

宮崎善仁会病院 リウマチセンターニュース

第49号 (2026年6月号 [2026/6/8 発行])

リウマチ科に通院中の皆さん、いかがお過ごしでしょうか。暑い日が続いていますが、体調にお変わりはありませんか。暑い時期は、知らないうちに体の水分が失われていることもあります。こまめな水分補給を心がけ、脱水や熱中症に十分注意してお過ごしください。

今回は、膠原病の一つである

「全身性エリテマトーデス (SLE)」

という病気についてご紹介したいと思います

【全身性エリテマトーデス (SLE) とは】

皆さんは「全身性エリテマトーデス」という病気を聞いたことがありますか？英語では「Systemic Lupus Erythematosus」といい、頭文字をとって「SLE (エス・エル・イー)」と呼ばれています。SLEは、私たちの体を細菌やウイルスから守っている「免疫」の働きに異常が起こる病気です。本来、免疫は体を守るための大切な仕組みですが、SLEでは自分自身の体を誤って攻撃してしまい、さまざまな場所に炎症を起こします。このような病気を「自己免疫疾患」と呼びます。

SLEは特に若い女性に多い病気ですが、子どもから高齢の方まで、どの年代でも発症することがあります。

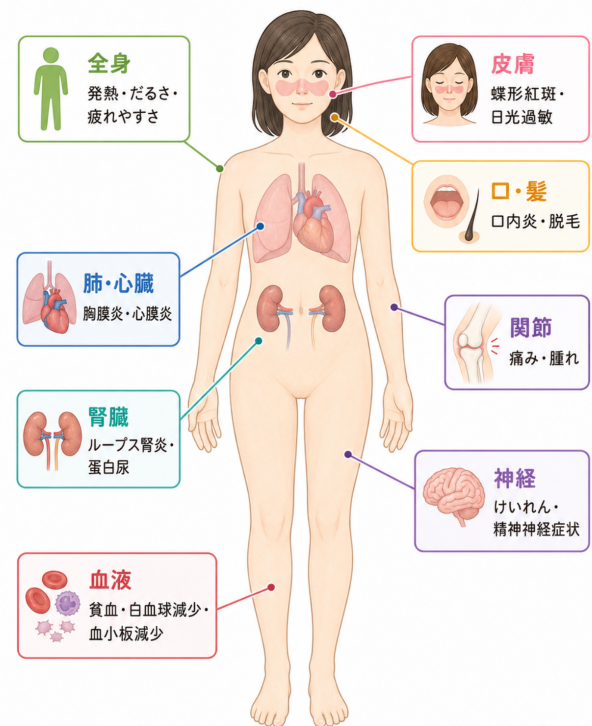
【SLEの症状は？】

症状は患者さんによって本当にさまざまです。発熱や体のだるさ、疲れやすさ、関節の痛みや腫れ、口内炎、脱毛などがみられ

ます。また、両方の頬に蝶が羽を広げたような赤い発疹ができる「蝶形紅斑」もよく知られています。日光、特に紫外線を浴びることで皮膚症状が悪化したり、病気の活動性が高くなったりすることもあります。

SLEの「全身性」という名前が示すように、腎臓、肺、心臓、神経、血液などに症状が現れることもあります。中でも、腎臓に炎症が起こる「ループス腎炎」は注意が必要です。腎臓の病気は初めのうちは自覚症状がほとんどなく、尿検査で蛋白や血尿を指摘されて初めて分かることもあります。そのため、体調が良い時でも定期的に血液検査や尿検査を受けることがとても大切です。

SLEでは全身のさまざまな場所に症状が現れます



※症状の現れ方には個人差があり、すべての症状が出るわけではありません。

【SLE の治療は？】

では、SLE はどのように治療するのでしょうか。

以前は「ステロイド（グルココルチコイド）」という薬を中心に病気を抑える治療が行われてきました。グルココルチコイドは炎症を速やかに抑える大変重要な薬で、現在でも重い症状がある場合には欠かすことのできない治療薬です。

一方、グルココルチコイドを長期間多く使用すると、感染症、骨粗しょう症、糖尿病、高血圧などの副作用が起こりやすくなります。そのため現在の SLE 治療では、「グルココルチコイドだけで病気を抑える」のではなく、他の薬を早めに組み合わせ、できるだけグルココルチコイドを少なくすることが大切になっています。

SLE の基本的な治療薬の一つに「ヒドロキシクロロキン」があります。また、病気の状態によって免疫抑制薬を使用します。近年では「ベリムマブ」や「アニフロルマブ」といった生物学的製剤も使用できるようになりました。さらにループス腎炎に対しても、新しい治療薬が加わり、治療の選択肢は大きく増えています。

【現在の SLE の治療目標は？】

現在の治療目標は、単に「熱が下がった」「関節痛が軽くなった」ということだけではありません。病気の活動性を十分に抑えた「寛解」、あるいは病気の勢いが非常に

低い状態を長く保ち、再燃や将来の臓器障害を防ぐことを目指します。そして、可能な限りグルココルチコイドを減らし、患者さんが日常生活を自分らしく送ることが大切な治療目標となっています。

【日常生活の注意点は？】

日常生活では、紫外線対策も重要です。外出時には日焼け止めや帽子、日傘などを上手に利用しましょう。また、適度な運動、バランスの良い食事、禁煙なども、長く健康を保つためには大切です。感染症を予防するため、ワクチン接種について主治医と相談することもお勧めします。

SLE は、患者さん一人ひとりで症状も治療も異なる病気です。しかし、治療はこの十数年で大きく進歩しました。以前のように「難病だから何もできない」という病気ではありません。

大切なのは、定期的に診察や検査を受け、小さな体調の変化も主治医に伝えることです。そして、医師や看護師などの医療スタッフと一緒に、自分に合った治療を考えていきましょう。

病気を抑えることはもちろん、その先にある「自分らしい生活続けること」。それが、現在の SLE 治療が目指しているゴールです。

（日高利彦）

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)

