

vol.
109
2025
Spring

Feature
特集

リウマチ
膠原病科



contents



Feature
リウマチ・膠原病ってどんな病気？
| 当院の小児科をご紹介します！

もしもしINFORMATION
| なるほど！おくすりエトセトラ

| 旬の“おいしい”いただきます！
| がっちり連携 連携医療機関のご紹介



リウマチ・膠原病ってどんな病気? NTT リウマチ・膠原病

東日本 関東病院の の診療

関節が痛い、発熱が続くなどの症状は、
膠原病を疑うサインの一つ。関節リウマチ
をはじめとする膠原病には難病のイメージ
もありますが、近年は薬剤の開発などが進
み、病気と共存しながら希望どおりの人生
を送れる人が増えています。

リウマチ・膠原病ってどんな病気?

体を守る免疫という機能に問
題が生じ、皮膚や関節、腎臓な
ど臓器に炎症が起きる疾患のグ
ループを「膠原病」と呼びます。

自分の体をウイルスのような異物と誤認、排除しようとする過程
でさまざまな症状を引き起こします。膠原病には100種類以上の
病気があり、「膠原病」は単体の病気の名前ではありません。関節
リウマチも膠原病の一つです。膠原病は難病だと思われていた時
代もありましたが、治療法が進化した今は、早期診断・治療によ
り患者さんが思い描く人生を送ることが可能になってきています。



当院では以下の病気をはじめ、さまざまな
リウマチ・膠原病の診察・治療をしています

〔関節リウマチ〕

指趾や手首などの関節に炎症が起
こり、痛みや腫れが生じます。治療
しないままだと関節の変形につなが
ります。肘、肩、膝、股関節、足首
に症状が出ることも。

〔乾癬性関節炎〕

乾癬という皮膚の病気に合併し
て、関節リウマチのような関節の痛
みや腫れが起きることが特徴です。
皮膚症状が先に出ることも、後から
出ることもあります。

関節リウマチをはじめとする、

膠原病にならないために

できること

✔ 肥満予防

ダイエットをすると、
お薬を減らしやすくなります。

✔ 口の中をキレイに

歯周病は感染症や糖尿病、がんのほか、
関節リウマチを引き起こす
原因の一つです。

✔ タバコを吸わない

喫煙はリウマチの発症や
悪化に深く関わります。

Suyama Yasuhiro
陶山 恭博

リウマチ膠原病科 医長



Profile

2006年信州大学医学部卒業。飯塚病院にて初期研修後、聖路加国際
病院内科レジデント、同アレルギー膠原病科フェローを経てJR東京総合
病院勤務。2024年より現職。日本内科学会総合内科専門医・認定内科
医、日本リウマチ学会リウマチ専門医・指導医・評議員。

〔全身性エリテマトーデス〕

発熱や倦怠感、関節痛、皮疹といっ
た多様な症状につながります。蝶形紅
斑(ちょうけいこうはん)と呼ばれる皮
疹が顔に出ることや、腎臓の機能低
下で蛋白尿が出ることもあります。

〔巨細胞性動脈炎〕

主に60代以降で頭や目の動脈に炎
症を起こします。側頭動脈に巨細胞
という細胞が見られることからこの
名前に。発熱や側頭部の頭痛や視力
低下などの症状が見られます。

〔高安動脈炎(高安病)〕

20~30代の女性を中心に大動脈
や枝分かれする血管に炎症が生じま
す。発熱や倦怠感に加えて血管が狭
くなったりふくれることがありま
す。

アンカ 〔ANCA関連血管炎〕

臓器に栄養を送る血管に炎症が生
じ、全身の細い血管が傷つきます。
微熱や倦怠感、腎臓機能の低下や間
質性肺炎などを起こします。

〔全身性強皮症(強皮症)〕

皮膚や内臓が徐々に硬くなる「線
維化」が起きます。皮膚をつまめな
くなる他、手足の血管が収縮して指
先が白くなる、肺の線維化による息
切れなど、さまざまな症状が出ます。

