

知 っ て お き た い

乾癬性関節炎

(関節症性乾癬:PsA)



医療機関名



ユーシービージャパン株式会社

2020年8月作成
JP-P-CZ-PSO-2000118

監 修

名古屋市立大学 大学院医学研究科 加齢・環境皮膚科学 教授
森田 明理 先生

東邦大学 医学部 内科学講座膠原病学分野 教授
亀田 秀人 先生

目次

はじめに	2
乾癬性関節炎(関節症性乾癬:PsA)とは	3
PsAの発症要因	4
PsAの症状	5
PsAと皮膚の症状	7
PsAの診断	8
PASEという症状と日常生活への影響に関する評価	9
PsAの治療	11
J-HAQという身体的障害の程度に関する評価	13
日常生活の注意	15
治療Q&A	16
PASEスコア 記入表	17
J-HAQスコア 記入表	18

はじめに

乾癬性関節炎(関節症性乾癬:PsA)は、皮膚症状に加えて、腰痛や関節の腫れや痛みのある疾患です。進行すると関節が変形をきたすこともあります。そのためPsAでは、皮膚と関節のどちらかまたはその両方により日常生活に支障が生じ、本来の自分として過ごせない患者さんが多くいらっしゃいます。

PsAの治療では皮膚症状や関節症状の改善に加え、関節の機能を維持することが大切になります。

本冊子をお読みになり、乾癬性関節炎をご理解いただき、心配なことや気になることがある場合には、主治医や看護師、薬剤師にご相談ください。

名古屋市立大学 大学院医学研究科
加齢・環境皮膚科学 教授
森田 明理 先生

東邦大学 医学部 内科学講座
膠原病学分野 教授
亀田 秀人 先生

乾癬性関節炎(関節症性乾癬:PsA)とは



炎症性の関節症状を伴った乾癬の種類の一つで、乾癬患者さんの約14%に認められています¹⁾。

乾癬性関節炎(関節症性乾癬:以降、PsA)について

PsAは乾癬の皮疹に加え、関節の腫れや痛みを伴う疾患です。

肘・膝・肩などの大きな関節や、手指の関節や足の指、腰、アキレス腱などに症状が出る場合があります。

PsAの症状は、左右非対称のことが多く、脊椎や頸椎などにも炎症症状があらわれることが特徴です。PsAでは第一関節の症状とともに同じ指の爪にも乾癬の症状が多くみられます。一方、PsAと似ている疾患には、関節リウマチや変形性関節炎などがあります。変形性関節炎は、PsAと同様に第一関節に症状があらわれますが、左右対称に症状があらわれることが多く、第一関節の背側に2つのコブ(結節)ができることが特徴です。

PsAの病態が進行したり長期間続くと、関節に損傷や変形をきたし、日常生活に支障がでることもあります。関節は一度変形してしまうと元に戻らないため、早期に診断し、治療を開始することが大切です。

皮膚症状

- 鱗屑(銀白色のフケのようなもの)
- 肥厚(皮膚が盛り上がる)
- 紅斑(皮膚が赤くなる)
- 爪が点状に陥没する など



関節症状

- 手足の痛みや腫れ
- アキレス腱の痛みや腫れ
- 腰の痛み など



1) Ohara Y, et al. J Rheumatol. 2015; 42(8), 1439-1442.

