

2018.9.28 文責：村田

関節リウマチと骨粗鬆症(こつそしょうしょう)のクズリ

京大リウマチ通信第15号(2015年11月)でも関節リウマチと骨粗鬆症について取り上げました。いくつか新たな薬剤が使用可能となったこともあり、今回は骨粗鬆症の治療に重点をおいて、再度取り上げたいと思います。

骨粗鬆症とは

・骨粗鬆症とは

骨粗鬆症とは「骨強度が低下し、骨折のリスクが増大する疾患」です。骨強度=骨密度+骨質であり、骨密度は骨強度の約70%を占めます。骨粗鬆症を放置すると、骨折を引き起こす可能性が高まります。

・骨折は侮れません

骨折は寿命を短くすると考えられています。これは骨折によって動けなくなったり、体に負担がかかったりするもので、例えば、大腿骨頸部骨折を起こした60歳以上の患者さんの5年後の生存率は、約50%です。

・リウマチと骨粗鬆症の関係

関節リウマチは骨密度の減少を来しやすいだけでなく、骨密度が減らなくても、骨折をおこしやすくなることが知られています。これには運動ができない事、薬物の影響、病気自体の影響が関与しています。厄介なことに、関節の炎症をおさえるだけでは、関節リウマチ患者さんの骨折を減らすことができないことも分かっています。



骨粗鬆症の予防は？

運動療法、食事療法といった生活習慣の改善が第一です。運動により体重負荷をかけることで骨は増加し、丈夫になります。さらに筋肉を鍛えることで体をしっかりと支えられるようになり、バランス感覚も向上して転倒防止にもつながります。

食事ですが、日本人はカルシウムやカルシウムの腸管からの吸収をうながすビタミンDが不足していることが知られています。毎日の食事で意識的にとることが大切です。



骨粗鬆症の治療薬は？

特に効果が高いとされる薬

・ヒト型抗RANKLモノクローナル抗体製剤(プラリア)

骨を壊す細胞をできにくくします。すると骨量が増え、骨折リスクが減少します。この薬は、6カ月に1回の皮下注射で効果が期待できます。この薬剤のすごいところは、今までの治療薬は骨粗鬆症の治療ができて、関節リウマチに伴う強力な骨破壊を抑制することはできませんでした。今回使用が認可されたプラリアは1.骨粗鬆症を改善し、骨折を予防する、2.関節破壊の進行を抑える、2つの効果が期待できます。

・副甲状腺ホルモン製剤(フォルテオ、テリボン)

副甲状腺ホルモンの誘導体で、骨形成を促進して骨量を増やし、骨折を減少させる薬です。1日1回自己注射する薬と、週1回医療機関で注射する薬があります。骨密度が著しく減少しているなど、骨折リスクの高い患者さんに用いられます。



骨粗鬆症の治療薬は？

効果が高いとされる薬



・ビスホスホネート製剤

骨を壊す破骨細胞の働きを抑えて骨形成を促進し、骨密度を増やし、骨折を抑制します。骨粗鬆症の治療薬のなかでも有効性の高い薬で、現在、同治療の第一選択薬です。ビスホスホネート製剤は腸管からの薬物吸収が悪いため「起床後すぐに服用し、その後30分は横になったり水以外を飲んだり食べたりしてはいけない」などの制限があり、服用を継続できない人がいました。このため週1回や月1回服用で済む製剤も発売されています。それでも服用できない方のために、月1回の注射製剤や年1回の点滴製剤が発売されました。経口剤のような服用時の制約もないため継続しやすく、いずれも同程度の効果が期待できます。発生率は極めて低いですが顎骨に対する副作用があるため、投与前に歯科受診がすすめられます。ビスホスホネート製剤は骨折抑制効果に限らず疼痛・ADL・QOL改善効果、生命予後改善効果が報告されており、臨床現場では最も使用されています。ヒト型抗RANKLモノクローナル抗体製剤のような、関節リウマチに伴う骨関節破壊への抑制効果は期待できないため、関節リウマチの病状がよくコントロールされている患者さんが対象となります。

・選択的エストロゲン受容体修飾薬（エビスタなど）

毎日1回服用する内服薬で、骨に対しては、女性ホルモンのエストロゲンに似た作用があり、骨が壊れるのを抑制し、骨量を増加させます。骨密度を上昇させたり、椎体骨折抑制効果はあるのですが、大腿骨近位部骨折を抑制するという証拠はまだありません。



・エディロール

従来の活性型ビタミンD3製剤を改良したもので、骨折予防、骨密度上昇効果が見込めます。

軽症の場合または補助的に使用される薬剤

・活性型ビタミンD3製剤

小腸のビタミンD受容体に働くことでカルシウム吸収が促されます。また、筋肉にも働くことで、転倒予防効果があると考えられています。

・ビタミンK2製剤

骨を作る細胞に作用することで骨形成を促進し、同時に骨が減るのを抑えることで骨代謝のバランスを整え、骨の質を改善します。

投薬に関しては、骨折のリスクや全身状態などを考慮して主治医の先生と相談して決めてください



受付時間

午前8時15分～午前11時00分

	月	火	水	木	
107室	山本				
108室	橋本	村上	田中	橋本	田中
109室	松尾		伊藤	村田/伊藤	村田(第2・4)
110室	西谷				

リウマチに関するご質問、「リウマチ通信」や「リウマチ教室」で特集してほしいテーマがありましたら、外来主治医または外来秘書にお気軽にお申し出下さい。

お問い合わせは…



京都大学医学部附属病院 リウマチセンター

代表電話 075(751)3111 予約電話 075(751)4891
〒606-8507 京都市左京区聖護院川原町54