

# レイノー現象

**レイノー現象とは：**寒冷刺激や精神的ストレスなどで血管が攣縮(収縮)して血流が低下することで、皮膚の色調変化を特徴とする症状です。

- 典型例では、  
血管の収縮で皮膚が**白**くなる(図1)  
→血流低下が続くため**紫色**(チアノーゼ, 図2)  
→血管が拡張して血流が戻り**赤色**  
の3相の変化を認めます。
- 冬などの気温, 冷水などの寒冷刺激で指先の色調変化が**繰り返され, 元に戻る**エピソードがあればレイノー現象と診断します。

**原因：**強皮症(膠原病)が背景にある場合とそうではない場合があります。

- ・特に爪周囲の爪郭という場所の毛細血管の点状出血や拡張などの異常は両者を区別するのに重要です。



図1 [Curr Opin Rheumatol.2022;34(4):235-244]



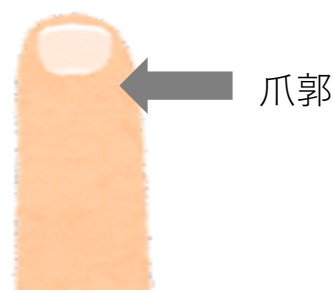
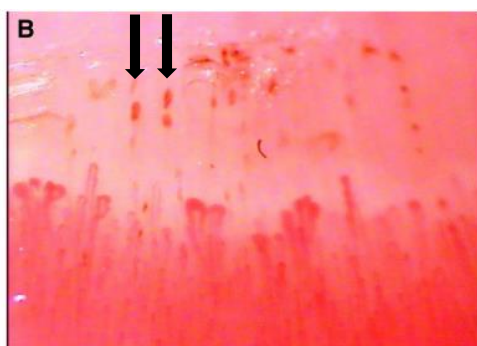
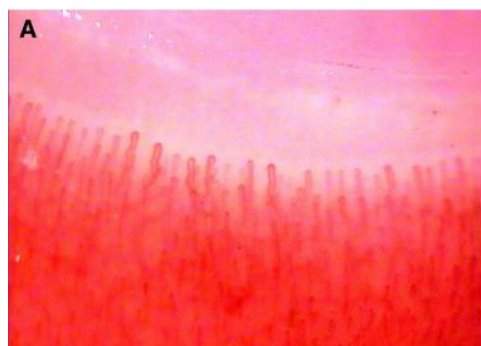
図2 [N Engl J Med.2016;375(6):556-65]



図3 [Curr Opin Rheumatol.2021;33(6):453-462]

[正常]

[異常]



[Adv Rheumatol.2019;59(1):5]

## ◆ 治療

- 外出時は手袋, 厚着, お湯での手洗いなどで寒冷刺激を避け, 保温を心がけてください。
- レイノー現象が高頻度, 痛みや違和感などの症状がある時は薬物治療を行うこともあります。
- 時に指先に潰瘍(図3)が出来て痛みを伴う場合があります。なるべく早くかかりつけの病院を受診ください。

- ・レイノー現象かなと思ったら, 写真撮影をして, 後日主治医に見せてください。
- ・基本的には親指以外の指先の先端に認めます(手掌などに限局して認める場合は可能性は低いです)。
- ・繰り返し何度も起きるので, 一回のみの場合も可能性は低いです。
- ・指先に潰瘍を認めたらすぐに主治医に報告して下さい。