〔家族性地中海熱〕

炎症のバランスをとるパイリンと
いうタンパク質の機能異常と関連し
て発症します。一定の間隔で発熱す
ることが特徴で、腹痛や胸痛の他、
関節炎が出ることも。

当科は「人生を診る診療科」
として患者さんと一緒に未来
を見つめながら治療を行って
います。

スムーズな院内連携で総合病院 ならではの治療を提供します

整形外科

整形外科と連携した治療は当院の特徴の一つです。肩、膝、股の関節はもちろん、脊柱、肩関節や手の外科の専門チームがあることは当院の大きな強みです。患者さんの困り事は一人ひとり異なります。例えば、茶道の先生であれば「釜のふたをつまんで開けたい」といったご要望も。



リハビリが必要になったら——

リハビリテーション科のスタッフによる丁寧なリハビリを提供します。入院する場合は、退院後の生活を見据え、理学療法士がご自宅まで出向き、生活動線や患者さんの動きに合わせた手すりの取り付けをお手伝いすることも。



皮膚科

必要に応じて皮膚科と連携して治療に取り組んでいます。例えば乾癬については、紫外線を当てる「光線療法」も取り入れており、患者さんによっては飲み薬以外の方法での治療も可能です。また、皮膚からの感染症である蜂窩織炎(ほうかしきえん)を防ぐために、白癬(水虫)のケアやフットケアにも丁寧に対応しています。



※実際は服を脱いで治療器に入ります

看護師のサポート

膠原病の治療はスタッフのサポートも重要です。特に看護師は丁寧で優しい対応を心がけています。医師に聞きづらい心配事もお気軽にご相談ください。薬の服用スケジュールや、自己注射の方法などもわかりやすく説明しています。



知っておきたい! 気になる医療費補助の話

高額療養費制度

医療費が高額になっても、1ヵ月の間にあらかじめ決められた上限額を超えた場合、その超過分の金額を支給してもらえる制度です。支給は、患者さんが加入する健康保険組合や国民健康保険といった公的医療保険が担います。上限額は患者さんの所得によって異なります。

指定難病

膠原病の疾患のいくつかは厚生労働省によって「指定難病」に指定されており、医療費の補助対象です。重症度などの条件に該当すれば、当院のような「難病指定医療機関」を受診する際に医療費の助成を受けられます。支給期間は原則として1年以内。診断日から1ヵ月さかのぼって請求することも可能です。

詳細は
こちらを
ご覧ください



【補助対象となる膠原病の例】

乾癬性関節炎／全身性エリテマトーデス
／巨細胞性動脈炎／高安動脈炎／顕微鏡的多発血管炎／多発血管炎性肉芽腫症／好酸球性多発血管炎性肉芽腫症／多発性筋炎・皮膚筋炎



◀ 当院のご相談窓口「総合相談室」もご活用ください

Checklist

症状の「時間の経過」がわかる「具体的」な情報がポイント!

自分の症状を上手に説明するために 病院に行く前のチェックリスト



症状を時間の流れで整理した記録

熱、痛み、皮疹、息切れなどの症状がそれぞれ「いつからどの部位に始まったか」「どんな時に出るか」「どれくらい続くか」をメモしましょう。カレンダーへのメモや、スマホの写真・動画による症状の記録もあると◎



生活の中での「困り具合」を具体的にメモ

体の「どこが・どのように痛いのか」、そのせいで「何ができないのか」も整理しておきましょう。「両手の指がじんじんしびれて、蛇口がひねれない」といった具体的な説明が診断の鍵になることも。



今までの検査結果

レントゲン、エコー、CT、MRIなどの画像診断や、尿・血液の検査結果、定期健康診断の結果もあれば持参しましょう



薬の服用状況

現在や過去にどんな薬をどの程度飲んでいるかの情報も、適切な診断には欠かせません。お薬手帳も忘れずに!

Message
陶山先生
メッセージ

病気を早く正しく診断するには、症状についての適切な説明が必要です。特に「時間の経過」がわかる「具体的」な情報があると助かります。上のリストを参考に、準備してから受診いただければうれしいです。



小児科をご紹介します!



