

NEWS



TAKE FREE

2021.5

リウマチ膠原病性疾患の専門診断と治療を行う リウマチ・膠原病センター

膠原病は、関節や筋肉の痛みやこわばり、皮膚や内臓などにみられるさまざまな病変など、症状が非常に多岐にわたります。また、代表的な関節リウマチをはじめ、多くが根治の難しい病気です。そんな膠原病を各分野の専門医が連携し、総合的かつ全人的な診療を行っているのが当院のリウマチ・膠原病センター。中島亜矢子センター長に話を聞きました。

三重大学病院では、リウマチ・膠原病の診療を“科”ではなく“センター”として行っています。何か理由があるのですか。

リウマチ・膠原病は、根本的な原因が解明されていない難治性の疾患群の一つです。症状も内科的なものから皮膚科や整形外科、眼科、耳鼻科的なものまで幅広いため、多方面からの診療が必要です。当院で一診療科ではなく、「リウマチ・膠原病センター」となっている背景はそこにあります。組織上、“センター”とすることで、内科以外にも整形外科などの診療科が連携しながら診療にあたれるようにしています。様々な症状を持つ患者さんには、症状ごとに複数の診療科にかかりいただきますが、総合的判断は当センターで行い、全般的な治療を受けていただけるよう努めています。

各地で専門診療ができるように、県内の医療機関との連携も進んでいるそうですね。

関節リウマチだけを見ても、全国で82万人ほど、県内にも1万3千人くらいの患者さんがおられると推定されます。多くの方が専門診療を受けられるように、当センターのリウマチ内科医を四日市、鈴鹿、松阪地区などの病院に外来派遣しています。また、治療してよくなられた患者さんは、かかりつけ医の先生に再度バトンタッチしてケアを継続いただくなどして、新規の患者さんも多く診療できるようにしています。

県内の医療機関との連携は、リウマチ・膠原病の専門医の育成でも活かされているとか。

当院のリウマチ・膠原病センターが設立された2017年当時、三重県には、総合病院勤務の内科系リウマチ専門医が2人しかおらず、県内のリウマチ・膠原病診療は十分とは言えない状況でした。当院のセンター設立と同時に、三重大学医学部にリウマチ膠原病内科学の講座がつくられ、以来、診療・研究とともに専門医を育成することに努めています。また、リウマチ専門医を育成する日本リウマチ学会のリウマチ教育施設として、2021年4月時点で三重大学病院以外に桑名市総合医療センター、伊勢赤十字病院、鈴鹿中央総合病院があり、協力して専門医育成を進めています。



明るくオープンな雰囲気が当センターのチームワークの源

リウマチ・膠原病センターでは、診療に際し、どのようなことを方針としていますか。

リウマチ・膠原病は、疾患ごとに、また患者さんごとに、症状経過が多岐にわたります。まず大切にしているのは、しっかり話を伺い、頭から足の先まで診察をする、そして診断し、ガイドラインに基づいた上でその方にあった適切な治療をするという、当然すべきことをきちんと行うことです。診断や治療に難渋する場合は、リウマチ医だけでなく、他診療科の先生方とカンファレンスで検討しますし、看護師など多職種との連携も大切にしています。

最終的には、患者さんが治療を受けながらであっても、できるかぎり病気になる前と同じような生活を送れるようにすることを目標にして、患者さんの意向を伺いながら協力して治療にあたることをセンター全員で大事にしています。

このセンターを通じて、リウマチ・膠原病の治療に今後どのように取り組んでいきたいと考えていますか。

まずは、リウマチ専門医を育成し、増やすことです。いずれは私がいなくても大丈夫なくらい(笑)、専門医と指導医を増やしたいです。専門医が増えたら、地域の中核病院への医師派遣を行っていきたいと思います。またかかりつけ医の先生方向けにリウマチ・膠原病教室をWeb開催し、地域のリウマチ・膠原病患者さんの診療をサポートしていただく環境づくりも計画しています。昨年、新型コロナウィルス感染症の関係で断念した市民公開講座の開催も実現し、患者さんの早期受診のサポートを行ったり、友の会を通じた支援も進めていきたいと考えています。

リウマチ・膠原病で悩んでおられる患者さんに何かメッセージはありますか。

この20年間でリウマチ・膠原病診療に関する薬剤は強力となり、その結果、治療効果は非常に改善しています。お一人お一人にあった最善の治療が提示されると思います。疑問点、不安な点があれば、担当医や看護師に率直にお聞かせください。一緒に治療していきましょう。