PsAの発症要因

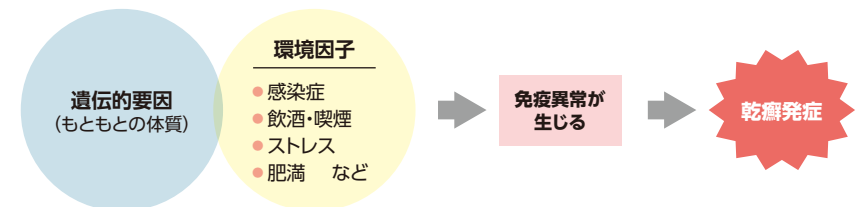


免疫の異常が原因と考えられています。

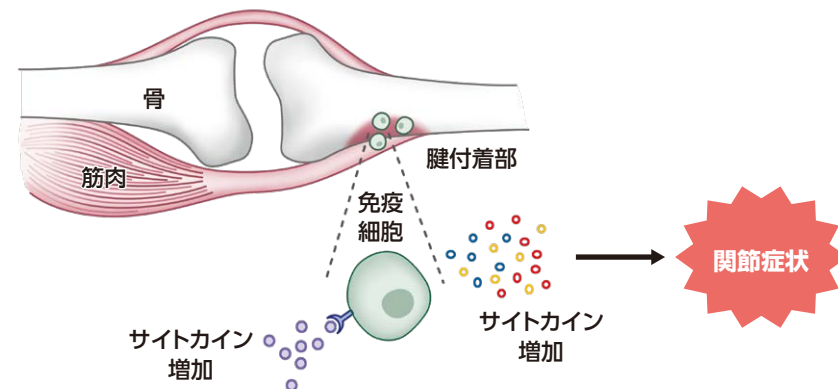
発症のしくみ

通常、体の中に入ってきた異物(細菌やウイルスなど)の排除にかかわる細胞(免疫細胞)が「サイトカイン」と呼ばれる物質を放出し、炎症が生じます。

PsAでは、もともとの体質(遺伝的要因)や、感染症やストレスなどの環境因子がきっかけとなり免疫に異常が生じ、TNF α などのサイトカインが増加し、皮膚や関節に症状があらわれると考えられています。



関節症状の発症



筋肉の伸び縮みによって腱が骨に付着する部位に刺激が加わることで、免疫にかかわるサイトカインの産生が増加し、関節の症状が発生するとされています。

参考: Lories RJ, McInnes IB: Nat Med. 2012; 18(7), 1018-1019.

PsAの症状

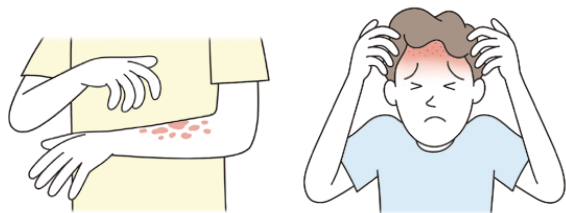


多くの患者さんで乾癬の皮膚症状に加えて、爪症状、関節の痛み、腫れ、こわばりなどがあらわれます。

PsAは体のさまざまな部位に症状が出ますが、代表的なものを紹介します。

皮膚症状

盛り上がったような赤い発疹(紅斑)ができ、表面に銀白色のフケのようなもの(鱗屑)を伴うのが、特徴的な症状です。
肘や膝など、外部からの刺激を受けやすい部位に症状がよくみられます。
すぐにわからない頭皮や臀部に症状が出ていないかについても確認することが大切です。



爪症状

点状の陥凹、爪甲剥離、爪が分厚くなるなどの爪の異常がみられます。腱の付着部に炎症があることで、爪症状が生じると考えられており、PsA患者さんの最大で9割に爪の異常が認められるとされています。



末梢関節炎

手足の指先に腫れや痛みが生じます。
はじめは左右非対称に少数の関節に症状があらわれ、病状が進むにつれ、左右対称にあらゆる関節に症状があらわれるようになります。いろいろなパターンがあります。