小児科部長: 小林 朋佳

小児科は、子どもを取り巻く多様な問題の解決をめざす診療科です。疾患といった身体の問題はもちろん、豊富な経験を積んだ医師と、臨床心理士・公認心理師が担当しています。



小児科: 野木森 宜嗣

な問題の解決をめざす診療科です。疾患といった身体の問題はもちろん、豊富な経験を積んだ医師と、臨床心理士・公認心理師が担当しています。



当院の特徴

当院は総合病院の体制を活かして子育てを支えています

当院では産科と小児科が連携して新生児期からの「切れ目のない健康管理」をめざしています。予防接種や乳幼児健診は広く受け付けています。当院以外で生まれたお子さんの成長と発達にも乳幼児期から並走していきたいと思えます。健診の際には、ご家族の育児の悩みや疑問、相談にもお答えしていますので、お気軽にお話してください。

急な発熱や体調不良に対しては、丁寧な診察と優れた検査設備を活かした身体状態の評価を徹底し、常に最良の医療を提供できるよう努めています。

お気軽にご相談ください!



臨床心理士・公認心理師
小幡 美和子/谷口 須美恵

Q1

子どもが健診で心音異常^{※1}を指摘されました。通常の小児科で診てもらえますか?

A

小児循環器を専門とする医師のいる小児科を受診しましょう

当院では、先天性心疾患や不整脈、川崎病など、新生児期から思春期までの心臓・大血管に関わる疾患のフォローアップを行っています。健診で心音異常や心電図異常を指摘され、診察を希望される方も少なくありません。異常が発見された際には、検査や治療を行うとともに、その異常とどう向き合えばいいかを理解していただけるよう説明いたします。

A

「生活の質」を重視し、新しい治療を取り入れています

当院では、最新のガイドラインに則った標準的な治療を原則として、内服、吸入、点眼、点鼻、軟膏塗布といった従来の治療法に加えて舌下免疫療法、生物学的製剤による治療を必要に応じて考慮します。治療の目標は「生活の質(QOL)の向上」であり、発作を抑えるだけでなく起こさない治療を重視しています。

Q2

NTT東日本 関東病院の小児科でのアレルギーの治療はどんな特徴がありますか?

Q3

子どものことばや運動発達の遅れが気になっています。小児科で相談できますか?

A

小児神経専門医がおり、身体の病気と神経発達症^{※2}行動やこころの問題に寄り添います。

熱性けいれんやてんかんなど身体の病気の診断と治療、不登校や心身症^{※3}・発達特性やこころの問題などに対応しています。お子さんが抱える多様な問題・特性に向き合い、お子さんとご家族にとって最善の方法を一緒に考えましょう。

※1・心音異常

心臓の聴診で聞かれる心音のうち、強弱のバランスが異なるもの、リズムが異なるもの、通常はない心音(過剰心音)や雑音(心雑音)があるものの総称です。すべての心音異常が疾患を意味するわけではありませんが、心音異常を契機に先天性心疾患などが見つかることもあります。

※2・神経発達症

注意欠如・多動症(ADHD)、知的発達症(知的能力障害)、自閉スペクトラム症、限局性学習症(学習障害)などが代表的。個人的、社会的、学業、職業上の機能障害を引き起こすことがあるため、環境調整、薬物療法、行動療法、心理教育などで治療を行います。

※3・心身症

身体疾患の中で、発症や経過に心理社会的ストレスの影響で機能的(器質的)障害を伴う疾患群です。日常生活で学業、仕事や対人関係などの心理社会的ストレスに無自覚な場合に発症・悪化することが多く、治療は心と身体の両面からアプローチする必要があります。

各人に最適な検査の提供を「テラーメイド」な人間ドック受診のススメ

無症状のうちに人間ドック受診を

超高齢社会を迎えた我が国では、これまでのような対策型がん検診にそった、胃、大腸、肺、乳腺、子宮に対する検査や、生活習慣病を評価する検査だけでは不十分になりつつあります。これからの時代は、メタボ（代謝）に加えて、ニューロ（神経）、ロコモ（運動）の評価の重要性が増してくるでしょう。加えて新たな領域への挑戦も継続していきます。ニューロ（神経）の評価は脳ドックコースが担い、希望者のみ認知機能の

評価も行います。また、対策型がん検診の他に重要性の高い膵臓がんの評価を担う「膵臓・胆のう・胆管がんコース」についてもご紹介します。

それぞれに必要な検査を

当院の人間ドックは基本コースの他に、「脳ドックコース」「膵臓・胆のう・胆管がんコース」「大腸がんコース」「動脈硬化予防コース」「マイクロアレイ検査コース」の5つをご用意があります。脳の病気が心配な方は「脳ドックコース」を、早期発見が難しく、進行

