

❖ お薬手帳用シールの例

関節リウマチのお薬です

このお薬は、関節などの炎症や腫れを和らげます。



関節リウマチの治療目標は寛解状態を維持することです。(寛解状態とは…痛みを軽減させ、関節破壊を防いで運動機能を維持すること)

抗リウマチ薬は遅効性なので、効果が現れるまで2～3カ月かかることがあります。自己判断で薬を中止しないようにしてください。

口内炎、腹痛、嘔吐、下痢などの症状はありませんか？

出血性腸炎、消化管潰瘍、出血などの消化管障害が現れることがあります。



口内炎が現れた場合は、すぐに医師・薬剤師に連絡しましょう。

飲み方を間違えないようにしましょう

リウマトレックスは1週間のうち特定の曜日に服用するお薬です。



忘れずに服用しましょう。
あなたの服用日・服用量は_____です。

異常な体のだるさ、

皮膚や白目が黄色くなるなどの症状はありませんか？

肝機能障害が現れることがあります。



定期的に肝機能検査を受けるようにしましょう。
症状が現れたら、早めに医師・薬剤師に相談しましょう。

口内炎や吐き気、食欲不振はありませんか？

飲み始めにみられることが多い副作用です。



これらの症状が現れたら、次の受診日まで待たないで早めに医師・薬剤師に相談しましょう。

女性の方へ

妊娠を希望する場合は、服用中および服用終了後少なくとも1月経周期は妊娠を避けてください。また、配偶者が服用している場合は、服用中および服用終了後少なくとも3カ月間は妊娠を避けるようにしてください。

母乳中への薬の移行が報告されているので、授乳中は服用しないでください。

出血傾向に注意しましょう

免疫抑制作用により鼻や歯茎からの出血、あざができやすいなどの症状が出ることがあります。



すぐに受診しましょう。

体のむくみや尿の量、回数の減少に注意しましょう

このような症状がある場合は、腎機能が低下している可能性があります。



リウマトレックスは尿から排泄されるので、腎機能が低下していると、副作用が強くなる可能性があります。

特に高齢者では、生理機能の低下による腎機能の低下や摂食不良による脱水症状を起こしていることが多く、副作用が現れやすいので注意しましょう。

発熱、空咳、息切れなどの症状はありませんか？

これらの症状があった場合は、間質性肺炎の可能性がります。



すぐに胸部X線などの検査をする必要があるため、受診してください。

ビタミン剤の使用は相談を

ビタミン剤やサプリメントには葉酸を含むものがあります。また、最近では葉酸を多く含む卵なども販売されています。葉酸の併用は薬の作用を弱める可能性があります。葉酸の摂取については慎重な対応が必要です。必ず医師にご相談ください。

感染症に注意しましょう

お薬によって免疫が抑制されています。
発熱や倦怠感など風邪のような症状が現れた場合は、
すぐに受診しましょう。



マスクや手洗いをきちんとしましょう。
このお薬を服用中に生ワクチンを接種すると、ワクチン由来の感染が誘発されることがあるので、接種しないでください。
肺炎球菌ワクチン(65歳以上)やインフルエンザワクチン接種は積極的に受けましょう。

生活習慣の注意①～運動療法～

運動療法は疼痛を軽減し、関節や筋肉のこわばりを和らげる効果があります。関節を温めてから行えばより効果的です。リウマチ体操や関節を伸ばすストレッチ運動などを、できるだけ毎日行いましょう。(翌日に疲れや疼痛を持ち越さない程度に)1日2回、起床時と入浴後に行うのが理想的です。

生活習慣の注意②～安静～

関節リウマチは関節だけでなく全身が消耗する病気です。関節炎の活動性が高いときは微熱が出て疲れやすくなります。睡眠を十分にとるとともに疲れたら昼寝もしましょう。
肉体的、精神的ストレスは関節炎を増悪させるので、ゆったりした気分で過ごすようにしましょう。

生活習慣の注意③～保温～

関節リウマチの関節痛は天候の影響を受けやすく、低温、高気圧、高湿度は痛みを悪化させます。日頃から適度な室温調節や除湿を心がけましょう。夏も冷房の風が直接当たらないように気をつけましょう。

生活習慣の注意④～自助具～

関節の可動域が狭くなったり、筋力が低下し日常生活に支障を来す場合、それをサポートするためにいろいろな自助具があります。日本リウマチ友の会で入手可能です。
リーチャー、マジックハンド、ボタンエイド、靴下エイド など

生活習慣の注意⑤～その他～

アルコールやタバコは肝機能障害や間質性肺炎などの肺疾患の副作用を起こしやすくします。できるだけ控えましょう。
健康食品やサプリメント中の葉酸はリウマトレックスの作用を弱くする可能性があります。必ず主治医に相談しましょう。