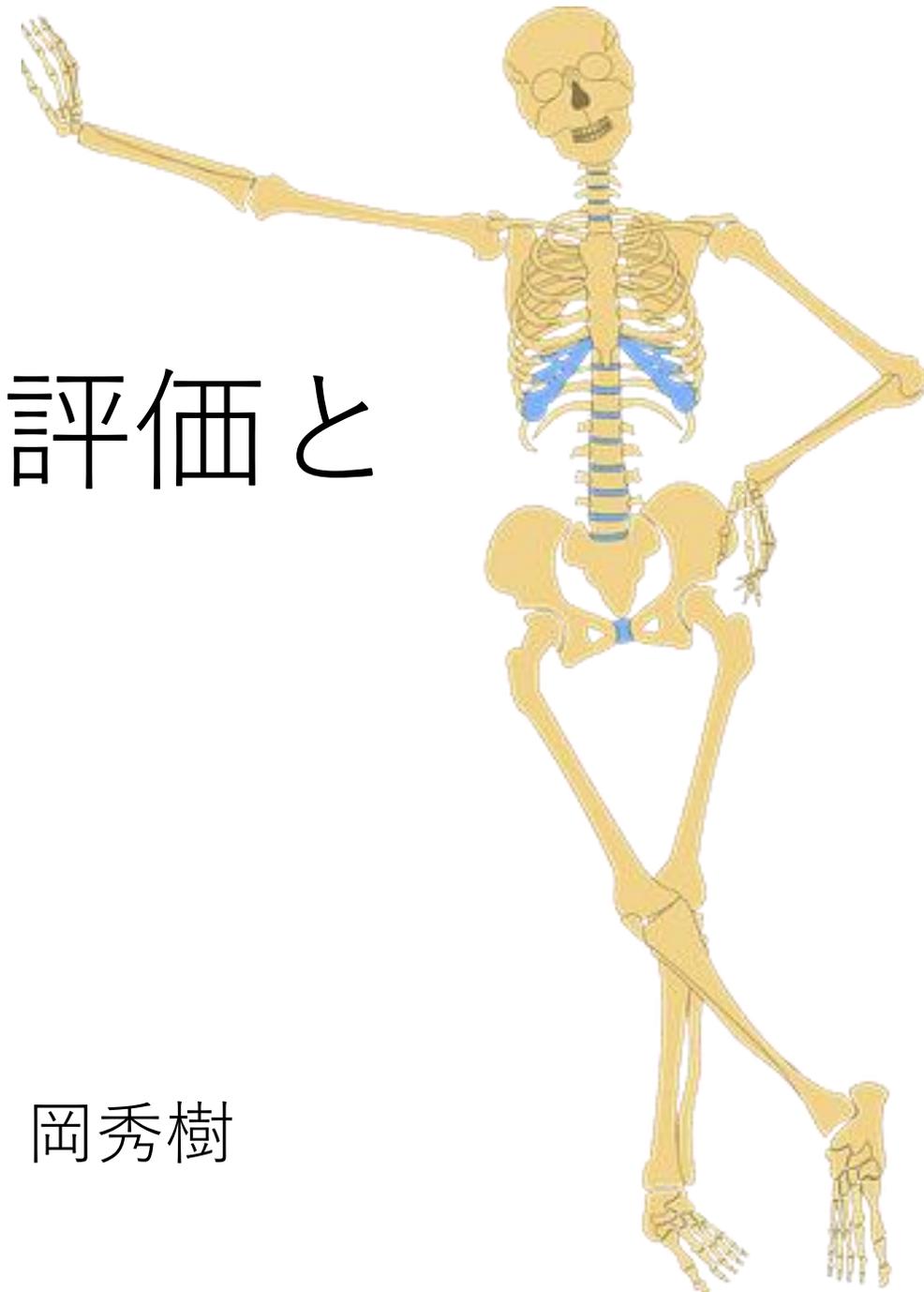


膠原病・リウマチ勉強会 at 6西

関節リウマチの活動性評価と 関節診察の方法

2022年6月
膠原病・リウマチ内科 岡秀樹



関節リウマチ(RA)治療の基本原則

T2T:Treat to Target, [目標達成に向けた治療]

- ① 治療は, 患者さんと主治医が共に決め共有すべきである.
- ② 治療の重要な目標は, 長期的に生活の質(QOL)を良好に維持すること.
- ③ 治療目標を達成するための重要な方法は, 関節の炎症を止めること.
- ④ 疾患活動性を測定し, それに応じて治療を調整することで, 転帰を最適化する.