してから見つかることの多い難治がんである膵臓がん・胆管がんの発見には「膵臓・胆のう・胆管がんコース」がおすすめです。



予防医学センター長 井上 博睦

2000年徳島大学医学部卒業。東京大学医学部附属病院などを経て2025年4月より現職。日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医。日本消化器病学会消化器病専門医。

脳ドックコース

こんな方におすすめ！

- 近親者に脳血管疾患が複数いる
- 高血圧、高脂血症、糖尿病、喫煙など動脈硬化のリスクがある

日本人の死因の第三位を占めるのが脳血管疾患(脳梗塞、脳出血など)です。このコースでは、数々の脳疾患をスクリーニングすることを目的とし、基本的な血液検査や生理検査に加え、脳MR検査及び頸動脈超音波検査が組み込まれています。これらの検査により、脳血管疾患の既往や発症リスク、脳腫瘍や脳動脈瘤の有無を総合的に判断することが可能です。

Point! 小さな未破裂脳動脈瘤は、自覚症状が無い若年者でも発見されることがよくあります。放置すると増大して破裂する場合があります、突然の激しい頭痛からくも膜下出血を発症します。極めて致死率が高い病気なため、未破裂脳動脈瘤が発見された場合には、医師の指導のもとで定期的な経過観察を怠らないことが重要です。

膵臓・胆のう・胆管がんコース

こんな方におすすめ！

- 近親者に膵臓疾患や胆嚢疾患が複数いる
- 糖尿病に罹患している

当院の人間ドックの基本コースには、上部内視鏡検査、胸部CT検査、腹部超音波検査、便潜血検査が標準装備され、一般的ながん(胃がん、食道がん、肺がん、肝臓がん、胆のうがん、腎臓がん、大腸がんなど)に対応。さらにこのコースでは、腹部MR検査及び腫瘍マーカー(膵臓・胆管)の検査を行うことで膵臓がんや胆管がんの早期発見が可能になります。

Point! 膵臓は体表面から奥深い場所に位置し、周辺に腸管が存在するため腹部超音波検査では微小な膵臓の病変を発見することが極めて困難です。胆管がんも、胆管の拡張など二次所見が出現しないと早期発見が難しいがんの一つ。さらに膵臓がんと胆管がんは生物学的な悪性度が高く、生命予後が不良な疾患です。

施設紹介



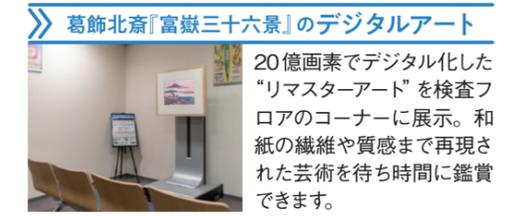
CT
64列のヘリカルCT。新鋭の画像構成技術により、従来よりも最大80%少ない線量で撮影が可能です。身体を薄く輪切りにして撮影するため、5ミリ大の肺がんも見つけやすくなります。



検査フロア
広々としており、動線がはっきりしているため、スムーズかつ快適に受診できます。



マンモグラフィ
乳腺検査、婦人科検査は女性の検査技師が担当するため、よりリラックスして検査を受けられます。



葛飾北斎「富嶽三十六景」のデジタルアート
20億画素でデジタル化した「リマスターアート」を検査フロアのコーナーに展示。和紙の繊維や質感まで再現された芸術を待ち時間に鑑賞できます。

【コースの基本的な流れ】



基本料金(税込)

1日コース	
男性	女性
85,250円	94,600円

ご注意
 [以下の方はMR検査ができません]
 ・心臓ペースメーカー、人工内耳、歯科治療(インプラント・歯列矯正中)
 ・妊娠中・義眼(マグネット式)、刺青など
 [以下の方はMR検査ができない場合があります]
 ・脳や心臓の手術・処置や内視鏡下止血クリップをしたことがある方
 ・検査の際はカラーコンタクトやラメの入った化粧品は取っておく必要があります

お申し込み・お問い合わせ

NTT東日本 関東病院
健康管理棟2階・人間ドック受付

- 電話: 03-3448-6275 (受付時間: 平日10:00~16:30)
- URL: <https://www.nmct.ntt-east.co.jp/>

※検査によって、例えば、非常にまれですが採血によって神経を損傷するといった一定の危険を伴う場合があります。また、当日、医師の判断により検査の一部または全部をお受けいただけない場合があります。

無痛分娩開始しました!