脊椎関節炎

腰、背中、首すじなどに痛みやこわばりが生じます。
痛みやこわばりは、安静時に悪化し、体を動かすことで次第に軽快していきます。



指炎

手足の指全体がソーセージ様に腫れあがります。
足の指に症状があらわれた場合、痛風と間違える場合があるため、注意が必要です。



付着部炎

腱や靱帯が骨と結合する部位の炎症で、痛みや腫れが生じます。
アキレス腱や足の裏に多くみられますが、膝や骨盤周囲など全身どの部位にも生じることがあります。



皮膚症状

● 好発部位

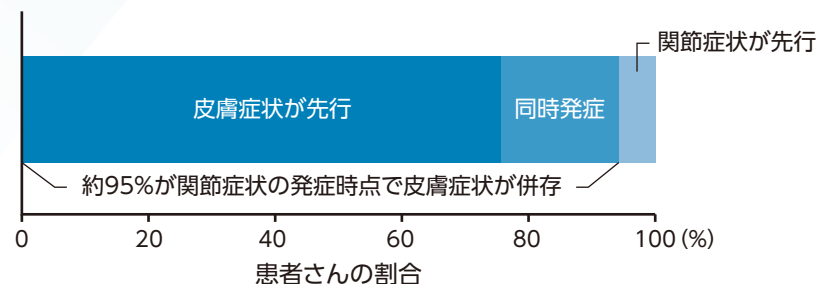
関節の痛みや腫れに加えて、頭部や臀部、爪などに乾癬の症状がある場合は、そのことも主治医に伝えましょう。

PsAと皮膚の症状



乾癬の皮膚症状に続いて、関節症状を発症する患者さんが多いとされています。

皮膚症状と関節症状の発症のタイミング¹⁾

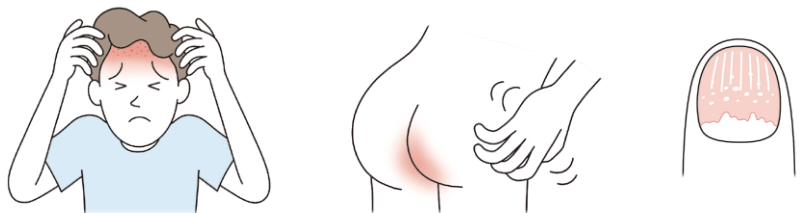


頭部や臀部、爪に乾癬の症状があるとPsAを発症しやすいといわれています。

PsAに多い皮膚症状や爪症状

頭部や臀部に皮膚症状がある方、爪症状がある方はPsAを発症しやすいとされています²⁾。皮膚症状が重い乾癬患者さんに、関節症状があらわれやすい傾向もあります。

一見するとわかりにくい髪の毛の間や生え際、臀部に発現した皮膚症状や、爪の症状がある場合には、PsAの可能性を見逃さないことが重要です。



1) Yamamoto T, et al. J Dermatol. 2016; 43(10): 1193-1196.
2) Wilson FC, et al. Arthritis Rheum. 2009; 61(2): 233-239.

PsAの診断



早期診断・治療により、関節の損傷や変形を防ぎ、日常生活への障害を防ぐことが大切です。

早期診断と治療開始の重要性

PsAでは、適切な治療が開始されず病気が進行してしまった場合、関節の炎症によって骨の破壊(骨びらん)や新たな骨が産生される骨新生が起こり、関節の変形へと進行してしまう可能性があります。

早期発見・診断による適切な治療の開始によって、これらの関節の変形を防止し、日常生活や就労への影響を防ぎましょう。

早期発見のためにできること

早期のPsAで皮膚症状のない場合には、確定診断を行うことが難しい場合もあります。早期発見や症状の悪化に少しでも早く気づくために、症状を定期的を確認し、気になる症状がある場合には主治医に共有するようにしましょう。

早期発見のポイント

- ・頭部や臀部の皮膚症状、爪症状を見逃さない
- ・アキレス腱、足の裏の痛みや腫れ、指炎・朝のこわばりを見逃さない
- ・炎症性腰痛を見逃さない
- ・スクリーニングツールを活用する



PsAの早期発見やその症状をより詳しく理解するためのツールとして『^{ベース}PASE』と呼ばれる質問票があります(詳細は9ページ)。この質問票を活用して、早期発見やご自身の症状の把握に役立てましょう。
PASEのチェック項目以外にも気になる症状がある場合、主治医にそのことを伝えるとよいでしょう。

PASEという症状と日常生活への影響に関する 評価

17ページの記入表にスコアを記入しましょう。

PASE (Psoriatic Arthritis Screening and Evaluation)

PASEは、症状に関する7つの質問と、日常生活への影響に関する8つの質問からなり、各質問に5段階（1～5点）で回答する質問票です。各質問のスコアの合計により重症度を評価することができます。