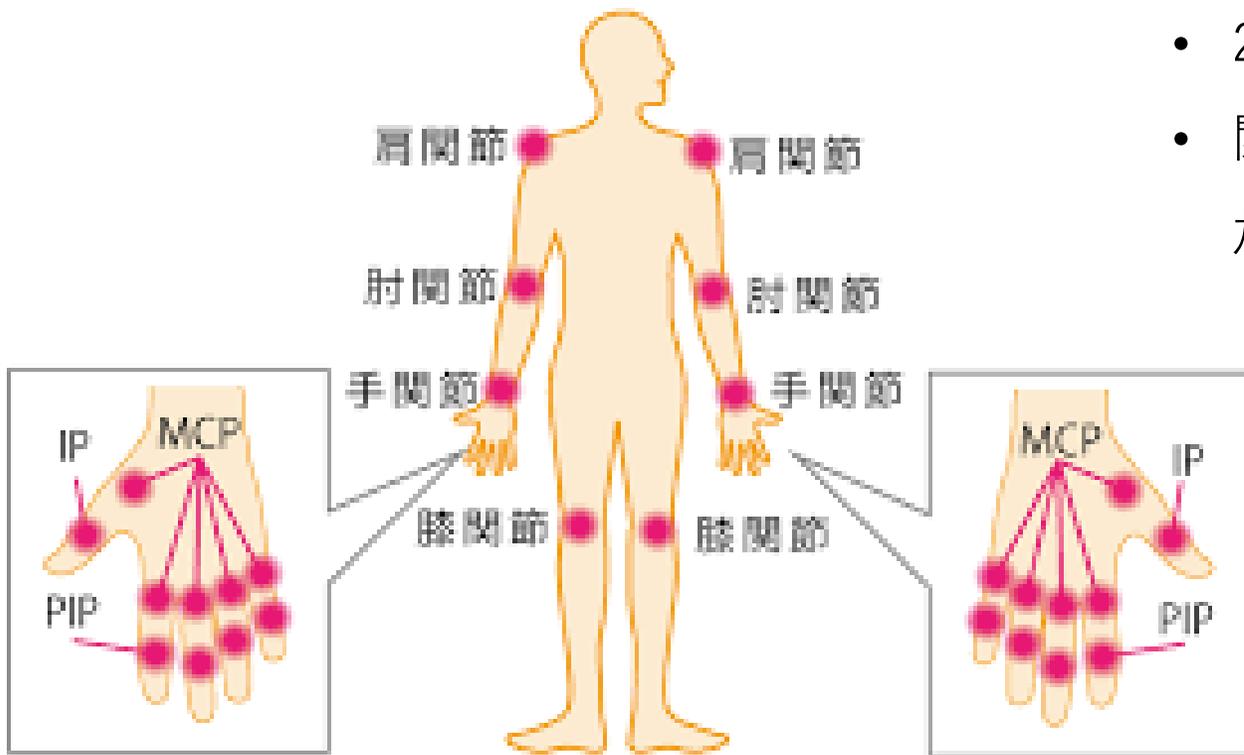
疾患活動性??

関節リウマチ(RA)の活動性

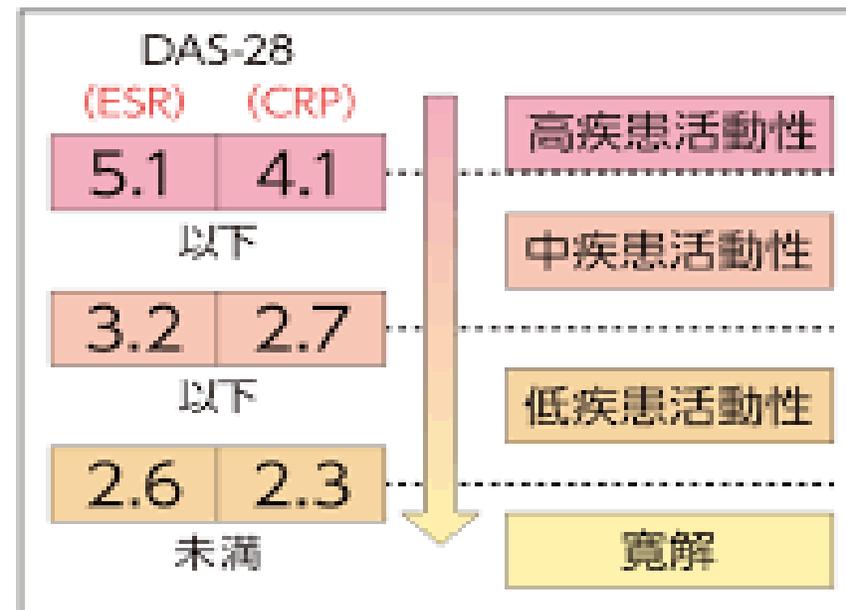
疾患活動性=病気の勢い, 症状の強さ

- RAでは, 患者さんの疼痛の程度, 日常生活の障害度合い, 関節の腫脹・圧痛の数, 炎症反応などで総合的に活動性を評価する.
- 1つの指標だけでは, 全体像はわからない.
- 代表的な指標として, DAS28(ダス28), CDAI(シーダイ), SDAI(エスダイ)がある.

DAS28(Disease Activity Score)