産科の公式Instagramもぜひご覧ください。

当院では2025年3月より『無痛分娩』を開始しました。当院は産科外来と産科病棟が同一フロアにあり、周産期に特化したケアを助産師が行っています。分娩後の過ごし方は、麻酔の効果が切れれば正常分娩と変わりありません。医師、助産師で協働し、安心で安全な出産をサポートします。

- 対象者: 経産婦さん
- 条件: 原則 計画分娩で、平日の日中のみ行います
- 費用: 正常分娩でかかった費用に10万円がプラスされます



なるほど! Medicine etc. おくすりエトセトラ

お薬に関するいろんな疑問。
「なるほど!」と、知ってうれしい健康まめ知識を
薬剤部がお届けします!

私が答えます!



薬剤部 / 長橋 愛子

Q 粉薬が苦手です。
どうすれば良いですか?

A 他の剤形に変更できることもあります。
変更ができない場合、薬に適した服用工夫をお伝えします。

錠剤やシロップ、坐薬など他の剤形に変更できることもあります。医師または薬剤師にご相談ください。粉薬を飲みやすくするには、水を口に含んでから薬を入れ、再度すばやく水で飲み込む、という方法があります。口内に残りづらく味や匂いも感じにくくなります。上を向きすぎたり、薬を喉奥に入れたりするとむせてしまうので、お子様や高齢の方は気をつけてください。

食べ物や飲み物と一緒に飲む方法もありますが、効果を下げたり、かえって苦みが出たりすることもあるので注意が必要です。組み合わせについては薬剤師にご相談ください。食べ物と一緒に飲む場合はかき混ぜるのではなく、スプーンの上でゼリー・薬・ゼリーのようにサンドするとより薬の味を感じにくくなります。1歳未満のお子様については月齢により避けるべき食物もありますので、その都度ご相談ください。

旬の (おいしい) いただきます!

今の時期におすすめの
食材を使ったレシピを紹介します!

おすすめヘルシーレシピ

新玉ネギとサバの さっぱりあえ物

【栄養価】(1人分)
エネルギー 114kcal
たんぱく質 10.7g
食塩相当量 1.1g



今号の食材

新玉ネギ

玉ネギにはケルセチンという栄養が豊富に含まれていて、肥満改善作用、抗炎症作用、降圧作用に働き生活習慣病予防に有効です。玉ネギの栄養を効率よく取り込むためには水にさらしすぎない、加熱しすぎないことが重要で、今回紹介するように空気にさらし、あえ物で召し上がるのがお勧めです。玉ネギと新玉ネギに大きな栄養素の違いはありませんが、みずみずしい新玉ネギでやることで春を感じられると思います。さらにひと手間加えられる時は、サバを旬のサワラに変えると季節感が増すのでお勧めです。

【材料】(4人分)

- サバ缶…… 1缶(150g)
- 新玉ネギ…… 1/2個(100g)
- 大葉…… 4枚

- A
- 梅干し…… 1個(20g)
 - 酢…… 小さじ2
 - 味噌…… 小さじ1/2
 - 醤油…… 小さじ1
 - すりごま…… 大さじ1

【下準備】

- 新玉ネギを薄めにスライスし、20~30分空気に触れさせておく(空気に触れることで辛みが抜けます)
- 梅干しの種を取り、あえやすく刻んでおく

【作り方】

- ① Aの調味料を合わせておく
- ② サバ缶の身だけ取り出し、大きめにほぐす。(大きい骨が気になる方は除いてください)
- ③ 大葉を刻み、①、②と和える。
- ④ 盛りつけ完成。

協力：エムサービス株式会社 レシピ作成：木部 一葉 調理担当：木部 一葉

がっちり 連携 連携医療機関のご紹介

NTT東日本 関東病院では、地域の開業医の先生方と緊密に結びつき、大切な患者さんの紹介や逆紹介などの連携を行っています。スムーズな情報共有によって当院とともに地域の医療を支える「医療連携協力医療機関」の皆さんをご紹介します。

さくら内視鏡クリニック品川 内視鏡内科・胃腸内科・消化器内科 ☎ 03-6433-2163

当院は品川駅港南口から徒歩2分のところにある内視鏡クリニックです。胃カメラ・大腸カメラ・消化器内科の診療を行っております。内視鏡はつらい検査と思われることが多いですが、これならまた受けたいと言ってもらえるような検査をめざしておりますので、お気軽にご相談ください。NTT東日本 関東病院と連携させていただき、地域の皆様のお役に立てるようスタッフ一同努めてまいります。