それぞれの質問に当てはまる場所に1つだけ、○をつけましょう。

症状について

	全く あてはまらない (1点)	あてはまらない (2点)	どちらとも いえない (3点)	あてはまる (4点)	強く あてはまる (5点)
① 1日のほとんどの時間 疲れを感じている					
② 関節が痛い					
③ 背中が痛い					
④ 関節が腫れている					
⑤ 関節に熱を感じる					
⑥ 手足の指全体がソー セージのように腫れる ことがある					
⑦ 痛みを感じる関節が変 わることもある (例えば、数日間、手首 に痛みを感じた後、次 に膝が痛くなるなど)					

総症状スコア

日常生活への影響（機能）について

	全く あてはまらない (1点)	あてはまらない (2点)	どちらとも いえない (3点)	あてはまる (4点)	強く あてはまる (5点)
⑧ 関節の症状が仕事に影響 を及ぼしていると感じる					
⑨ 関節の症状により、身 の回りごと（例えば、 服を着る、歯を磨くこ と）が困難なことがある					
⑩ 指輪や腕時計をつける のが困難なことがある					
⑪ 車の乗り降りが困難な ことがある					
⑫ これまでのようにアク ティブになれない					
⑬ 起床後2時間以上、体 のこわばりを感じる					
⑭ 1日のうちで朝が一番 つらい					
⑮ 1日の時間帯に関係な く、スムーズに動き出 すのに数分かかる					

総機能スコア

総症状スコアと総機能スコアの合計スコアが37点以上の場合、関節の症状について主治医にご相談ください。36点以下の場合も定期的にチェックを行い、スコアが高くなったり、気になる症状があるようであれば、主治医に相談してみましょう。

PsAの治療



皮膚症状に対する治療に加え、関節症状を最小限に抑え、関節機能を維持することが大切です。

治療目標

PsAは皮膚症状と関節症状の両方により日常生活に支障が生じるため、患者さんのQOL (Quality Of Life:生活の質)に影響が出やすい疾患です。

皮膚症状と関節症状の両方を改善し、QOLを向上させることが治療の目標となります*。また、関節の損傷や変形は不可逆的であるため、これを予防し進行させないようにすることも治療の重要なポイントです。



塗り薬

乾癬の皮膚症状に直接薬を塗ります。塗り薬にはステロイド外用薬とビタミンD₃外用薬があり、症状に合わせて併用することもあります。

- ステロイド外用薬：皮膚の炎症を抑える
- ビタミンD₃外用薬：皮膚の細胞の過剰な増殖を抑える
- 配合外用薬：薬剤の特徴を考慮して複数の軟膏が配合されたもの



飲み薬

免疫の過剰なはたらきを抑える薬、皮膚の細胞の過剰な増殖を抑える薬、皮膚症状や関節症状の原因となっている炎症を抑える薬が用いられます。

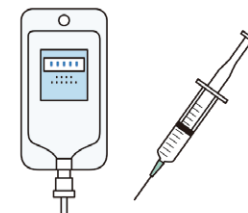
- 免疫抑制薬：免疫細胞のはたらきを阻害し、炎症を抑える
- PDE4阻害薬：免疫にかかわる細胞に存在する酵素のはたらきを抑え、炎症を抑える
- ビタミンA誘導体：皮膚の細胞が過剰につくられることや免疫にかかわる細胞に存在する酵素のはたらきを抑える



生物学的製剤

免疫の異常が起こる原因とされるサイトカインのはたらきを阻害する薬剤です。ターゲットとなるサイトカインやそのレセプターによって複数の種類があり、剤形や投与方法も点滴製剤/皮下注射製剤、院内投与/自己注射が可能です。

- TNF α 阻害薬
- IL-17阻害薬
- IL-12/23阻害薬、IL-23-p19阻害薬



※:患者さんご自身で行える身体的障害の度合いを評価するための質問票『J-HAQ』^{ジェイ・ハック} (詳細は13ページ)を活用して、治療の成果や日常生活での障害の程度などを把握するとよいでしょう。