**| PROFILE | リウマチ・膠原病センターセンター長
教授 中島亜矢子**

小さい時から医師になりたいと思い育つ。中高6年間教わった女性の数学の家庭教師が全身性エリテマトーデスを患っていたことがリウマチ・膠原病の専門医になったきっかけ。ステロイドしか治療の選択肢がなかった時代、数学だけでなく様々なことを教えてくれた素敵な先生から毎週のように言われた「膠原病を診られる医者にならね」という言葉が心に残り、後に医師になった時、迷うことなくリウマチ・膠原病を専門領域に選ぶ。以来、この領域一筋に多くの患者さんの治療に携わってきた。



どんな人に発症しやすいのですか？

一部の疾患を除き、女性での発症割合が多い傾向があります。リウマチ・膠原病性疾患の代表である全身性エリテマトーデスは20～30歳代の女性に好発し、日光にあたりすぎることなどがリスクとされています。関節リウマチは中高年の女性に好発し、喫煙や歯周病が発症に関わる可能性も指摘されています。しかしながら、基本的には生活習慣病ではありませんので予防は難しい病気です。



リウマチ・膠原病とは

リウマチ・膠原病センター センター長 医師 中島亜矢子

初期症状にどんなものがありますか？

疾患によって様々ですが、手のこわばり、関節痛、レイノー現象（寒いところに行くと血流障害で指が白くなる）、感染症や悪性腫瘍ではないのに熱が続く、皮膚や肺、腎臓、神経など多数の臓器に異常があるなどの場合にリウマチ・膠原病が疑われます。早めの発見と治療開始がその後の病気のコントロールに大切ですので、不安な症状があれば、まずはかかりつけ医に早めに相談してください。

また、リウマチ・膠原病が疑われた場合には、日本リウマチ学会のホームページ（<https://www.ryumachi-jp.com/>）から専門医を検索することができます。

膠原病の主な初期症状



気になったらかかりつけ医に
早めに相談しましょう！

Q. 治療法はありますか？

薬の使用をやめても病気が再燃しないことを「完治」というのであれば、現在、リウマチ・膠原病を完治させる薬はありません。よって、薬剤を用いながらコントロールし、症状を抑えていくことが治療の目標となります。

現在、様々な新規の薬剤が出てきていますので、できるだけ早期に適切な治療を始め、コントロールを目指しましょう。長期に疾患活動性（病気の勢い）がコントロールされている場合に薬をやめることができる患者さんも一部いらっしゃいます。いずれにしても、早期発見と早期の治療開始がとても大切です。

NEWS

5月22日(土)生命の駅伝 ジョイント「市民公開講座」

「がんと闘っている人を励まし、がん研究を支援する」ことを目的に長年活動を続けているEKIDEN for LIFEの会。毎年、「生命の駅伝」としてタスキをつなぎながら募金を行い、三重大学病院のがん研究の助成金としてお寄せくださっています。今回の市民公開講座では、この助成を受けた研究の発表や「肺がん診療の最前線」と題した講演などが行われます。また、三重大キャンパス内のトリムコースにて、がんと闘う人を励ますラン／ウォークも予定されています。

■参加お申込みは5月5日（水）まで

お問い合わせ

受付時間／平日9:00～17:00

■Opening Run&Walkについて 三重大学経営管理課 059-231-5039

■市民公開講座について 三重大学病院がんセンター 059-231-5055



NEWS

✓ お子さんから若年成人の患者さんを専門的かつ包括的にケアする「小児・AYAがんトータルケアセンター」が新設されました。

当院の「小児・AYAがんトータルケアセンター」は、医療的ケアを必要とする15歳未満のお子さんやAYA世代と呼ばれる15歳から30歳前後の思春期・若年成人のがん患者さんが、安心して医療を受け、社会生活を送れるよう包括的にサポートすることを目的に開設されました。また、地域の医療機関や行政などと密接に連携し、患者さんやご家族・ご関係者が納得できる質の高い医療環境をつくることを目指しています。

