宮崎善仁会病院　リウマチセンターニュース

第 44 号（2026 年 1 月号［2026/1/13 発行］）

明けましておめでとうございます。年末年始はゆっくりできたでしょうか。それぞれ新しい目標をお立てになったのではないのしょうか。体調管理に気をつけながら、本年も一緒に新しい目標に向かっていきましょう。本号では、関節リウマチと似た、皮膚と関節に起こる「全身の病気」である

「乾癬性関節炎」

のお話ししたいと思います。

【乾癬性関節炎とは】

乾癬性関節炎（かんせんせいかんせつえん）は、乾癬（かんせん）という皮膚の病気に関連して起こる関節の炎症性疾患です。乾癬は、皮膚が赤く盛り上がり、白いフケのようなものが付着する病気として知られていますが、その一部の方に関節の痛みや腫れ、こわばりが現れることがあります。これが乾癬性関節炎です。乾癬のある方の約 10～15%が乾癬性関節炎を発症すると報告されています。多くの場合、皮膚の症状が先に現れ、その数年後に関節症状が出てきますが、皮膚と関節が同時に始まる場合や、関節症状が先に出る場合もあります。そのため、関節リウマチや変形性関節症など、他の関節の病気と間違われることも少なくありません。

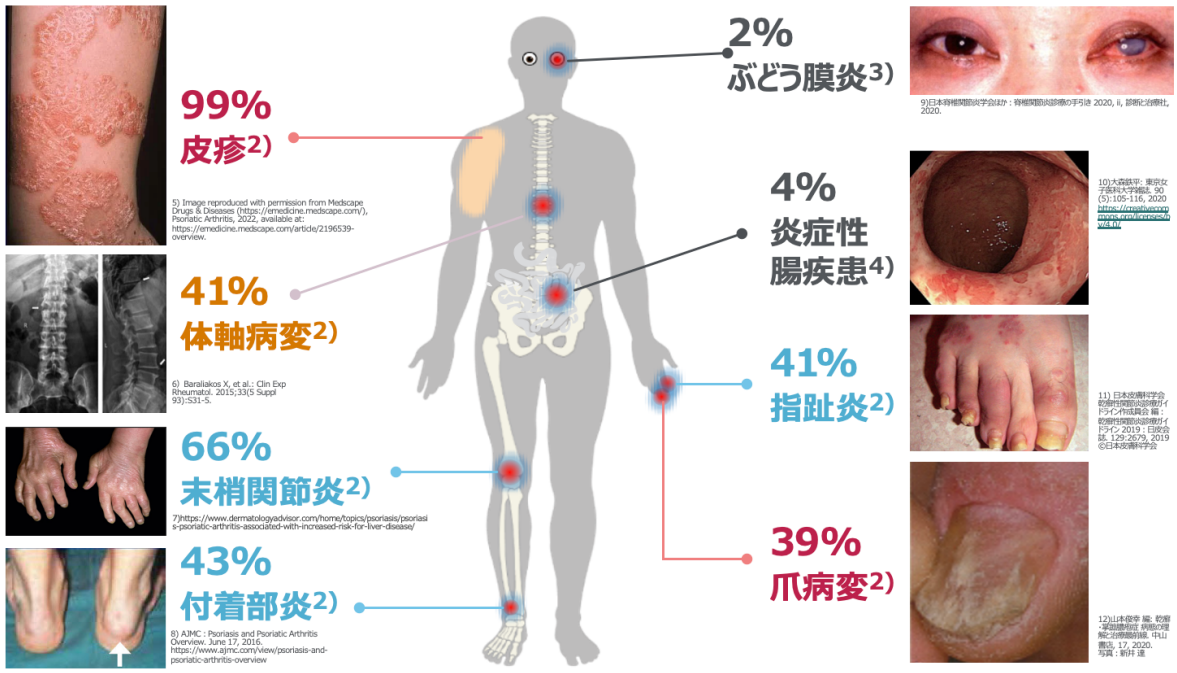

図　乾癬性関節炎の症状

1)Belasco J, et al.: Rheumatol Ther. 6:305-315, 2019. 2) Ohara Y, et al.: J Rheumatol. 42:1439-1442, 2015.
3) Chandran NS, et al.; J Dermatol. 34(12):805-810, 2007. 4) Williamson L, et al.: J Rheumatol. 31:1469-1470, 2004.

【乾癬性関節炎の症状】

乾癬性関節炎の症状は人によってさまざまで、一つの関節だけが痛む人もいれば、複数の関節に症状が出る人もいます。代表的な特徴として、次のようなものがあります。①朝起きたときに関節がこわばる②指や足の指がソーセージのように腫れる（指炎）③かかとや足の裏、肘の外側など、腱が骨に付く部分が痛む（付着部炎）④背中や腰が痛み、動かすと楽になる⑤爪に小さなへこみや変色、浮き上がりがみられる。これらの症状は、皮膚症状が軽く見えても起こることがあります。そのため、「皮膚はそれほど困っていないから関節とは関係ない」と思い込まず、痛みや違和感が続く場合には早めの相談が大切です。

【早期診断がとても重要】

乾癬性関節炎は、診断が遅れると関節の破壊や変形が進む可能性がある病気です。研究では、症状が出てから半年以上診断が遅れた場合、関節のダメージが進みやすいことが分かっています。診断は、①関節や背骨に炎症があるか、②乾癬の有無や家族歴、③血液検査、④レントゲンや超音波、MRI などの画像検査、を総合して行われます。一つの検査だけで決まる病気ではありません。皮膚科とリウマチ専門医が連携して診ることが、正確な診断につながります。

【治療の目標は「症状を抑え、生活を守ること」】

乾癬性関節炎の治療の目的は、痛みや腫れを抑えるだけでなく、関節の破壊を防ぎ、日常生活や仕事、趣味を続けられる状態を保つことです。この考え方は「目標を定めて治療する（Treat to Target)」と呼ばれています。治療には、飲み薬、注射や点滴による治療などがあり、病状に応じて選択されます。近年は、炎症の原因となる物質をピンポイントで抑える生物学的製剤が使えるようになり、皮膚と関節の両方をしっかり抑えられるようになってきました。治療は「一度始めたら終わり」ではなく、症状や生活の変化に合わせて見直していくことが大切です。

【乾癬性関節炎は「治療できる病気」】

乾癬性関節炎は、かつては「進行すると止められない病気」と考えられていました。しかし現在では、早期に見つけ、適切に治療を行えば、症状をコントロールし、良好な生活の質を保つことが可能な病気になっています。皮膚の症状だけでなく、関節の痛み、朝のこわばり、指やかかとの違和感、疲れやすさといった変化があれば、「年齢のせい」「使い過ぎ」と決めつけず、ぜひ医師に相談してください。

（日髙利彦）

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）

（QRコードは右の通り）