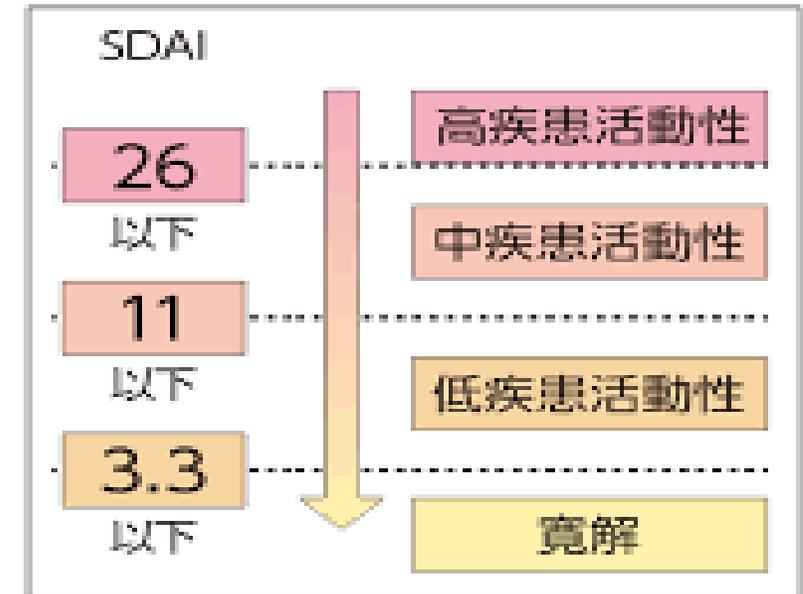
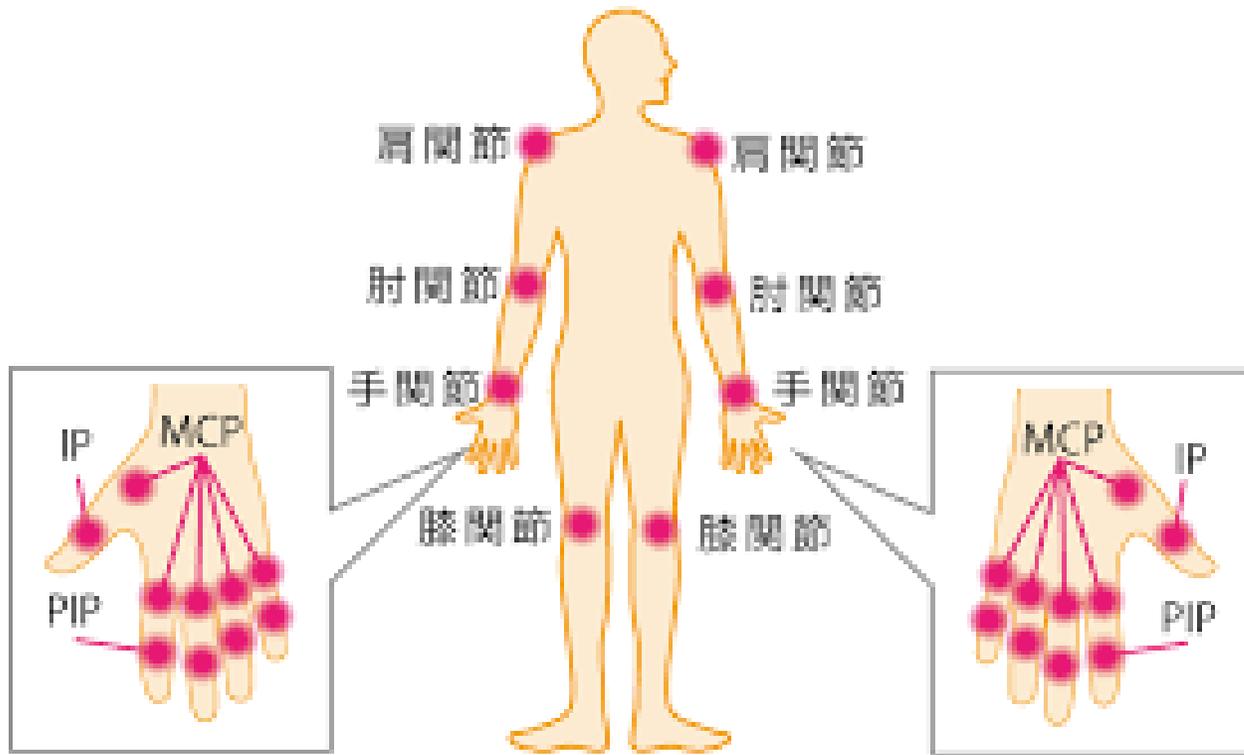
- 28カ所の関節でRAを評価する
- 関節所見に加えて、血液検査でCRP,赤沈(ESR)を加えたDAS28-CRP, DAS28-ESRと呼ばれる。



- $DAS28 = 0.56 \times \sqrt{\text{圧痛関節数}} + 0.28 \times \sqrt{\text{腫脹関節数}} + 0.36 \times \ln(\text{CRP} \times 10 + 1) + 0.014 \times \text{患者の全般評価(VAS)} + 0.96$
- $DAS28 = 0.56 \times \sqrt{\text{圧痛関節数}} + 0.28 \times \sqrt{\text{腫脹関節数}} + 0.7 \times \ln(\text{ESR}) + 0.014 \times \text{(VAS)}$