【住所】〒108-0075
東京都港区港南2丁目6-7 大善ビル6階
【電話】03-6433-2163
【診療科】内視鏡内科・胃腸内科・消化器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~ 17:00	○	○	—	○	○	—	—
予約検査	—	—	—	—	—	●	—

●予約検査のみ
※予約制。事前にwebもしくはお電話でご予約ください
※祝日は休診



Doctor profile / 灌田 麻衣子 (たきた まいこ)

- 2009年 三重大学医学部卒業
- 2009年 東京都済生会中央病院初期研修医
- 2011年 東京都済生会中央病院消化器内科
- 2014年 NTT東日本 関東病院消化管内科
- 2021年 さくら内視鏡クリニック品川

まゆみ眼科・内科クリニック 眼科・小児眼科・内科・リウマチ科 ☎ 03-3474-0088

2024年3月に、眼科医の妹とともに、リウマチの専門治療から内科・眼科の治療まで、幅広く相談ができるクリニックを開院しました。眼科と内科にまたがる糖尿病、高血圧、膠原病などは両科でトータルでケアし、皆さんが笑顔で生活ができるお手伝いをしたいと考えております。また、安心して、最善な医療を継続的に受けられるよう、医療連携を密に行い、かかりつけ医として貢献できるよう心がけております。



【住所】〒141-0004
東京都品川区南品川2丁目4-7
アサミビル12階
【電話】03-3474-0088
【診療科】眼科・小児眼科・内科・リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00 ~ 13:15	○	○	—	○	○	○	—
15:00 ~ 18:30	○	○	—	○	○	—	—

※受付は診療時間終了15分前まで ※祝日は休診



Doctor profile / 岩間 真由美 (いわま まゆみ)

- 2006年 日本医科大学医学部卒業
- 2008年 同大学眼科学教室
- 2024年 まゆみ眼科・内科クリニック院長

Doctor profile / 設楽 久美 (しだら くみ)

- 2001年 東京女子医科大学医学部卒業
- 2023年 同大学膠原病リウマチ痛風センター
- 2024年 まゆみ眼科・内科クリニック勤務



健康な未来のために

自分と家族に

今できることを

NTT東日本 関東病院 人間ドックのご案内

当院の人間ドックでは疾病の予防・早期発見・早期治療による人々の健康の維持・増進に努めることを理念とし、皆様のニーズに合った複数の人間ドックコースをご用意しております。お気軽にお問合せください。

1日コース

- ▶ 基本コース
男性¥85,250 女性¥94,600
- ▶ 脳ドックコース
男性¥85,250 女性¥94,600
- ▶ 大腸がんコース
男性¥85,250 女性¥94,600
- ▶ 動脈硬化予防コース
男性¥85,250 女性¥94,600
- ▶ 膵臓・胆のう・胆管がんコース
男性¥85,250 女性¥94,600
- ▶ マイクロアレイ検査コース
男性¥105,600 女性¥114,950

(税込価格)

2日コース

- ▶ 全大腸内視鏡コース
男性¥138,050 女性¥163,900
- ▶ 膵臓・胆のう・胆管がん
MRCP検査コース
男性¥138,050 女性¥163,900

(税込価格)

過去にNTT東日本 関東病院で個人申込で人間ドックを受診された方は通常料金から1割引きのリピーター価格で受診いただけます。さまざまなオプション検査のご用意がございます。ホームページよりご確認ください。



NTT東日本 関東病院 健康管理棟2F・人間ドック受付
【TEL】03(3448)6275【受付時間】平日10:00~16:30
【URL】<https://www.nmct.ntt-east.co.jp/examination/advice/>

※料金・検査項目・オプションなど
ホームページで詳しくご案内しております！



Vol.109 : 春号

ホームページは
こちら



NTT東日本 関東病院 広報誌 2025年4月30日発行 通巻109号

発行/NTT東日本 関東病院

〒141-8625 東京都品川区東五反田5-9-22

TEL: 03-3448-6111(代表)

URL: <https://www.nmct.ntt-east.co.jp/>



K24-05649[2504-2604]