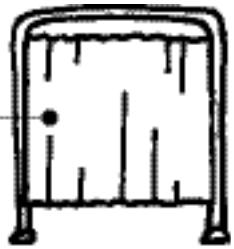


健康俱楽部



もつと知りたい リウマチの話 第3回



札幌大通リウマチ内科
院長さわむかい／のりふみ／19
98年産業医科大学医学部
卒業。北海道大学内科Ⅱ特
任講師、北海道内科リウマ
チ科病院リウマチ膠原病セン
ター長を経て、4月に開院。
日本リウマチ学会認定リウマ
チ専門医・指導医・評議員。

あなたはリウマチではない

当院にリウマチを調べに来られる患者さんの9割が女性で、驚くことにその8割はリウマチではありません。年齢で最も多いのは40～60歳です。この年代はリウマチの好発年齢ですが、女性ホルモンが低下していく「更年期」とも一致します。実かつて私はリウマチの診断に

至らなかつた人に「年齢的なもの、老化です」「使いすぎによる磨耗です」などとお話し、痛み止めを処方して「リウマチではなくて、よかったですね」とお伝えしていました。しかし、「その先」の対処法についてはお応えできていませんでした。

更年期関節痛で最も多いのはリウマチではない関節痛の多くが、更年期の症状なのです。この違ちは検査で判別でき、

たものを「へバーデン結節」と言います。この変形が起る人と起らぬ人とはどう違うのか。大豆イソフラボンという更年期女性に効果がある栄養素があります。大豆イソフラボンは、エクオールという女性ホルモンに類似した物質に変化し、エクオール補充で実際に関節痛がよくなる人がおられます。根本的な解決には善玉菌を育てる「腸活」が必要です。当院ではそれらの対処法の他、副作用の少ない鎮痛剤やサポーターによる保護などの、リウマチを除外した「その先」の説明をおこなうようにしています。

まずは関節痛の原因の見極めが大切です。更年期関節痛なのにリウマチと診断され、必要な治療をされている人にも遭遇します。更年期に該当しない女性や男性の場合、膠原病や痛風など、その他の原因もあります。しっかりとしたりウマチ専門医に相談してください。