

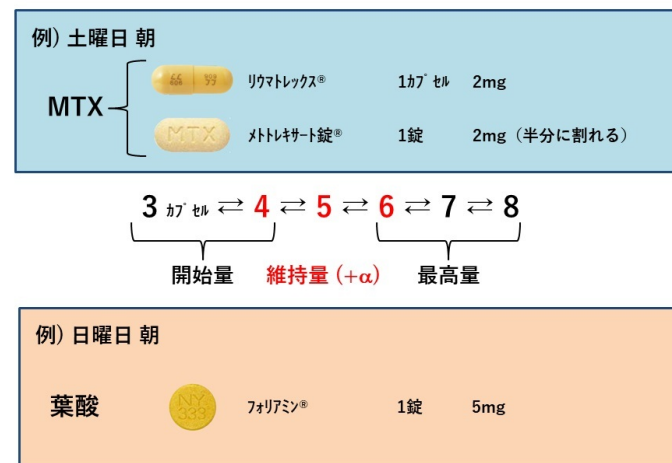
第5章

MTXとのつきあいかた

～安全に使うために2～

その時点での、効果、副作用、費用のバランスのもっともよい薬が「第一選択薬」です。現在、関節リウマチの第一選択薬は「メトトレキサート（MTX）」で、商品名は、リウマトレックス（カプセル）、メトトレキサート錠（錠剤）の二種類ありますが、どちらも1カプセル（錠）2mgです（図6）。

[図6]



MTXは、のみ方がすこし変わっていて、曜日をきめて、1週間のうち1日だけ、朝にのみます。その翌日（または翌々日）朝に、副作用予防のビタミン剤（フォリアミンという葉酸）を1錠のみます。これを毎週くりかえします。

すくなめの量（3～4カプセル、6～8mg/週）からはじめて、炎症がとれるまで、段階的にふやします（4～6カプセル、8～12mg/週のことが多い）。最高は8カプセル（16mg/週）です（図6）。

よく効けば、その量をつづけて、副作用がでれば、量をへらします（図6）。2～3か月のうちに、あなたに最適な量をみつけていきます。

MTXだけで解決（寛解）する確率は、30～50%くらいです。早期、男性の方がよく効きます。

まったく効かないか、副作用がつよい場合は、MTXをやめますが、あとすこしの場合には、MTXに別の薬（α）を併用して、あわせ技で治療します（図6）。併用する薬には、

つよいものからよわいもの、のみ薬から注射までいろいろあり、あなたの状況にあわせてえらびます。これに関しては、別の章（第6-7章）で説明します。

副作用のリスクがたかいと事前に予測できる、いわゆる「禁忌」の方には、そもそもMTXをしません（第4章）。しかし、じっさいは、事前の予測はむずかしいので、治療をはじめてからもずっと注意がいらいます。

使ってみないとわからないMTXの副作用の対処法を説明します。

副作用には、「アレルギー」による副作用、「薬の量がおおい」ことによる副作用の二種類あります（図7）。

[図7]

1. アレルギーによる副作用

- ・発疹、発熱
- ・間質性肺炎

= 風邪でもないのに空咳、息切れ、発熱がある

からだに合っていないので、
すぐに**やめる**が唯一の対処法

2. 薬の量が多いことによる副作用

- ・感染症
- ・白血球が減る、貧血
- ・肝障害
- ・口内炎、脱毛
- ・胃のむかむか

・毎回採血して、疑われる場合に
量を減らすのが対処法
・**葉酸**はこの副作用を軽減する

「アレルギー」は、薬がからだにあっていないので、「すぐにやめる」が唯一の対処法です。熱や発疹がでる場合は、薬のアレルギーかもしれないので、すぐにやめてください。判断にまよう場合や症状がおもい場合は、病院に連絡して指

示をあおいでください。

MTXに特有のアレルギーに、**間質性肺炎（かんしつせいはいえん）**があります。病原菌による肺炎とも関節リウマチ自体にともなう間質性肺炎ともことになります。

風邪でもないのに、から咳（たんのない、コンコンといった乾いた咳）、いきぎれ、発熱などがでる場合は、薬のアレルギーかもしれないので、すぐにやめて、受診してください。早期なら、やめるだけでなおることもあります。気づかずにのみつづけると、肺炎がひろがって、入院が必要になること、いのちにかかわることがあります。

100~200人に1人と確率はたかくはありませんが、かならず、「**やめどき**」をおぼえておいてください。判断にまよう場合や症状がおもい場合は、病院に連絡して指示をあおいでください。