J-HAQという身体的障害の程度に関する評価

J-HAQ (Japanese Health Assessment Questionnaire)

関節リウマチ患者さんを対象に開発された身体的障害の程度に関する評価法で、日常生活の8つのカテゴリーに及び20の質問からなります。各質問に対する回答から、日常生活で何が困難となるかがわかり、必要な対策をとることができます。

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1つだけ、○をつけましょう。

	なんの困難も なくできる (0点)	少し困難だが できる (1点)	かなり困難だが できる (2点)	全く できない (3点)
[1] 衣服の着脱と身支度 (Dressing)				
靴ひもを結び、ボタン掛けも含め自分で身支度ができますか？				
自分で洗髪ができますか？				
[2] 起立 (Arising)				
椅子(肘かけがなく背もたれが垂直)から立ち上がれますか？				
ベッドまたはふとんからの就寝、起床の動作ができますか？ (日常使っている寝具につきお答えください。)				
[3] 食事 (Eating)				
お箸を使ってごはんを口に運べますか？				
いっぱい水の入ったコップを口元まで運べますか？				
新しい牛乳の紙パックの口を開けることができますか？				
[4] 歩行 (Walking)				
戸外の平坦な道を歩けますか？				
階段を5段上がれますか？				

上記の[1]～[4]の動作の手助けとなるような器具や自助具を日常的に使っていたら、あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- | | |
|---------------------------------|----------|
| 1. 身支度に使う器具(ボタン通し、ジッパーにかけるひもなど) | 2. 特殊ないす |
| 3. 特別な器具、自助具 | 4. ステッキ |
| 5. 松葉杖 | 6. 歩行器 |
| 7. 車いす | |

上記の[1]～[4]の動作をするのに他人の手助けが必要であれば、あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- | | | | |
|--------------|-------|-------|-------|
| 1. 衣服の着脱と身支度 | 2. 起立 | 3. 食事 | 4. 歩行 |
|--------------|-------|-------|-------|

18ページの記入表にスコアを記入しましょう。

関節の機能を維持するためにも疾患活動性をコントロールすることが重要です。
下表の質問票を活用して疾患活動性を定期的に評価し、治療状況やQOLの障害の程度などを把握しましょう。

	なんの困難も なくできる (0点)	少し困難だが できる (1点)	かなり困難だが できる (2点)	全く できない (3点)
[5] 衛生 (Hygiene)				
体を洗いタオルで拭くことができますか？				
浴槽につかることができますか？				
洋式トイレに座ったり立ったりできますか？				
[6] とどく範囲 (Reach)				
頭上の棚に2リットル入りのペットボトルがあった場合、それを下に降ろせますか？				
腰を曲げて床にある衣服を拾い上げられますか？				
[7] 握力 (Grip)				
自動車のドアを開けられますか？				
広口ビンのふたを開けられますか？ (すでに一度開けてあるもの)				
回転式の蛇口を開閉できますか？				
[8] 家事や雑用 (Activities)				
用事や買い物にでかけることができますか？				
自動車の乗り降りができますか？				
そうじ機をかけたり、庭仕事などの家事ができますか？				

上記の[5]～[8]の動作の手助けとなるような器具や自助具を日常的に使っていたら、あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- | | | | |
|----------------------|---------------|------------|-------------|
| 1. 浴槽のいす | 2. 浴槽の手すり | 3. 便座を高くした | 4. トイレ内の手すり |
| 5. 孫の手状の継ぎ手(マジックハンド) | 6. ビンの口を開ける器具 | | |

上記の[5]～[8]の動作をするのに他人の手助けが必要であれば、あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- | | | | |
|-------|----------|-------|----------|
| 5. 衛生 | 6. とどく範囲 | 7. 握力 | 8. 家事や雑用 |
|-------|----------|-------|----------|

Matsuda Y et al. Arthritis Rheum. 2003; 49(6): 784-788.
Matsuda Y et al, Arthritis Rheum. 2003; 49(6): 784-788. © John Wiley & Sons, Inc.

