

京大リウマチ通信

第37号 京都大学医学部附属病院 リウマチセンター

2024.3.29

はじめに

関節リウマチの治療薬には様々な種類がありますが、その一つに「ステロイド」という薬が挙げられます。今回は、関節リウマチとステロイドについて解説します。

ステロイドとは？

ステロイドは、もともとコルステロールのような物質を言います。その物質を持つホルモンがステロイドホルモンと呼ばれ、一般に医療の現場でステロイドと言うと、ステロイドホルモンの一つである「糖質コルチコイド」や、その作用を持ったお薬を指しています。なお、ステロイドはドーピングで使用されるというイメージもあるかもしれませんが、それは蛋白同化ステロイドという別のもので、成分は似ていますが作用は全く異なり、医療で用いられる機会は稀です。

ステロイドホルモンは腎臓のそばにある副腎という臓器から出されます。体の中ではプレドニゾロン 2.5-5mg に相当するステロイドが作られるのですが、少量のステロイドでも体の外から入ると過剰になるとされており、その分が薬剤の効果となります。ステロイド薬には次に上げる薬剤があり、用途に応じて使い分けます。

一般名	商品名
プレドニゾロン	プレドニン プレドニゾロン
メチルプレドニゾロン	メドロール
ベタメタゾン	リンデロン
デキサメタゾン	デカドロン
ヒドロコルチゾン	コートリル
トリアムシノロン	ケナコルト



ステロイドの効果と副作用

ステロイド（糖質コルチコイド）は、抗炎症作用/免疫作用という、炎症を鎮める（抗炎症）作用や免疫を抑える（免疫抑制）作用を持っています。その作用は量によって強さが変わり、ステロイドの量が多くなればなる程効果は強くなり、少量、中等量、大量、パルス療法（大量よりも更に多い量を点滴で投与することを言います）と分けられます。一般的には関節リウマチで使用する際は少量が多いのですが、血管炎や間質性肺炎などで大量やパルス療法をしなければならない状態の時もあります。

少量ステロイドの副作用は下記が挙げられます。種類は多くあるように見えますが、全て起こるわけではありませなし、副作用と治療効果を天秤にかけて使用の判断をします。副作用には十分注意すべきですが、ステロイドのメリットが高い場合も多くあり、主治医としっかりと相談することが重要です。

少量ステロイドの副作用	
免疫系	感染症
筋骨格系	骨粗鬆症
心血管系	高血圧、動脈硬化促進、血栓症
消化器系	消化性潰瘍（NSAID併用時）、膵炎、脂肪肝
中枢神経系	不眠、興奮
内分泌・代謝系	体重増加、食欲亢進、脂質異常症、糖尿病、電解質異常、月経異常、副腎不全
眼	白内障、緑内障
皮膚・容姿	皮膚が薄くなる、ニキビ



関節リウマチと「ステロイド」

ステロイドの特徴としては治療効果が比較的早期に出現します。そのため発症早期はステロイドの使用も認められていますが、日本でも海外でも長期の使用は勧められていません。その理由は、長期使用では先程説明した副作用が問題になるからです。少量を短期間（数か月以内）に留めることとされ、抗リウマチ薬や、生物学的製剤/JAK 阻害薬で効果が出るまでの、補助的な役割として使用します。

ただしステロイドを中止できない、使用せざるを得ない方も一定数おられ、日本全国でも4割程度、当院では2割程度の患者さんで処方されています。発症早期であってもステロイドは使用しないで済むのであれば出来るだけ使用しない、そして、使用中の方は可能な限り少ない量にするためにステロイド以外の治療で関節リウマチをコントロールすることが望まれます。中にはコントロールが難しい場合や病気によっては減量出来ない方もいらっしゃいますので、無理に減量するのではなく、主治医とよく治療方針を相談して下さい。

更に関節リウマチではステロイドの関節内注射も行われます。早期に炎症を抑える必要がある場合や、しっかり治療していても少数の関節の炎症が取れない場合には、関節内注射が有用です。ただし同一部位への頻回の注射は軟骨量が減少してしまうため、ステロイドの関節内注射を繰り返す場合には、十分に病勢をコントロールするためにリウマチ治療を見直す必要があります。

ステロイド使用中の注意点

副作用が多岐に渡りますが、頻度が高いものとして感染症、骨粗鬆症、糖尿病があります。感染症対策として他のリウマチ治療と同様に、うがい、手洗い、マスク着用が勧められます。また、体温測定を定期的に行い、発熱やその他体調変化がある場合には医療機関にご相談下さい。骨粗鬆症や糖尿病に対しては、状態に応じて骨粗鬆症薬が使用されたり、血糖値を検査したりします。

ステロイド特有の注意点としては、いきなり中止しないということです。ステロイドは体内で産生されますが、長期にステロイドを使用している場合には体内では産生しない状態になっています。産生しない状態から回復するのは時間がかかるために、いきなり中止すると体にとって必要なステロイドが足りなくなってしまうのです。一般的に関節リウマチの治療薬は、感染症の際には休薬することが多いのですが、ステロイドは食事が摂れない場合であっても決められた量を内服し続けて下さい。

副作用もありますがステロイドが必要な場合も少なくありません。その場合でもなるべく少ない量で短期間に留めることが望ましいので、主治医とよく治療方針を相談して納得して使用することが重要です。



文責：鬼澤秀夫

受付時間					
午前8時15分～午前11時00分					
	月	火	水	木	金
107室					田淵
108室	大西	村上	田中	大杉	田中
109室	納田	池崎	藤井	村田	村田(第2・4) 藤井(第1・3・5)
110室	山本				



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