

関節リウマチ コミュニケーションノート

.....

治療の成果をあげるために、
先生との信頼関係を大切にしましょう



『患者さんと医師が治療目標を共有し、それに向かって治療を進めていくことが大切です』

関節リウマチは適切な早期治療によって寛解※を達成し、発症前とほとんど変わらない生活を目指すことも可能です。医師と患者さんが同じ目標に向かって治療を進めていくために、「痛みや腫れ」などの症状はもちろん、生活や将来の不安についても医師に伝えていく必要があります。

しかし実際は医師に伝えにくいといった患者さんのお声があるようです。ここでは、インタビューから集めた関節リウマチ患者さんの体験談を紹介します。医師とのコミュニケーションのヒントにしてみてください。



※寛解には、炎症がほぼ消失した状態の「臨床的寛解」、レントゲン検査上で関節破壊の進行が抑えられた状態の「構造的寛解」、身体機能の低下がない状態の「機能的寛解」の3種類があります。

お困りごと
あるある

1

痛みなどの症状を、先生に どう伝えていいのかわからない！

医師との対話のヒント

痛みの強さや、感覚を具体的に伝えましょう。

患者さんの声

- ティッシュをつまめないくらい痛いと言ったら、薬の変更を提案してもらえた。
(治療歴14年 41歳・男性)
- 自分史上最大の痛みを10とすると、今は8くらい痛いです！のように、痛みの度合いを伝えます。
(治療歴10年 58歳・女性)
- 手のしびれなどずっと気になっている症状についてしつこいくらい何度も伝えます。言わないと辛さに気づいてもらえないと思う。
(治療歴7年 31歳・女性)



今の状態を
うまく伝えられない

この痛みは私だけ？
我慢するしかないの？



お困りごと
あるある

2

今の状態がどうなのか、
服薬や治療の経過が今後どうなっていくのか、
不安があっても先生に聞きにくい。

医師との対話のヒント

その不安や悩みに医師は気づいていないかもしれません。
気になることは遠慮せずに口に出して伝えることが大切です。

患者さんの声

- 関節の変形、骨破壊は避けたいと最初の段階で話した。
(治療歴3年 55歳・女性)
- 痛みがある状態が長いと関節破壊の可能性があるという聞いて不安になり、先生に定期的に検査してもらおうようお願いしました。(治療歴2年 47歳・女性)
- 治療薬変更の提案をされたとき、他の選択肢があるのか、なぜこの薬を提案されるのか、説明してもらった。
(治療歴14年 41歳・男性)



お困りごと
あるある

3

普段の生活や将来の話など、
プライベートなことを先生に話しにくい。

医師との対話のヒント

治療とは直接関係のなさそうな生活上の困りごとや、将来の希望が治療方針や方法を決定する上で大切なことも。

患者さんの声

- 洋服の着脱などの苦勞、合う靴がない、料理がしにくいなどの日常のささいな困り事も話します。すぐに解決策が見つからなくても、伝えることですっきりします。
(治療歴9年 50歳・女性)
- 手指の関節に負担をかけないようにといわれるが、趣味の手芸は続けたかったので先生にも続けていることは話している(治療歴14年 60歳・女性)
- 発症当初、海外で働きたいという夢があったので、海外でも同じ治療が受けられるかなど質問しました。
(治療歴30年 56歳・女性)





藤田医科大学 医学部
リウマチ・膠原病内科学
講師 橋本貴子先生

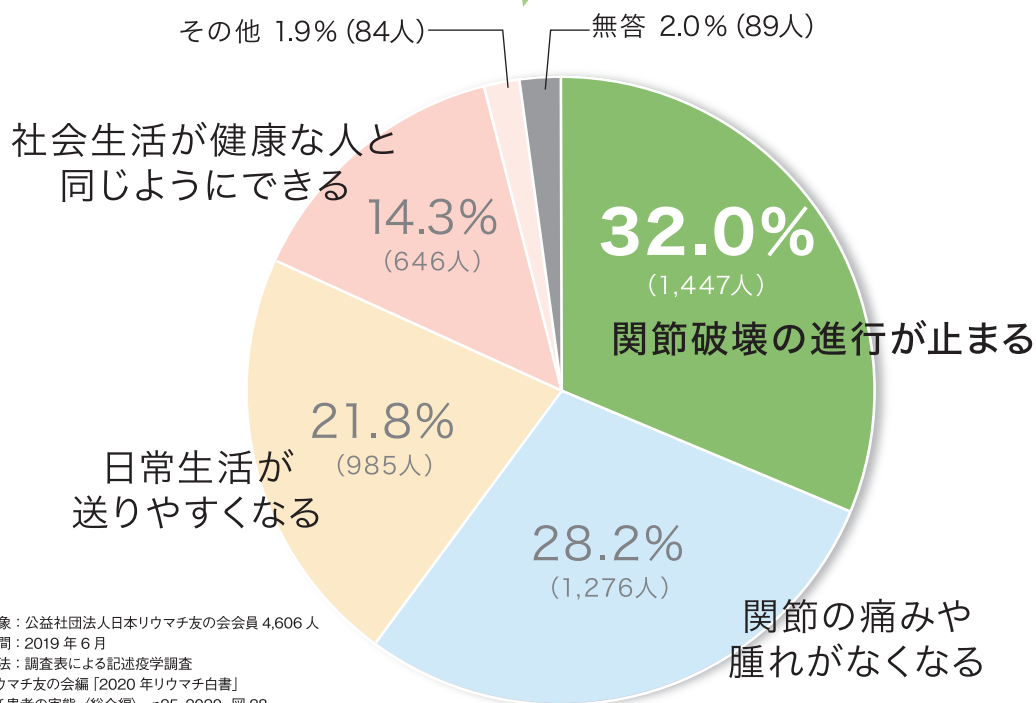
監修医メッセージ

関節リウマチの治療は、ドクターとの信頼関係が何より大切。

関節リウマチは医療の進歩によって、痛みや腫れといった症状を抑えるだけの治療ではなく、長期にわたって関節の破壊を抑制し、症状のない状態を目指すことが可能になっています。そのためには、患者さんの治療への積極的な参加意識と、医師との良好なコミュニケーションが必要不可欠です。治療において気になること、日常生活で困っていることなどを常に医師と相談し、共に治療の成果をあげていきましょう。

患者さんが治療に 一番期待することの中で最も多かったのは 「関節破壊の進行が止まること」

治療に一番期待すること



調査対象：公益社団法人日本リウマチ友の会会員 4,606 人
調査期間：2019 年 6 月
調査方法：調査表による記述疫学調査
日本リウマチ友の会編「2020 年リウマチ白書」
リウマチ患者の実態（総合編）. p25, 2020. 図 28



スマホからチェック

患者さん 体験談



リウマチ 体験談

