

# 宮崎善仁会病院 リウマチセンターニュース

第19号(2023年10月号 [2023/10/10 発行])

秋気さわやかな季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。秋は食欲の秋、読書の秋・スポーツの秋とありますが、皆さんの秋はどんな秋ですか？体調管理に気をつけ秋を楽しんで下さい。今回は、関節リウマチ患者問診票について看護部よりお話しさせていただきます。

受診時に記入して頂いている関節リウマチ問診票は、患者さんが日常生活で遭遇するさまざまな身体的機能に関する8項目を使って、身体機能障害を評価する際に用いる指標です。

関節リウマチ患者問診票				
あなたの現在の様子を知り、治療の参考にしたいと思しますので以下の質問について教えてください。				
ID	0000000009			
お名前	子ノト 太郎			
ご記入日	令和5年09月09日			
	一人でできる(0点)	一人でできる(1点)	人に手伝ってもらえる(2点)	全くできない(3点)
<b>着衣と身づくろい</b>				
①服を着ない、ボタンを掛けられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②髪を洗ふ事が出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>起立</b>				
①用掛けない椅子から立ち上られる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②腰掛に上ったり、階段から立ち上られる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>食事</b>				
①箸で食べ物をつかめる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②飲み物が一杯入ったコップを口元まで持っていける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③お茶やジュースの蓋を開ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>歩行</b>				
①戸外で平坦な道を歩ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②階段を登降出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>衛生</b>				
①お風呂を洗い、タオルで拭くことが出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②浴槽につかる事が出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③お風呂に上り降り出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>伸展</b>				
①膝の上のふくらはぎの指を伸ばして降ろせる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②肘が肩の高さになり、腕の下の物を握り上げられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>握力</b>				
①自動車のドアを開けられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②ガラスの瓶の蓋を開けられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③缶詰の蓋を開けられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>活動</b>				
①近所の商店街に買い物に行ける	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
②車の運転が出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③公園や散歩道の散歩が出来る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

○ ( ) 点 ・ ( ) 点

**< 関節の痛み >**  
あなたの現在の関節の痛みの程度について教えてください。下の横線は痛みの程度を測るためのスケールで左端が「痛みなし」、右端が「最も悪い」を示します。この横線を描き、あなたの現在の痛みの程度を下の横線のスケール上に○をつけて示して下さい。

痛みなし 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 最も悪い

**< 病気の印象 >**  
あなたの現在の病気の印象について教えてください。下の横線は病気の印象を測るためのスケールで、左端が「極めて良い」、右端が「極めて悪い」を示します。この横線を描き、あなたの現在の病気の印象を下の横線のスケール上に○をつけて示して下さい。

極めて良い 0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 極めて悪い

それぞれの項目が何を確認するためのものなのか知っておくと正しい評価につながります。

## ①着衣と身づくろい

指の関節が腫れ、痛くて身支度ができなかった患者さんが、治療することで改善さ

れ、次第に身支度ができるようになっているのかなど、前回と比較しながらみていきます。

## ②起立

痛みやこわばりの状態から身体機能障害の程度を知ることができます。

## ③食事

肩や肘、手関節の関節に問題があれば、コップを運ぶ事ができなので上肢の可動域をみます。

## ④歩行

膝や股関節に問題がないかをみます。特に膝や股関節は荷重関節なので、負担がかかりやすく痛みも生じやすいと言えます。股関節や膝関節の破壊や変形が進み、痛くて歩けない場合は、手術が必要な場合もあります。

## ⑤衛生

身体全体の関節の機能障害や可動域に問題があるかをみます。ただし、単発的に「今日は肩がすごく痛くてできない」という方もいるので、その場合はなぜ肩が痛くなったのか、例えば仕事で重い荷物を運んだ、などのエピソードがあれば看護師へ伝えて下さい。

## ⑥伸展

身体全体の関節の機能障害や可動域に問題があるのかをみます。単純に「腰が痛い」という理由から困難な場合もあります。

## ⑦握力

現在では蛇口でなくレバー式のものが多いので、レバー式の場合は、ペットボトルや瓶などの蓋に置き換えて記入をしてください。

## ⑧活動

身体の機能をみるものです。来院されるたびに、車やタクシー・バスの乗り降りはどうでしょうか。生活の中でお手伝いの必要などころはあるのか、みていきます。

次に、スケールの記入について説明します。

### 〈関節の痛み〉

VASという10cm(100mm)のスケールを用います。痛みが最もない状態を0、痛みが最も強い状態を10として、この1週間で振り返り関節の痛みの程度を横線のスケール上に×をつけます。

### 〈病気全体の印象〉

同じように、VASという10cm(100mm)のスケールを用います。この1週間で振り返り、病気(リウマチ)が生活の中で最も影響がない状態を0、最も影響があった場合を10として、横線のスケール上に×をつけます。スケールを使って総合的に正しく患者さんを評価・判断するためには正しい情報が不可欠になります。

最後に、リウマチケア看護師をご存じですか。日本リウマチ財団登録リウマチ看護師は2010年にリウマチ性疾患のケアに関する看護師の育成を目的に、日本リウマチ財団によってつくられた資格です。現在当院では2名のリウマチケア看護師が活動しています。今年度はさらに2名の看護師がリウマチケア看護師を目指して勉強しています。

関節リウマチの治療目標は、「関節の炎症を抑え、腫れや痛みを取り除く(臨床的寛解)」「関節破壊の進行を抑える(構造的寛解)」そして「身体機能を保ち、日常生活の質QOLを改善する(機能的寛解)」ことです。

治療薬の進歩により多くのリウマチ性疾患でTreat to Target(目標達成に向けた治療)の治療目標である寛解や低疾患活動性を目指せるようになってきました。

関節リウマチ治療に関わる看護師は、不安や痛みを理解し患者さんの立場に立って考え、患者さんのちょっとした変化や緊急時の相談と迅速な対応を心がけています。

看護師の視点と患者さんの視点を持ち、患者さんの目標を共有し自身の力が最大限に発揮できるように看護に努めていきたいと思えます。何かお困りごと・相談したいことがある際には、どうぞ声をかけてください。これからもよろしく願いいたします。(看護師：黒木喜美子)



---

リウマチセンターニュースのバックナンバーの必要な方は当院の職員に気軽にお尋ね下さい。  
なお、当院のホームページでもバックナンバーを確認出来ます。

([https://www.m-zenjin.or.jp/publicity\\_cat/publicity\\_1](https://www.m-zenjin.or.jp/publicity_cat/publicity_1))