

関節リウマチと妊娠

● はじめに

関節リウマチの治療は日々進歩しており、関節リウマチの患者さんも病気のコントロールを十分におこなうことで妊娠・出産が可能となっています。

● 妊娠のタイミングは？

妊娠を考えたら、まずは主治医にお伝えください。そして、妊娠中も使用可能な抗リウマチ薬のみで関節リウマチの活動性が安定している状態での妊娠を目指していきましょう。多くの関節リウマチの患者さんが内服しているメトトレキサートは、妊娠前に1月経周期以上の休薬が必要な薬です。使用されている場合は、薬の調整を終えるまでは避妊をするようにしましょう。

産後は関節リウマチが悪化する場合がありますので、ご家族にも関節リウマチの症状を理解していただき、ご家族や自治体の産後サポートなど協力が得られる体制を整えてからの妊娠をお勧めします。

● 妊娠中はどうなる？

妊娠判明後、赤ちゃんへ影響を及ぼす心配のない種類の抗リウマチ薬は継続していきます。妊娠中は疼痛やこわばりといった関節症状が楽になることがあります。その際はお薬を減らしたりお休みしたりすることもあります。妊娠中に関節リウマチの活動性が高いと早産や、妊娠高血圧腎症（妊娠中の血圧上昇や尿蛋白が陽性になること）の発症が増えると報告されていますので、定期的な内科受診を続けましょう。また、産科的な問題がなければ、きついと感じない程度で関節に負担のかからない運動をお勧めします。

● 出産後はどうなる？

育児の関節への負担などから出産後は、数か月以内に再び症状が悪化し、治療の強化が必要になることがあります。まずは授乳が可能な抗リウマチ薬の開始、増量を検討し、授乳方法に応じて治療薬の調整を行っていきます。妊娠、授乳時期を通して関節破壊を進行させないように適切な治療を行うことが重要です。妊娠中に注射のお薬を使用していた場合は、赤ちゃんの予防注射のスケジュール調整が必要になりますので、主治医にご確認ください。