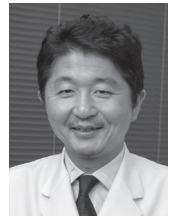


もっと知りたい リウマチの話

第3回



札幌大通リウマチ内科院長 さわむかいのりふみ／1998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。かつて私はリウマチの診断に

至らなかった人に「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指先の関節、第一関節の痛みです。そこが腫れたり変形してき

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ないと効果が出ませんが、この変化に「善玉」腸内細菌が必要なのです。この善玉菌がない人がエクオールを作れず、女性ホルモンの低下作用が強くなって、ヘバーデン結節を起こすといわれています。

この違いは検査で判別でき、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、必要のない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。

たものを「ヘバーデン結節」と言います。この変形が起こる人と起こらない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ないと効果が出ませんが、この変化に「善玉」腸内細菌が必要なのです。この善玉菌がない人がエクオールを作れず、女性ホルモンの低下作用が強くなって、ヘバーデン結節を起こすといわれています。