

メトトレキサートを 服用する患者さんへ

一般社団法人
日本リウマチ学会



このパンフレットはメトトレキサート製剤* を服用する関節リウマチの患者さん向けに、
日本リウマチ学会が作成したものです

CONTENTS

目次

まずはじめに—関節リウマチの治療について—	3
メトトレキサートについて	4
葉酸製剤について	7
メトトレキサートを飲むときに注意すること	9
メトトレキサートの副作用	12
他の薬との併用、予防接種について	17

*メトトレキサート製剤
リウマトレックス®カプセル 2mg
メトレート®錠 2mg
メトトレキサート錠 2mg [○○○]
トレキサメット®カプセル 2mg
メトトレキサートカプセル 2mg [○○○]
(○○○には各メーカー名が入ります)

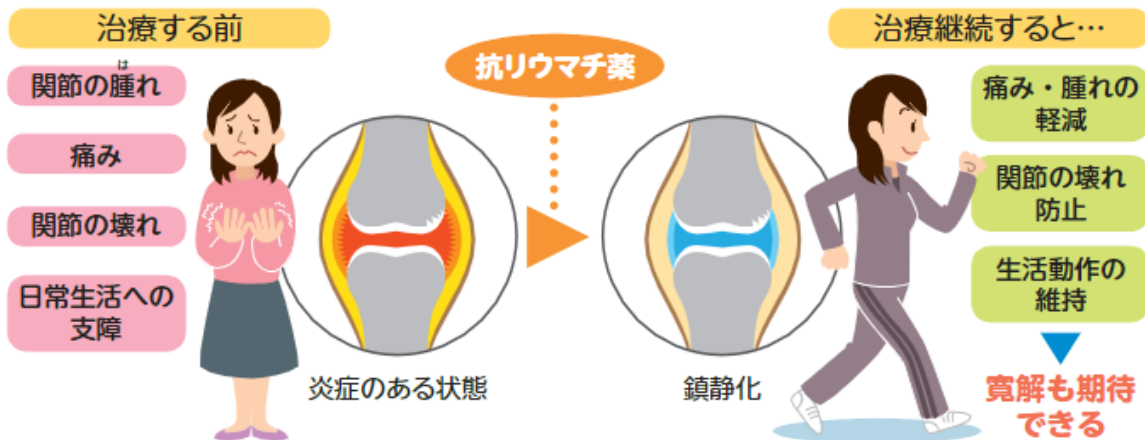


まずはじめに

－関節リウマチの治療について－

関節リウマチは免疫の異常により
関節の滑膜に炎症がおこる病気です

- 関節リウマチ（リウマチ）は、免疫の異常により関節の滑膜に炎症がおこり、その結果、関節の軟骨や骨が壊されるため、関節が変形したり、動かなくなったりする病気です。
- リウマチの炎症が続くと関節の機能が低下し、日常生活が不自由になるだけでなく、内臓の病気も発生したり、寿命にも影響することがあります。



進行を抑えるため、
抗リウマチ薬でのなるべく早い治療が大切です

- リウマチの治療は、滑膜炎を極力抑えることにより関節の壊れを防ぎ、関節の動きや日常の生活動作を維持することです。そのため、リウマチと診断されたら、なるべく早期に抗リウマチ薬という薬で治療をはじめます。抗リウマチ薬には、直接炎症や痛みを抑える作用はありませんが、リウマチの免疫異常を調整したり抑制することにより滑膜炎を抑える働きがあります。
- 「寛解」という炎症が限りなく低い状態まで改善すると、関節の軟骨や骨の壊れが止まり、リウマチの進行が止まります。もし、1種類の抗リウマチ薬で効果が不十分な場合は、複数の抗リウマチ薬を組み合わせたり、生物学的製剤を加えて治療をします。

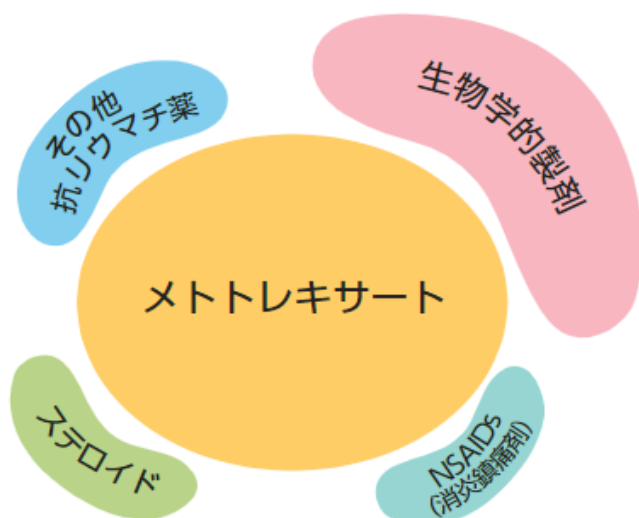
※生物学的製剤とは、リウマチの滑膜炎や関節の壊れの原因となっているタンパク質や細胞の働きをピンポイントで抑える注射薬です。