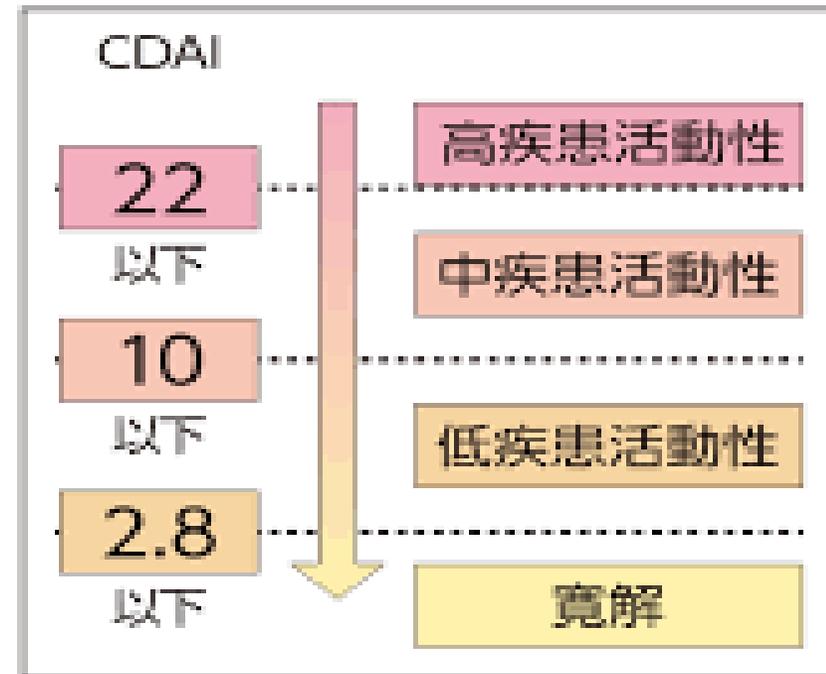
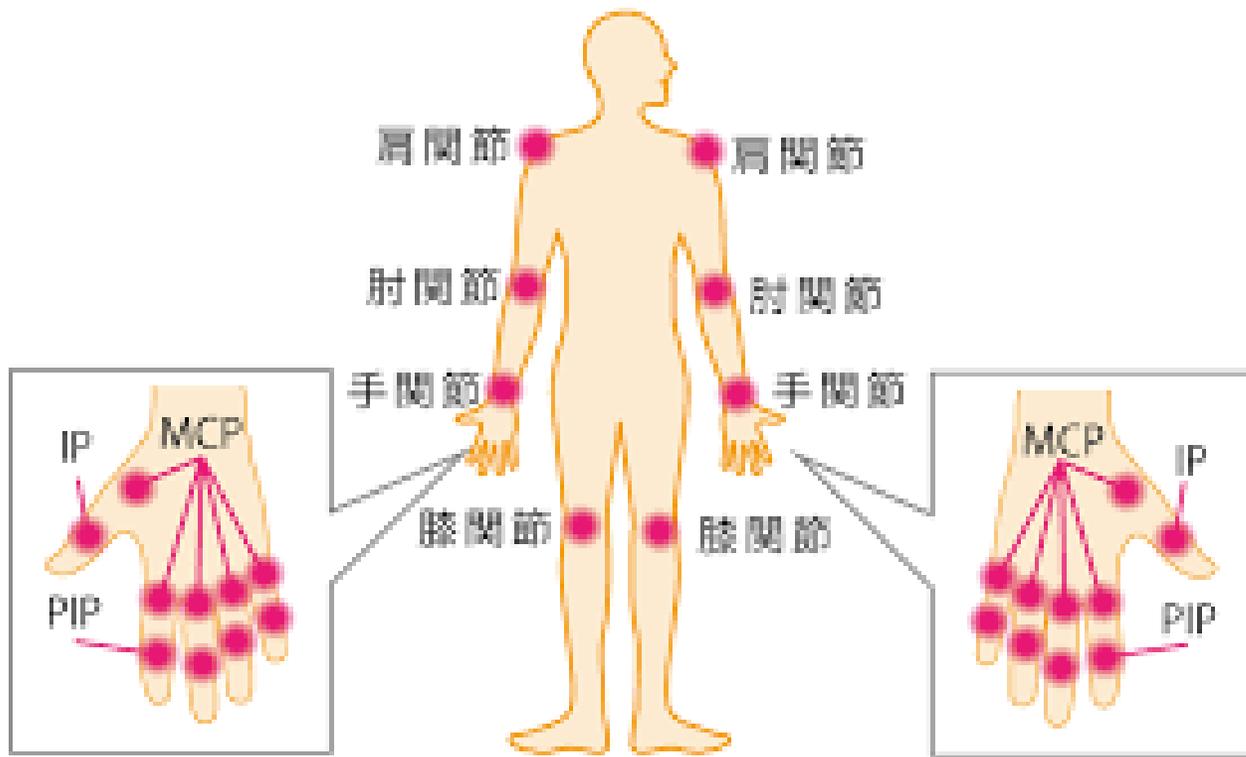
計算が煩雑で現場では使いにくい

SDAI (Simplified Disease Activity Index)



SDAI = 圧痛関節数(28関節) + 腫脹関節数(28関節) + 患者による全般評価(VAS 0~10cm) + 医師による全般評価(VAS 0~10cm) + CRP(mg/dL)

CDAI (Clinical Disease Activity Index)



CDAI = 圧痛関節数(28関節) + 腫脹関節数(28関節) + 患者による全般評価(VAS 0~10cm) + 医師による全般評価(VAS 0~10cm)

問診と診察のみで評価可能

患者評価

ID:		お名前	
診察日		男・女	
年 月 日			
(下の線上に縦線で記入して下さい)			
◆患者評価			
疼痛評価 ()	痛みなし	この1週間の関節の痛みの程度はどのくらいですか？	考えられる 最も強い痛み
全般評価 ()	非常に良い	病気や体調による全ての影響を考慮して、今の調子はどうですか？	非常に悪い

- 痛みの程度や体の調子を数値で評価
- スケール表に縦線を引いて、計測する

ID: _____ お名前 _____

診察日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 男・女

◆患者評価 (下の線の上に縦線で記入して下さい)

疼痛評価 () (痛みなし) _____ (考えられる最も強い痛み)

全般評価 () (非常に良い) _____ (非常に悪い)

この1週間の関節の痛みの程度はどのくらいですか？

病気や体調による全ての影響を考慮して、今の調子はどうですか？

◆日常生活の様子
この1週間の日常生活で、それぞれの質問にあてはまるところに○印をつけて下さい。

日常動作	度合	な	何	だ	だ	か	で
		く	の	だ	だ	か	ま
		く	の	だ	だ	か	ま
		で	困	だ	だ	か	ま
		き	難	し	だ	な	た
				く	が	ら	く
				で	で	い	い
				き	き	く	く
【 I 】衣類脱着、及び身支度							
①靴のひもを結び、ボタンかけも含め自分で身支度ができますか							
②自分で洗髪できますか							
【 II 】起床							
③肘掛けのない、背もたれが垂直な椅子から立ちあがれますか							
④ベッドまたはふとんから就寝、起床の動作ができますか							
【 III 】食事							
⑤皿の上の肉をきることができますか							
⑥いっばいに水の入っている茶碗やコップを口元まで運べますか							
⑦新しい牛乳パックの口を開けれますか							
【 IV 】歩行							
⑧野外で平坦な地面を歩けますか							
⑨階段を5段登れますか							
【 V 】衛生							
⑩身体全体を洗い、タオルで拭くことができますか							
⑪浴槽につかることができますか							
⑫トイレに座ったり、立ったりできますか							
【 VI 】伸展							
⑬頭上にある2、3kgの物(百科事典など)を手を伸ばしてつかみ、下に降ろせますか							
⑭腰を曲げ床にある衣類を拾いあげれますか							
【 VII 】握力							
⑮自動車のドアを開けれますか							
⑯広口のビン(蓋)を開けられますか (既に口をきってあるもの)							
⑰水道の蛇口の開閉ができますか							
【 VIII 】活動							
⑱用事や買い物で出かけることができますか							
⑲車の乗り降りができますか							
⑳掃除機をかけたり、拭き掃除など家事ができますか							

(裏面の記入は不要です)