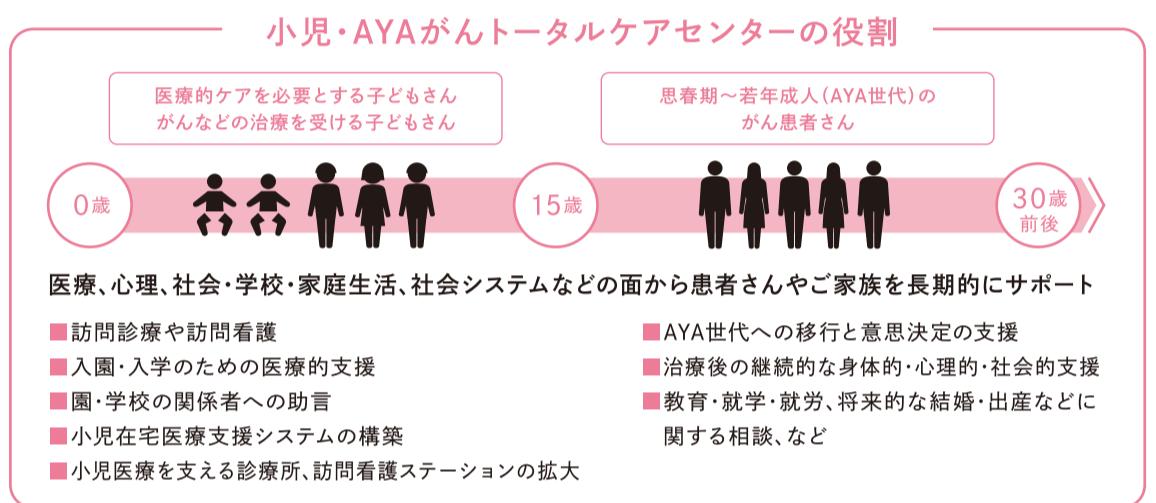
日常的に医療的ケアを必要とするお子さんには、特に学校や家庭で様々な関係者の理解や協力が不可欠です。また、小児からAYA世代のがんの治療では、成人以降の人生を前提として、患者さんの人生観に基づいた多様なサポートが求められます。センターには、医師、看護師、医療ソーシャルワーカー、チャイルド・ライフ・スペシャリスト、臨床心理士などの専門職を配置し、治療前から治療後まで様々な悩みや課題に寄り添い、長期にわたりトータルにサポートできるようにしています。

当院は、厚生労働省が指定する「がん拠点病院」および「小児がん拠点病院」として、また、三重県の医療的ケア児の支援事業で中心的な役割を担う医療機関として、長年いろいろな面から小児医療とAYAがんに取り組んできました。このセンターの開設により、さらにそのサポートの幅を広げ、強化していきます。



お問い合わせ・ご相談

小児・AYAがんトータルケアセンター
059-231-5768



NEWS

✓ 「総合内科・総合診療科」は「総合診療科」となりました。

4月1日より、「総合内科・総合診療科」は、「総合診療科」に名称を変更いたしました。

診療内容に変更はなく、これまで通り、幅広い領域の内科疾患に対し、臓器別にとらわれない横断的かつ全人的な診療を行います。また、総合診療科では、みなさまのかかりつけ医からのご紹介をお受けしています。特に、多臓器にわたって疾患がある方、複数の症状がある方、体調不良の原因が不明な方などはご相談ください。引き続き、内科の各分野の専門医が連携しながら総合的な診察を行い、様々な病気や体調不良に悩まれる患者さんに寄り添う診断・治療に尽力していきます。

NEWS

✓ オンライン面会が可能になりました！

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、原則面会禁止のお願いが続いている中、患者さんがご家族とお話しできるよう「オンライン面会(完全予約制)」を開始いたしました。

ご希望日の2日前(休診日を除く)までに、当院に電話で予約

予約日時の5分前までに当院にお越しいただき、専用のブースから専用端末で接続

オンラインで面会

面会対象者

ご家族

実施時間

①14:00～ ②14:20～ ③14:40～ ④15:00～ ⑤15:20～ ⑥15:40～
土日祝及び年末年始を除く。1日6組まで。1組あたりの実質面会時間は10分以内。

予約方法

ご希望日の2日前(休診日を含まない)までに、下記にお電話の上、「オンライン面会予約希望」とお伝えください。
日程調整後、当院担当者から折り返しご連絡します。ご希望の日時に沿えない場合があります。

予約電話番号:059-232-1111(代表) / 受付時間:平日の13:30～16:00

その他

面会専用ブースへの入室は最大2名となります。面会は週1回、1か月に最大2回までとさせていただきます。
患者さんの状態、治療の状況等によっては、実施できない場合があります。

健康一言アドバイス

『貧血とは？』

貧血とは、呼吸により体内に取り込んだ酸素を体中の細胞に運ぶ役割を担っている血液中のヘモグロビンの濃度が低下(成人男子は13g/dl未満、成人女子や小児は12g/dl未満、妊婦や幼児は11g/dl未満)している状態をいいます。