メトトレキサートについて

Q1 メトトレキサートは どのような薬なのでしょうか

リウマチ治療の中心となる、重要な薬です

- メトトレキサートは、免疫抑制作用を持つ抗リウマチ薬で、世界的に最もよく使用されている薬です。メトトレキサートはリウマチと診断されたらまずはじめに使うべき薬剤（第1選択薬）の1つであり、アンカー薬剤とも呼ばれています。



リウマチの患者さんが服用する薬

※「アンカー」は、中心的役割を果たしている、信頼がかけられている人や物を指す言葉として使われています。メトトレキサートはリウマチ治療を左右する重要な役割を果たす薬剤であると同時に、他の抗リウマチ薬や生物学的製剤と組み合わせて使うときの基本薬です。そのため、アンカー薬剤と呼ばれています。

Q2 どんな効果があるのでしょうか

服用を続けると炎症が治まり、
痛みや腫れなどの症状が軽くなります

- メトトレキサートには、直接痛みを抑える働きはないので、服用をはじめてすぐ症状が楽になるわけではありません。ただ、服用をはじめて早ければ2週間目頃より関節症状が良くなりはじめます。

- 効き目や副作用をみながらメトトレキサートの投与量を調節しますが、最終的には7割くらいの患者さんに、関節の痛みや腫れが軽くなる効果がみられ、2割くらいの患者さんは、ほぼ完全に痛みや腫れがなくなる寛解という状態になります。有効率や長く継続できる患者さんの割合は、抗リウマチ薬の中では最も高い薬剤です。

関節の壊れを抑え、日常生活の不便さの改善にもつながるといわれます

- 症状が良くなるのに加えて、関節の軟骨や骨の壊れを抑えることもわかっています。よく効く患者さんでは、関節の壊れが完全に止まり、壊れた骨の修復がみられる場合もあります。
- 滑膜の炎症が鎮まり関節の壊れや変形が抑えられると、関節の働きが回復し、日常生活の不便さも改善します。リウマチは寿命にも影響する病気だといわれますが、メトトレキサートは、寿命にも良い影響があることが報告されています。



Q3 どうして効くのでしょうか

関節内で炎症をおこす細胞の増殖を抑え、 関節炎を鎮静化します

- メトトレキサートは、葉酸ようさんというビタミンの働きを妨さまたげることにより効き目をあらわします。

- 関節の中で炎症をおこしている滑膜細胞やリンパ球は、活動や増殖が活発です。メトトレキサートによりこれらの細胞の中の葉酸の働きが抑えられると、炎症を持続させる細胞は減って、活動も落ちてきます。このような経過を経て、炎症が徐々に鎮まり、関節炎が治まってくると考えられています。

Q4 どのように飲むのでしょうか

1週間のうち1~2日だけ服用します

- 最初は1週間に6 mg か 8 mg からはじめて、効果と副作用をみながら最大16 mg まで増やしていきます。
- 飲み方は、1週間のうち1日1回飲むか、あるいは1~2日にかけて2~4回に分けて飲みます。欧米では一度に飲む方法が多いようですが、我が国では1~2日の間に2~3回に分けて飲むことが一般的です。いずれにしても、あなたに適した服用法を主治医の先生が決めてくれます。
- 万が一飲み忘れた場合は主治医に相談するか、その週は服用しないで翌週から指示通りに飲むようにしてください。次の診察のときに、飲み忘れたことを必ず主治医にお伝えください。
- メトトレキサート服用の最終日の翌日もしくは翌々日に葉酸を飲むことがあります。

1日で飲む場合

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
メトトレキサート	朝 夕	飲まない					
葉酸		● もしくは ●					

2日に分けて飲む場合

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
メトトレキサート	朝 夕	朝	飲まない				
葉酸			● もしくは ●				

※服用法は主治医とよく相談してください。



葉酸製剤について

Q5 葉酸を飲むことがあると聞きました。 なぜでしょうか

副作用を防ぐために処方されます

- メトトレキサートは葉酸の働きを阻害することにより効果をあらわしますので、副作用の中には例えば、口内炎、吐き気、下痢、肝機能の異常など、葉酸の働きが阻害された影響により生じるものがあります。
- これらの副作用は、メトトレキサートの投与量が多くなるにつれておこりやすくなりますが、葉酸を補給してあげると防ぐことができます（6ページの図を参照）。