◆圧痛関節(TJ) (X印)と腫脹関節(SJ) (O印)

■: DAS28で用いる28関節

CPR: _____

ESR: _____

PGA: _____

EGA: _____

DAS28(ESR): _____

SDAI: _____

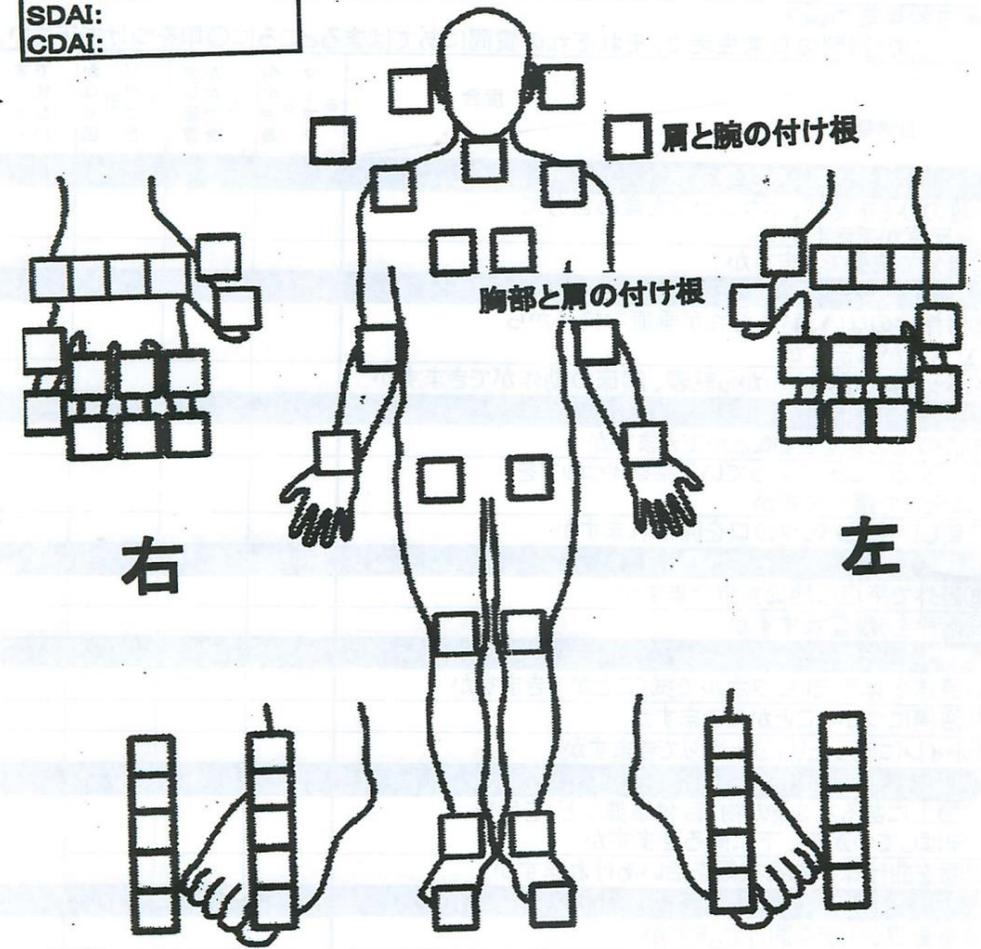
CDAI: _____

TJ: ()

TJ(28): ()

SJ: ()

SJ(28): ()