J-HAQスコアの算出方法

J-HAQスコア=[1]～[8]の各カテゴリーの最高点の合計 / 回答したカテゴリー数

※自助具や他人の手助けなどが必要だった場合、各カテゴリーの最高点が2点未満の場合はスコアを2点とする。

日常生活の注意



適切な治療に加え、規則正しい生活習慣を心がけることが大切です。

日常生活の注意

乾癬の症状の悪化には日常生活の習慣がかかわっているとされています。
症状を悪化させる原因をできるだけ避け、規則正しい生活習慣を心がけましょう。

入浴時、体をやさしく洗う

皮膚に刺激が加わらないように、やさしく洗うようにしましょう。
また、高温、長時間の入浴は避けましょう。



ゆったりした服装を着る

衣服が肌にこすれると症状悪化につながります。できるだけ柔らかくて刺激が少ない衣服や締めつけが強い衣服を選ぶようにしましょう。



バランスのよい食事を

乾癬は肥満と関連していることが報告されています。
厳密な食事制限を行う必要はありませんが、和食を中心とした食生活を心がけましょう。また、ミネラルやビタミンの多い野菜などをバランスよく取り入れる工夫をしましょう。



感染症に気をつける

かぜなどの感染症にかからないように、手洗いやうがいを心がけましょう。



ストレスはうまく発散

適度な運動をするなど自分なりのストレス解消法を見つけ、ストレスをうまく発散しましょう。
喫煙は、乾癬の症状を悪化させることがあるので、禁煙や節煙をするようにしましょう。



治療Q&A



PsAはいつまで治療が必要ですか。

A

乾癬において、いつまで治療を行うのかは患者さんによって異なります。
乾癬は、治りにくい病気ではありますが、乾癬を悪化させる原因を取り除き、治療を継続することで、長期間症状のない状態を維持することができると考えられています。そのため、症状の程度や治療内容、日常生活への影響などを考慮して、自分にとって納得のいく目標を主治医と一緒に決めるようにしましょう。
その目標に合わせて、治療を行うことが大切です。



PsAは遺伝する病気ですか。

A

日本乾癬学会によると、乾癬患者さんの4~5%に、身内に乾癬患者さんがいるという報告¹⁾がありますが、PsAを含め、乾癬は必ずしも遺伝する病気ではありません。
乾癬の発症には遺伝的要素に加え、喫煙や過度な飲酒、肥満といったさまざまなことが関係していると考えられています。そのため、遺伝的要素があっても、必ず発症するというわけではありません。



PsAの治療に際し、活用することができる医療費補助はありますか。

A

PsAの治療は、治療方法や内容によって医療費が高額になることがあります。医療費が高額になった場合、高額療養費制度や付加給付制度、医療費控除などの助成制度を受け、負担を軽減することができます。
助成制度は、制度によって対象となる方や申請の仕方などが異なるため、詳しくは、受診した医療機関や加入している公的医療保険の窓口を確認するようにしましょう。

気になることがある場合は主治医に相談しましょう。

1) 中川秀己 編. インフォームドコンセントのための図説シリーズ 乾癬. 2017; 8-13.

PASEスコア 記入表



評価の頻度を主治医と相談し、定期的に評価しましょう。結果は主治医にお見せください。

記入例

評価日	1月 1日	2月 1日	3月 1日	4月 1日
総症状スコア	20	22	22	22
総機能スコア	28	28	30	30
合計スコア	48	50	52	52

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
総症状スコア				
総機能スコア				
合計スコア				

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
総症状スコア				
総機能スコア				
合計スコア				

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
総症状スコア				
総機能スコア				
合計スコア				

J-HAQスコア 記入表



評価の頻度を主治医と相談し、定期的に評価しましょう。結果は主治医にお見せください。

記入例

評価日	1月 1日	2月 1日	3月 1日	4月 1日
J-HAQスコア	1.0	1.125	1.25	1.25

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
J-HAQスコア				

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
J-HAQスコア				

評価日	月 日	月 日	月 日	月 日
J-HAQスコア				