Q6 どのような場合に飲むのでしょうか

メトトレキサートの量が多いときや、 副作用がしやすい方に処方されます

- 一般的には、メトトレキサートを週 8 mg を超えて服用するときは、副作用の予防目的で、葉酸製剤（フォリアミン[®]）を併せて服用します。通常、メトトレキサートを最後に服用した翌日あるいは翌々日に葉酸製剤を服用します。
- 高齢の方、腎機能が低い方、体が小さい方などは、副作用がしやすいので、メトトレキサートの投与量が少なくても葉酸製剤を併用することがあります。葉酸の投与量は主治医が患者さんごとに決定します。

副作用の治療目的で使われることもあります

- 葉酸製剤は副作用の治療目的でも使用します。軽い副作用はフォリアミン[®]を併用しながらメトトレキサートの継続が可能ですが、白血球が減少するなど重い副作用がおきたときは、メトトレキサートを中止して活性型の葉酸製剤（ロイコボリン[®]）を治療のために使用します。

Q7 葉酸製剤を飲むとき、 気をつけることはありますか

メトトレキサートの効果に影響しますので、
必ず指示通りに飲みましょう

- 葉酸製剤をメトトレキサートと同時に飲んだり、主治医が指示した量より多く飲んでしまうと、メトトレキサートのリウマチに対する効果が弱まり、リウマチが悪くなる場合があります。
- 最近では、サプリメントや栄養補助食品に葉酸を多く含む製品が多数売られていますので、注意が必要です。サプリメントを飲む場合は自己判断で飲まずに、必ず主治医に相談してください。
- 葉酸を多く含む食品（ほうれん草、枝豆、グリーンアスパラ、レバーなど）を摂取しても、サプリメントほど過量ではありませんので、制限する必要はありません。



メトトレキサートと同時に服用しない



指示された量より多く飲まない



サプリメントは飲む前に必ず主治医と相談する



食品



サプリメント

メトトレキサートを飲むときに 注意すること

Q8 飲みはじめる前の注意点はありますか

薬の服用、過去に患った病気などについて
あらかじめ主治医に伝えましょう

メトトレキサートの服用を開始する前に、確認しておくべきことがいくつかあります。1つでも当てはまることがあれば、主治医に必ず申告しましょう。

- 1 以前に同じ薬を服用したことがある、そして、その薬により副作用がおこったことがある
- 2 血液やリンパ系の病気を、過去も含めて患ったことがある
- 3 結核や肋膜炎を以前に患ったことがある
- 4 肝臓、腎臓、肺の病気がある
肝臓の病気としてはB型、C型肝炎といわれたことがあるか、アルコールの摂取量が多すぎないかどうかも大切です。
- 5 輸血を受けたことがある
- 6 感染症にかかっている
現在何らかの感染症にかかっている場合、メトトレキサートは感染症が良くなってから開始します。
- 7 妊娠、授乳の予定がある

※飲みはじめる前には、以下のような検査をします

- ・血液検査：末梢血検査、赤沈、生化学検査など
→炎症の有無、肝臓・腎臓の機能、その他さまざまな病気がないか調べます
- ・尿検査：尿糖、尿タンパクなど → 腎臓の機能などを調べます
- ・胸部X線検査（正面、側面）→ 肺の病気について調べます
- ・間質性肺病変や呼吸器合併症が疑われる場合は、経皮的酸素分圧（SpO₂）、胸部CT検査や間質性肺炎の血液マーカー検査が追加されます
- ・結核の血液検査やツベルクリン反応検査を行います

Q9 通院や検査の間隔はどれくらいですか

はじめは2～4週ごと、その後も定期的に通院し
診察と検診を受けましょう

- メトトレキサートを開始してから、最初は2～4週ごとに通院して、効果や副作用のチェックを受けましょう。
- 自覚症状に関わらず、血液検査は定期的に行い、特に白血球や血小板の数、貧血の有無を調べ、肝機能異常の有無も確認します。また、呼吸器症状がなくても年に1度は胸部X線を撮影してもらいましょう。



検査する項目

- 血小板、白血球の数
- 貧血の有無
- 肝機能異常の検査
- リウマチの炎症の検査
など



Q10 メトトレキサートの服用中でも 妊娠や授乳はできますか

男女ともに内服中・内服中止後3カ月は
妊娠を避けましょう。
また授乳中は内服しないようにします

- メトトレキサートを内服中および内服中止から少なくとも3カ月は妊娠を避けてください。メトトレキサートにより流産や奇形が誘発されやすいことが知られており、女性のみならず男性でも妊娠計画の少なくとも3カ月前にはメトトレキサートを中止してください。