医師の評価

非常に良い () _____ () 非常に悪い

CDAI/SDAIを使用して、



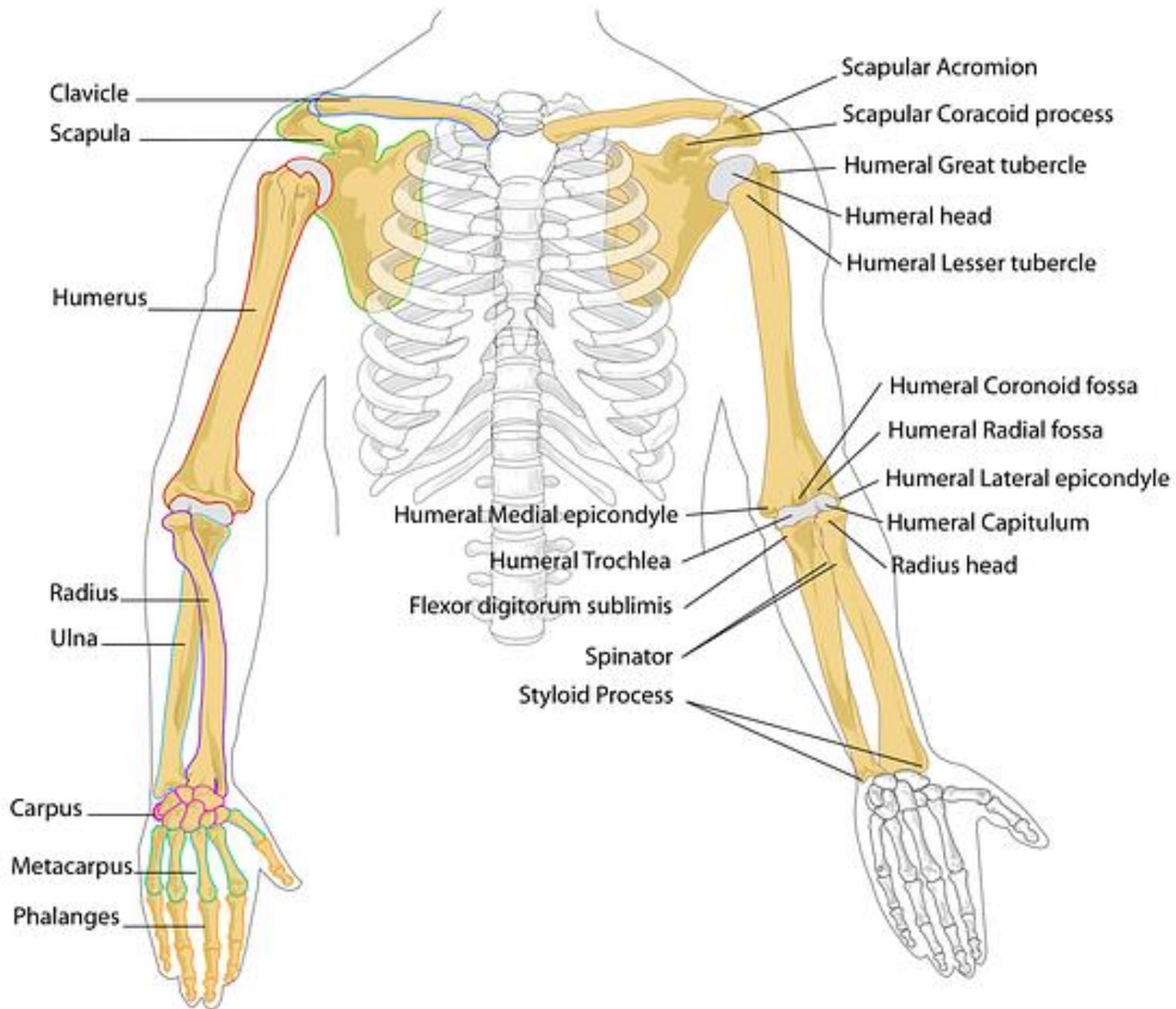
目の前の患者さんのリウマチが
どの程度の活動性が評価しよう

関節の診察方法

上肢 ver.

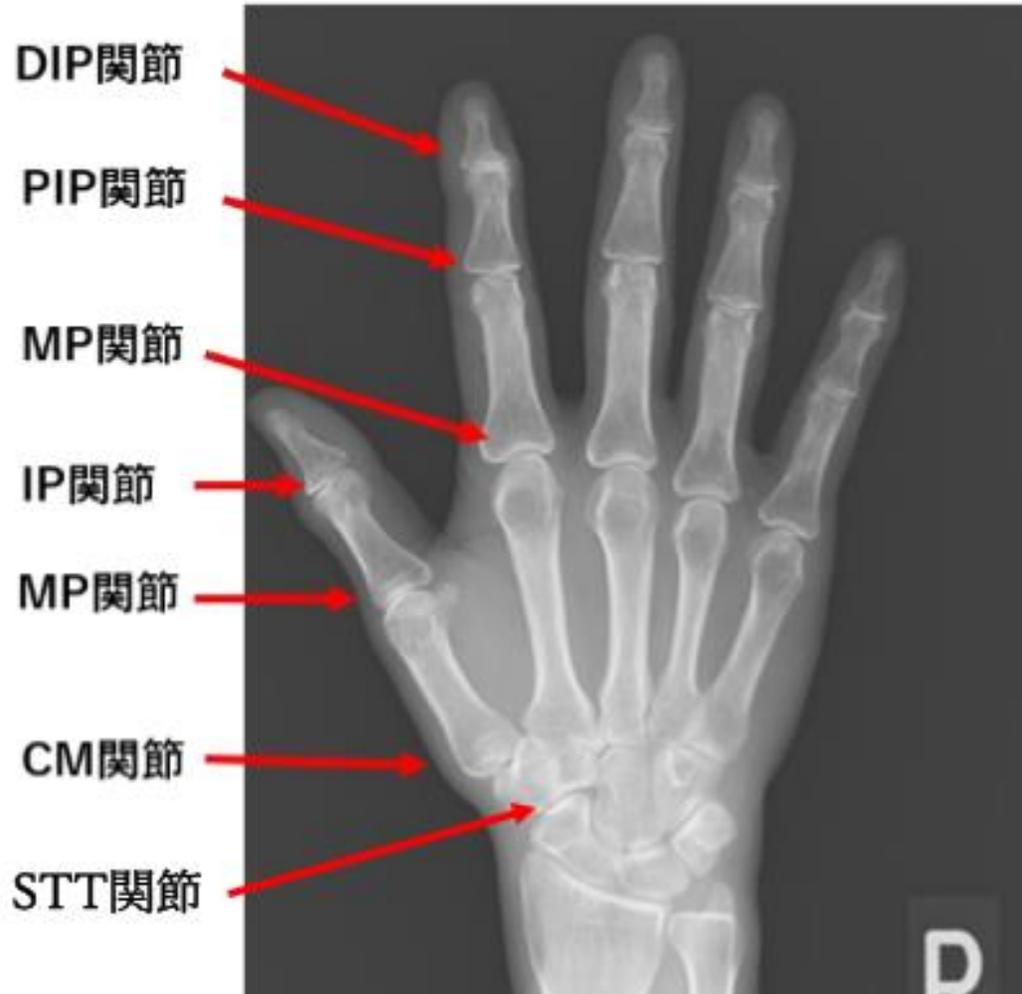
(肩関節・肘関節・

手関節・指)