つぎに、薬の量がおおいことによる副作用について説明します。

そもそもMTXは、免疫細胞のいきすぎた活性化をおさえる薬であり、よく効いた場合、正常な免疫もいくらか落とします。したがって「**感染症**」には注意すべきです。とくに、肺炎などの呼吸器系の感染症がおおいので、同居のご家族もふくめて、ふだんから風邪をひかないよう、こじらさないよう体調管理に気をつけてください。高齢者、ステロイド薬をのんでいる方、肺に合併症のある方は、とくに、感染症にかかりやすいことがわかっています。あてはまる方は、肺炎球菌ワクチンや毎年のインフルエンザワクチンをご検討ください。

おなじく、MTXのはたらきの裏がえしとして、白血球がへる、貧血など、**血液系の障害**がみられることがあります。

薬が肝臓で代謝されるので、**肝障害**もよくみられます。とくに、お酒をよくのむ方は、この副作用がでやすいので、治療に必要なだけMTXをふやせないことがあります。禁酒と

まではいいませんが、薬の必要量がさだまるまでは、すくなくとも、節酒をこころがけてください。

これら、「薬の量がおおい」ことによる副作用の対処法は、薬の「量をへらす」ことです。

しかし、へらすべきかどうかは、血液検査をしなければわからないので、これからも毎回、血液検査をうけてください。MTXの翌日にのむフォリアミン（葉酸）にも、量と関連する副作用をかるくするはたらきがあります。

口内炎や脱毛など、副作用のまえぶれに自分で気づくこともありますので、もしあれば、つぎの診察のときにおしえてください。

胃のむかむか、食欲不振も意外におおいです。かるい場合は、内服方法や葉酸を調整します。おおい場合は、胃の副作用のすくない、MTXの皮下注射（メトジェクト）もありますので、ご相談ください。

注意点として、葉酸はMTXの副作用をへらしますが、とりすぎると、せつかくのMTXの効果を弱めてしまいます。サプリメントに葉酸が含まれていることがあるので、よく成分を確認して、とりすぎないようにしてください。

かならずしも薬の量とは関連しませんが、リンパ腫という病気がでることがあります。首のまわりや脇の下のしこりに気がついたときは、MTXの中止と精密検査が必要になるので、おしえてください。

もうひとつ大切な注意点があります。ながらく、薬の量があっていたとしても、急にあわなくなつて、副作用がでてしまうことがあります。

誰でも、風邪や嘔吐下痢症などで、飲食できなくなることはあるでしょう。食べられないときや、高熱がでているときは、MTXをのまないようにしてください。とくに高齢者では、脱水（だっすい）から腎機能が一時的にわるくなって、

MTXが効きすぎることがあります。ひどく白血球がへつて、それに細菌感染などがくわわると、いのちにかかわることがあります。判断にまよう場合や症状がおもい場合は、病院に連絡して指示をおおいでください。

くりかえしになりますが、副作用対策は、毎回の血液検査が基本です。症状が落ちついて、かかりつけ医にもどつたとしても、薬だけもらいに行くようなことはせず、めんどろがらずに、最低2～3か月に1回は血液検査をうけてください。

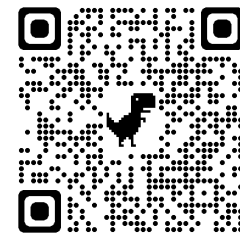
日本リウマチ学会が、MTXを服用する患者さん向けのパンフレットをつくっていますので、あわせてご確認ください（https://www.ryumachi-jp.com/pdf/mtx_2020.pdf）。

つぎからの二章では、MTXがじゅうぶんに効かなかった場合の選択肢を説明します。

関節リウマチとのつきあいかた
～もとおりの生活にもどるために～

目次

- 序章 はじめに ～執筆の理由～
- 第1章 関節リウマチとは ～患者さんの悩み～
- 第2章 診断が治療の第一歩 ～専門医による診断のお墨付き～
- 第3章 抗リウマチ薬とは ～痛み止めとのちがひ～
- 第4章 抗リウマチ薬をのみは始める前に ～安全に使うために 1～
- 第5章 MTX とのつきあいかた ～安全に使うために 2～
- 第6章 生物学的製剤、JAK 阻害剤とのつきあいかた～もはや新薬ではない～
- 第7章 古くて新しい併用療法 ～現実的な対応～
- 第8章 目標をもって治療にのぞむ
- 第9章 薬の価値をさめる効果、副作用、費用のバランス
- 第10章 ガイドラインとは ～標準治療と個別化治療～
- 第11章 自分でできることをやろう
- 第12章 高齢者の関節リウマチとのつきあいかた
- 第13章 結婚、妊娠、出産、育児をひかえた方に
- 第14章 専門医、かかりつけ医とのつきあいかた ～地域連携～
- 第15章 リウマチ診療の現場 ～リアルワールドデータ～
- 終章 さいごに ～残された課題～



関節リウマチ
との
つきあいかた

もとおりの生活に
もどるために



姫路赤十字病院 香川 英俊