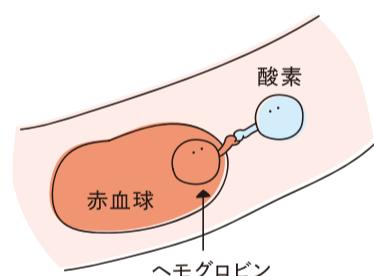


よく「立ちくらみ」をした時に、「“貧血”だ」とか“脳貧血”を起こした」と言うことがあります。これは、急に立ち上がった時に血液の循環がうまく行かず、血圧が低下することで起こる“起立性低血圧”というもので、“貧血”ではありません。

症状

貧血になると階段を上がったり、長時間歩いたりすると息切れなどを感じるようになります。また、急に立ち上がったわけでもないのにくらくらする場合は、貧血が疑われます。これらの症状が起きる原因は、ヘモグロビン濃度の低下により、体内にいきわたる酸素量が減ってしまうからです。

ヘモグロビンをつくるのに必要な鉄分不足による貧血(鉄欠乏性貧血)では、氷を好んで食べたくなる“氷食症”や、爪の中央がへこみ、先が反り返る“スプーンネイル”になったりするほか、イライラや注意力の低下などの症状がみられることもあります。



原因

原因はたくさんありますが、最も多く見られるのは鉄分の不足です。若い女性は、月経による出血やダイエットによる鉄分摂取不足により鉄欠乏性貧血になりやすい傾向があります。

また、ビタミンB12や葉酸の不足で貧血になることがあります。

その他、胃潰瘍などの出血でも鉄欠乏性貧血になりますし、胃や大腸のがんによる体内での出血が貧血を招いていることもあります。血液を作るしくみに異常がある骨髄異形成症候群などの病気が原因となっている場合もあります。貧血以外に症状がなくても、何か病気が潜んでいる可能性がありますので注意が必要です。血液検査である程度の原因はわかりますので、貧血の症状が続くようであれば、かかりつけ医や血液内科の医師に相談してください。

貧血の予防

鉄欠乏性貧血に対しては、鉄剤の内服が有効です。鉄剤には色々な種類がありますので先生と相談しましょう。

食品中の鉄には、レバーや赤身肉などの濃い色の肉、赤身魚やあさりなどの動物性食品に含まれる「ヘム鉄」と、ひじきやほうれん草、ブルーンなどの植物性食品に含まれる「非ヘム鉄」の2種類があります。ヘム鉄の方が圧倒的に吸収率はよいですが、非ヘム鉄もビタミンCを多く含む果物と一緒にとると吸収率が上がります。鉄の吸収には、亜鉛や銅などのミネラルも重要ですので、バランスの良い食事をとるよう心がけましょう。もし、貧血の原因となる疾患がある場合には、まずその治療をすることが先決です。



輸血細胞治療部 部長・医師 大石晃嗣

発展に注目しています。

三重県におけるリウマチ診療のさらなる体制が系統的に整備されました。

設立され、リウマチ・膠原病に対する診療体制がおかれだと感じています。

三重大学にリウマチ専門医の先生方の多大なるご尽力のおかげだと感じています。

マチの治療法が急速に発達した結果であります。10年近く前は、リハビリテーションが必要なリウマチ患者様が外来にたくさんいらっしゃいましたが、最近ではほとんどお見かけしなくなりました。これはリウ

編集後記

へえー！そなんやあ！
三重大学病院トリビア

vol.10 専門診療のためのセンター 11

当院には、組織横断的な職員で構成されるセンターが23あります。中でも、チーム医療をいかした専門的な診療やケアの提供を目的としたセンターは11。本紙で紹介したリウマチ・膠原病センター、小児・AYAがんトータルケアセンターの他、乳腺、救命救急・総合集中治療、周産母子、血管ハート、認知症、高度生殖医療、緩和ケア、口腔ケア、痛みといったセンターがそれぞれ設置されています。



国立大学法人【特定機能病院】
三重大学医学部附属病院

三重大学病院広報紙「ミニ ミュース」vol.11 2021年5月発行 無料

TEL:059-232-1111(代表)

発行:三重大学医学部附属病院 〒514-8507 三重県津市江戸橋2丁目174番地

<http://www.hosp.mie-u.ac.jp/> 広報センターTEL:059-231-5554

本紙掲載の文章・記事・写真等の無断転載はお断りします。本紙に関するご意見・ご感想は大学病院広報センターへお願いします。



お知らせ

感染症対策、
レシピ、
防災情報などを
UPしています
でご覧ください！



病院公式YouTube

フェイスブック