

沼津市立病院広報誌

numa **p**ital

ぬまピタル

vol.34
Jul.2025

見開き特集 こうげんびょう 膠原病 について



ペグボードを使用した手指のリハビリテーション

Profile 澤木 俊興

平成 14 年 金沢医科大学卒業、臨床研修後に血液免疫内科入局

血液疾患と膠原病の診療に従事

平成 20 年 学位取得

平成 24 年 都立多摩総合医療センター勤務
多摩北部医療センター併任

平成 27 年 当院勤務

趣味：ビールの勉強

沼津のすきなところ：穏やかな気候と狩野川河畔

資格：医学博士、日本内科学会認定医・総合内科専門医、日本リウマチ学会専門医・指導医・認定ソノグラファー



膠原病について

こうげんびょう

リウマチ膠原病科部長

澤木 俊興 医師

膠原病の治療を専門とする、澤木医師に「膠原病」について、伺いました。

Q. 膠原病とは、どんな病気ですか？

A. 感染症の原因となる病原体と戦い、自分の体を守る機能のことを「免疫」といいます。人間の免疫は、間違っって自分の体を攻撃してしまうことがあります。

この自分の体を攻撃してしまう病気のことを「膠原病」といいます。膠原病は、筋肉や骨格、関節に症状が出やすい傾向があるため、膠原病科は、「筋骨格の内科」と表現されることもあります。

Q. 膠原病にかかると、どのような症状が出ますか？

A. 膠原病の中で最も多いのは、免疫が関節を攻撃してしまう「関節リウマチ」いう病気です。症状が進むと、複数の関節が痛くなったり、腫れたりします。

攻撃された関節は炎症が起きているので、そのままにしておくと、関節が破壊され変形してしまいます。また、免疫による特殊な肺炎を併発することもあります。

Q. 膠原病の治療法は何ですか？

A. 間違っった免疫機能を正すために、免疫の活動を抑え込む免疫抑制剤を投与します。

初めは、メトトレキサートという薬をお勧めしています。この薬を使用しても効果が不十



分なときは、さらに効果の強い「分子標的治療薬」を使用することもあります。

Q. 免疫抑制剤は危ないのではありませんか？

A. 免疫を抑えすぎると感染症にかかりやすくなるなど、良くない点もあります。しかし、免疫の異常によって起こる膠原病を抑え込むためには、なくてはならない薬です。

そのため、効果と副作用とのバランスを見ながら、必要最小限の投薬を心がけています。そして、投薬治療中は、注意深く経過を観察します。

Q. 分子標的治療薬とは何ですか？

A. 分子標的治療薬は、病気の原因となっている特定の分子(細胞)にだけ作用するように作られた免疫抑制剤です。膠原病の症状を強く抑え込むことができます。注射や飲み薬など、様々な種類があります。

Q. 治療で良くなったら、薬をやめることはできますか？

A. 現在使われている治療薬では、関節リウマチを含め、多くの膠原病を完全に治すことは難しいと考えられています。

そこで、薬を継続的に使用して、できる限り症状のない状態を維持することを目指します。そのため、通常は長期間にわたり、薬を使用することになります。病気の勢いがおさまってくれば、薬の量を減らしたり、注射の間隔を延ばしたりすることもあります。

Q. 膠原病にかかりやすいのはどのような方ですか？

A. 膠原病は、一般的に女性に多くみられる病気です。当院でも男女比はおよそ3:7で、女性の患者さんが多い傾向にあります。また、関節リウマチは、およそ20人に1人がかかるといわれており、比較的身近な病気です。発症の原因には、遺伝的な要素に加えて、喫煙や歯周病などの環境因子も関係していると考えられています。



Q. 発症を予防することはできますか？

A. 「これをやれば予防できる」というものはありません。まずは、規則正しい生活を心がけましょう。



進行した関節リウマチ患者さんの手指が脱臼し、変形している



関節リウマチ患者さんの手のレントゲン指が脱臼し、手首の骨がくっついている

Q. 関節が痛いときは、リウマチ膠原病科と整形外科のどちらに行けば良いですか？

A. 痛みの原因が打撲などによるものであれば、まずは整形外科を受診してください。特に思い当たる原因がない場合は、リウマチ膠原病科を受診してください。

読者へひとこと

複数の関節や体の部位に違和感がある場合、さらに、皮膚や内臓など、他の部位にも痛み以外の異変を感じる場合は、膠原病の可能性がありますので、リウマチ膠原病科を受診してください。

リウマチ膠原病加療中の患者さんは、体調に変化があったときは、主治医に相談してください。

PICK UP

夏の食中毒から身を守りましょう

「食中毒」とは、細菌やウイルスなどが付着したものを食べることで、下痢や腹痛などの症状が出る病気です。

梅雨から夏にかけては、特に細菌による食中毒が多く発生します。以下の点に気を付けて、食中毒から身を守りましょう。

- ・食材は、買ってきたらすぐに冷蔵庫に入れる。
- ・台所は清潔に保つ。
- ・調理器具は定期的に熱湯消毒し、その都度しっかり乾燥させる。
- ・調理や食事の前は、必ず手を洗う。
- ・魚や肉は十分に加熱する。



- ・調理後の食べ物を、長時間、室温で放置しない。
- ・時間が経ちすぎたものは、思い切って捨てる。

STAFF 紹介

患者さんを支える澤木医師とリウマチ膠原病科のスタッフ



今号の表紙

リハビリを見守る作業療法士

ペグボードは、穴の開いた板に専用のペグ(ブロック)を差し込んで、手指の動作などのリハビリを行う器具です。当院職員作!!



お知らせ

立ち会い出産、始めました!

赤ちゃんが産まれる瞬間は、家族にとってかえがえない特別な時間です。

「頑張るお母さんと赤ちゃんのそばで、その奇跡の瞬間をパートナーにも見守っていただきたい・・・」そんな思いから、当院でも、立ち会い出産をスタートしました!



「立ち会って本当によかった」
「父親になる実感が湧いた」

そんなお声をたくさんいただく立ち会い出産は、ご家族にとって大切な思い出になります。



当院には、NICU(新生児集中治療室)がありますので、万が一のときも、速やかな対応が可能です。

立ち会い出産については、助産師外来窓口で、お気軽にご相談ください。

詳しい情報は
こちらから
ご確認ください



沼津市立病院広報誌「ぬまピタル vol.34」
発行：広報委員会・病院管理課企画係

ぬまピタル
バックナンバー



沼津市立病院

NUMAZU CITY HOSPITAL

— 市民のために 共に歩む病院 —

〒410-0302 沼津市東椎路字春ノ木 550 番地
Tel: 055-924-5100 (内線 2370)
Mail: byoin-so@city.numazu.lg.jp
ホームページアドレス: <https://www.numazu-hospital.shizuoka.jp/>

