

健康生活情報ナビ

女性に比較的多く発症 リウマチ性多発筋痛症

リウマチというと、関節リウマチを思い浮かべる方が多いかもしれませんが、この関節リウマチに似た病気にリウマチ性多発筋痛症(PMR)があります。発症平均年齢は65歳で、比較的女性に発症することが多

肉の痛みが生じる。
●関節症状 手足の関節の痛み。両側にみられる。
●全身症状 微熱、疲労感、食欲不振、抑うつ症状など。

× ×
関節リウマチと症状が似ていますが、大きな違いは、関節など患部周辺に腫れが起らないことです。また、手指の関節にも症状はあまり出ません。

× ×
検査では決定的な特徴に欠けるため、消去法で絞り込んで診断を行う形になります。症状の聞き取りとともに、血液検査でCRP(身

女性に比較的多く発症

い病気です。

PMRは免疫の異常によって起ります。患者さんの数は関節リウマチの10分の1ほどで、一般によく知られていない病気でもあります。発症の男女比は1対2で、女性の患者さんの方が多くなっています。

筋肉に痛みやこわばりが起るのが特徴で、症状は大きく次の3つに分けられます。

●筋肉症状 首から肩周辺、太ももから膝などの筋

体の中で炎症により細胞が壊れると、血液中に増加する成分が高値になること、血沈値(炎症の出る病気の有無が分かる)が亢進していることで、炎症が生じていることを裏付けます。

治療では、ステロイドの投与が非常に効果的という結果が出ています。

筋肉の痛みやこわばりが続く場合は、年齢のせいと考えず、まずはかかりつけ医に相談してみてください。

(1面からつづき)
の活性化で、細胞のがん化が進みます。これとは反対に細胞のがん化を抑えようとするがん抑制遺伝子があり、がん遺伝子とせめぎ合っています。がん抑制遺伝子が不活性化になると、がん遺伝子が暴走し、がん化が進みます。がん細胞は増えていくうちに、じわじわと悪性化し、周りに広がったり転移したりして命をむしばみます。

がん発生の要因には酒、たばこ、放射線・紫外線、食事・食習慣、環境、ウイルス・細菌・寄生虫それに老化があります。これらのうち老化以外の要因は、すべて避けること

最近

よく聞く言葉

寒くなると増える病気のひとつが肺炎です。肺炎は身体免疫力が弱っているときに、細菌やウイルスが肺に入り込むことで発症します。中でも「肺炎球菌」は肺炎の病原菌として最もよく見られ、とても危険な細菌です。

肺炎球菌には、かつて抗生物質による治療が有効でした。しかし、現在では抗

ができます。がん細胞は常に発生しており、1個のがん細胞が発生して命を脅かすまでに10年から20年かかります。高齢者ががんになりやすいのはこのためです。

国立がんセンターでは「がんを防ぐ新12か条」を提唱しています。内容は①たばこを吸わない②他人のたばこの煙をできるだけ避ける③お酒はほどほどに④バランスのとれた食生活を⑤塩辛い食品は控えめに⑥野菜や果物は不足にならないように⑦適度に運動

⑧適切な体重維持⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療⑩定期的ながん検診を⑪身体異常に気が付いたらすぐに受診を⑫正しいがん情報でがんを

生物質に耐性を示す肺炎球菌が増加し、症状が重篤になるケースが発生しています。こうした事態に備えるため、65歳以上の方や慢性疾患のある方には、肺炎球

肺炎球菌

菌ワクチンの予防接種が強く勧められています。

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌感染症の約80%を予防するとされています。1回のワクチン接種で概ね5年間、効果が持続し、肺炎

知るというものです。がんを治すためには早期発見が大切です。できるだけ検診を受けることです。郡山市のがん検診受診率を見ますと、平成27年度の統計で肺がん28・5%、胃がん23・2%、大腸がん27・3%、乳がん22・1%、子宮がん23・6%で毎年ほとんど変化がありません。

がんというと、患者にあまり告知しなかった時代が長くありましたが、平成19年には告知率が75%、いまではほぼ100%告知しています。「がんは絶対に死ぬ」というのは誤った考え方で、がんは治らない病気ではないのです。

のほか、肺炎球菌が引き起こす副鼻腔炎、中耳炎、髄膜炎への予防効果も期待できます。

肺炎球菌ワクチンは任意接種ですが、高い予防効果が認められるため、ワクチンの接種に対して助成金を支給する自治体も増えてきました。

肺炎球菌ワクチンの接種が済んでいない65歳以上の方や慢性疾患のある方は、一度、かかりつけの医師に相談してみるのがよいでしょう。