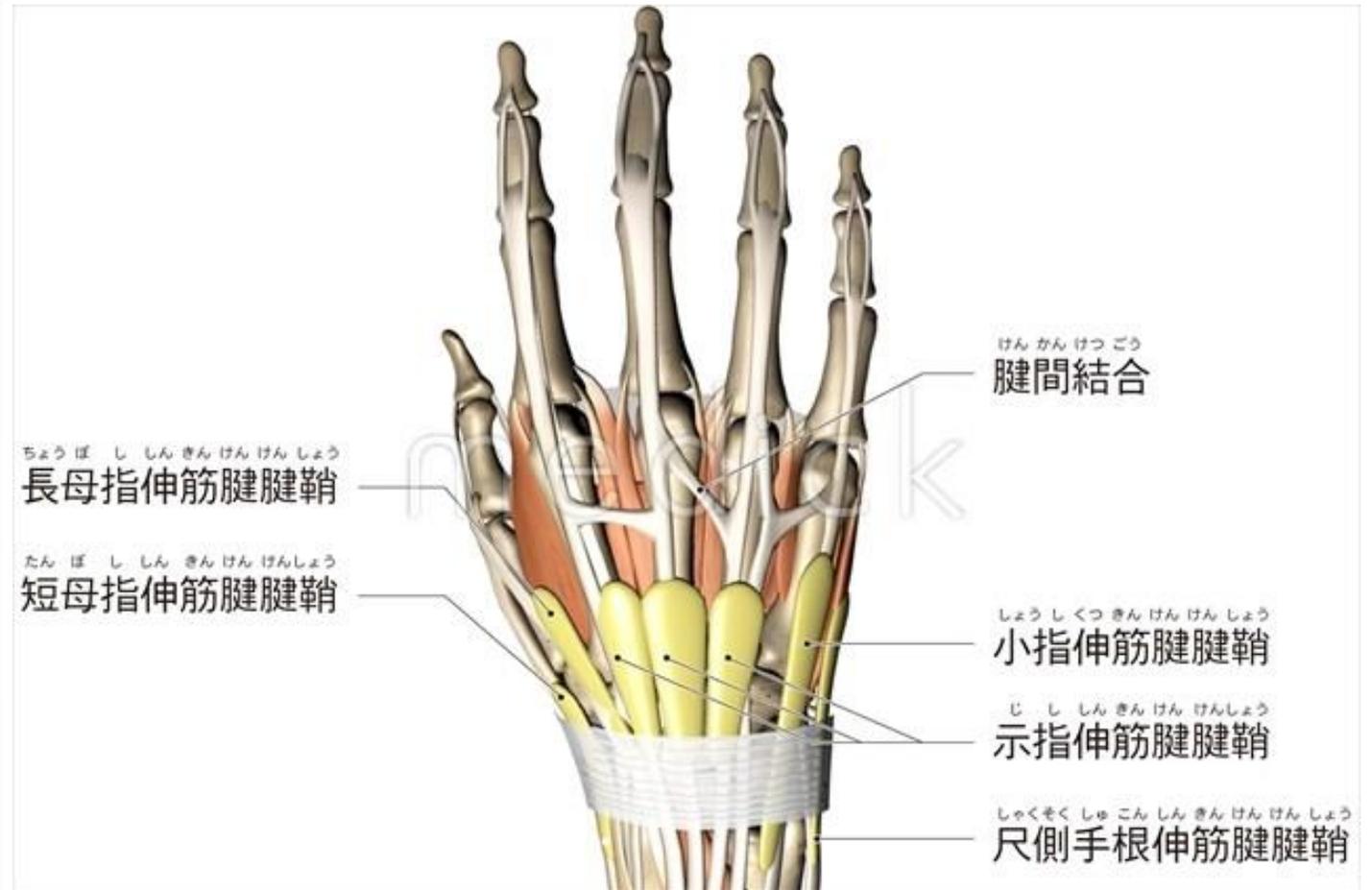


手関節

指の関節の名前



手関節の伸筋腱



手関節の評価

上下から挟み込む



関節の腫脹はパン生地のように柔らかい

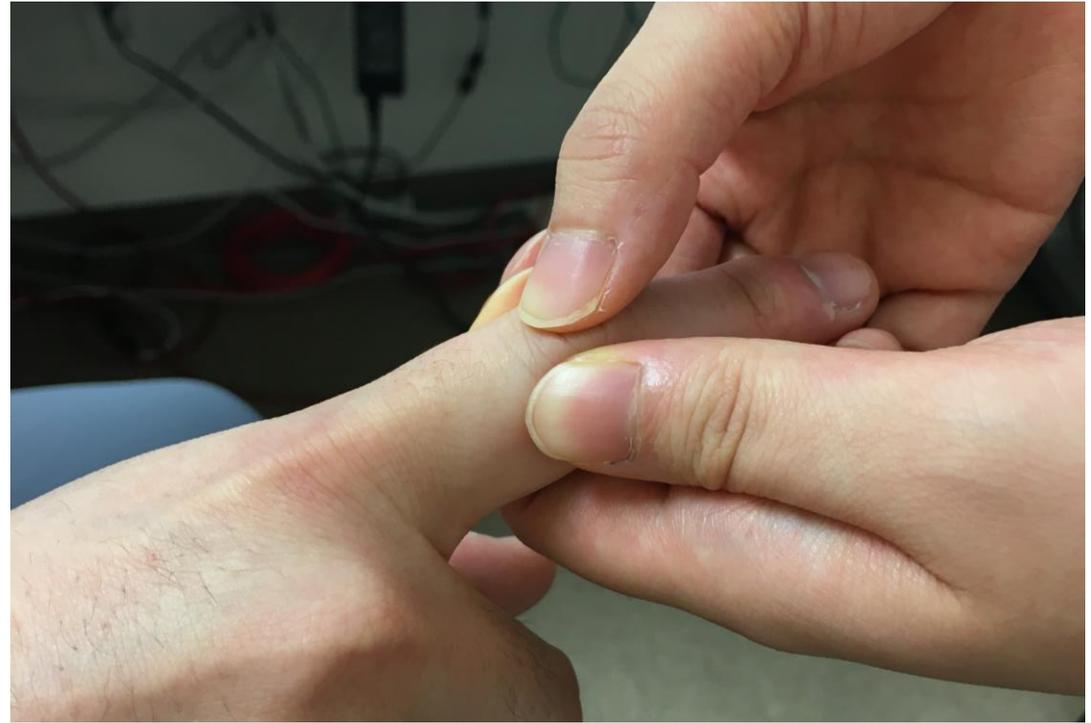


注意点!

