7項目当てはまる:歯周病が進行している可能性があります。

全て当てはまる:歯周病の症状がかなり進んでいます。

● 関節リウマチと歯周病

現在、関節リウマチの治療効果を判断する材料として、関節エコー検査を使用しています。以前、臨床的寛解（リウマチの症状が落ち着いている）の患者様を対象に関節エコー検査をさせて頂いたところ、約 68.6%の患者様の関節内に炎症が残っていました（関節エコーを用いることでリウマチの活動性を正確に評価し、治療方針の決定に役立っています）。



そこで関節エコーで炎症が残っている患者様と炎症のない患者様に分けて歯周病菌の菌量を検査したところ、炎症が残っている患者様で菌量が多い事が分かりました。
これは歯周病が関節リウマチの活動性に関与している可能性を示しています。

● 関節リウマチの治療の効き方にも歯周病治療が関与する！？

当科では当院歯科と協力し、関節リウマチと歯周病についての様々な研究を行っています。

1. リウマチ患者様に対し、歯周病治療を行うことで口腔内の細菌はどう変化するのか？
2. リウマチと歯周病の治療を同時に行うことで、関節の症状がさらに良くなるのか？

※当科では関節リウマチと歯周病の関係以外にも様々な臨床研究を行っており、外来担当医から患者様に研究へのご協力をお願いする場合があります。

研究で得られたデータなどは、今回の「関節リウマチと歯周病」のようにこのリウマチ膠原病通信を通じて皆様にご報告出来ればと考えております。

何かご質問のある患者様、研究内容に興味のある患者様はスタッフにお声掛け下さい。

～トピックス～ リウマチ看護外来をご存じですか？

近年、関節リウマチの治療では生物学的製剤という注射薬(点滴あるいは自己注射)が多く使われており、ご自身で注射をされる患者様も増えています。リウマチ看護外来では、生物学的製剤を自分で注射される方が、安心して確実に注射ができるよう支援を行っています。

★ 自己注射のメリット ★

- ・通院する時間や頻度の短縮
- ・自分の都合の良い時間に注射ができる
- ・点滴に比べ、自己注射は時間がかからない

★ 患者様が自分で注射できる薬は5種類あります。



左から
シムジア、オレンシア、
ヒュミラ、エンブレル、
アクテムラ

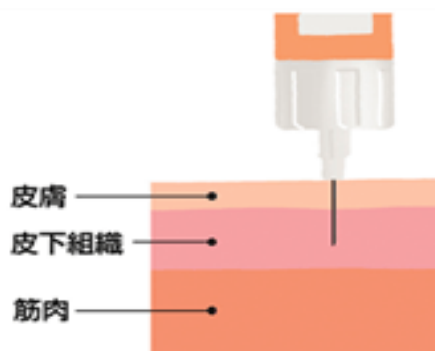
★ 針の太さは、採血の針に比べて約半分の細さです！



痛みが少ないですよ。
左:オレンシア(0.33mm)
右:採血用針(0.7mm)



★ 皮下注射なので、針も短く、 深く刺さる心配はありません！



★ 看護師と1対1で注射の方法や日常生活で注意することなどを確認し、練習用の注射器で練習をしてから実際にご自身で注射をします。



練習用の注射器で
人工皮膚をつけて、練習します



指に痛みがありますが、補助具をつけて上手に注射されています

患者様のご家族の方が
注射されています



一緒にリウマチの治療に取り組みましょう！

是非、ご相談ください！



★リウマチ看護外来★
毎週 月・火曜日 9時～13時
※ ご希望の方は、
担当医までお申し出下さい



●次回(第4回)のリウマチ膠原病通信は
「関節リウマチの関節外症状」
を掲載予定です。

<文責>

リウマチ外来担当 吉田 周造
吉川 紋佳
リウマチ看護専門ナース 森 かな恵