- ・ 伸筋腱鞘の腫脹を手関節の腫脹と間違う
 - ・ 尺側手根伸筋腱の腫脹を手関節の腫脹と間違う
- 手関節を背屈させて腱鞘を出すと区別し易い

指の評価

上下・左右から挟み込む



関節の腫脹はパン生地のように柔らかい

肘関節の評価



上腕骨内顆

肘頭

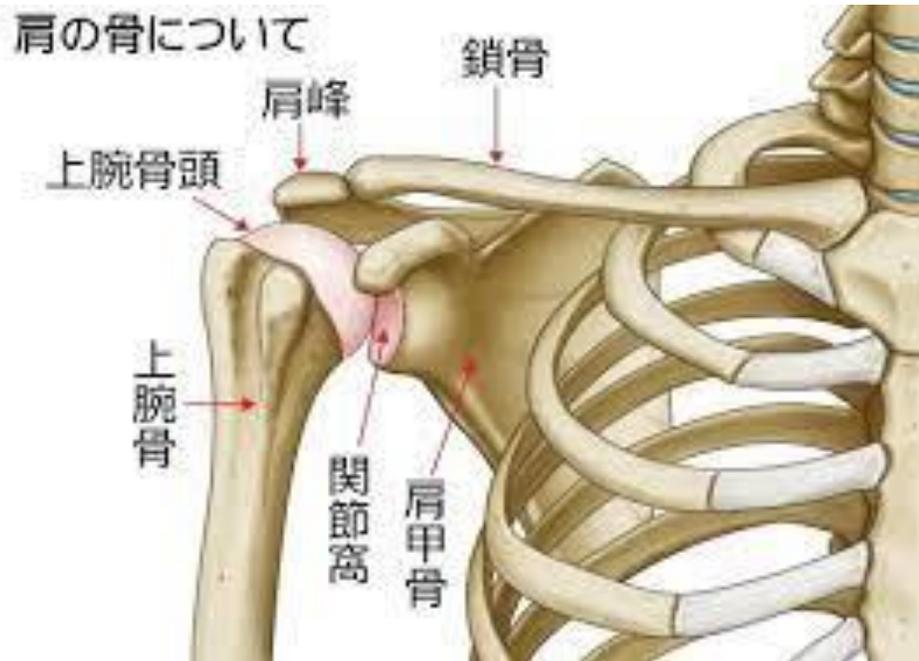
屈曲させると関節裂隙が広がる
この間を押して評価する



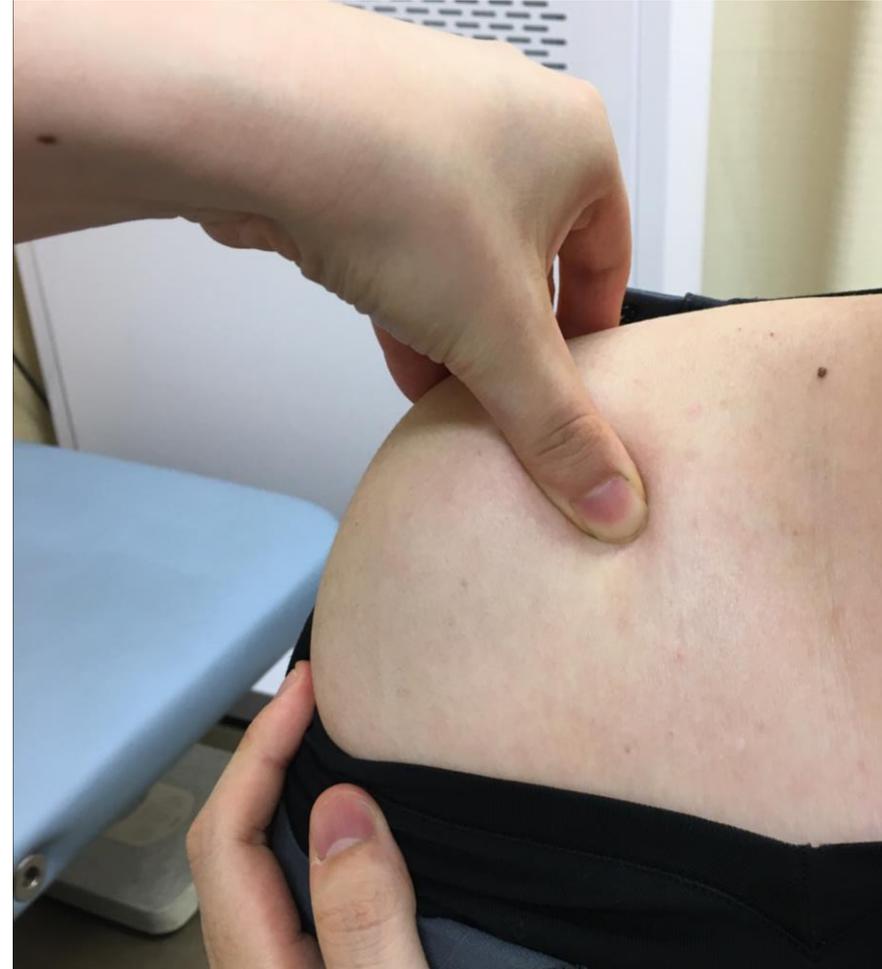
腫脹するとくぼみが消える

回旋運動(回内・回外)が出来なくなる

肩関節の評価



肩峰の下, 烏口突起の外側



鎖骨から追っていくとわかりやすい

背側から両肩を包み込むように指先で滑液包の腫脹を診ることもある.

膝関節の評価

上下から挟み込んで、膝蓋骨の浮動性で腫脹を確認
膝蓋骨下縁と脛骨上縁の間に裂隙があり、圧痛を確認



膝蓋骨上囊に最初に関節液は貯まる。
その後、後方に流れてベイカー嚢胞となる。



To Do:

- RAの患者さんを診たら
CDAI/SDAIで評価
- 関節診察