

若年性特発性関節炎

JIAについて

関節炎というと多くは高齢者を連想させますが、**子どもも発症することがあります**。小児期の関節炎のタイプの多くは若年性特発性関節炎（JIA）として知られています。JIAは一つ、または複数の関節に腫れや炎症、痛みを引き起こします。

JIAを引き起こす要因はさまざまですが、その要因がわからないこともあります。JIAは時間とともに寛解する子どももいますが、多職種チームによる適切なサポートによって、**ほとんどのJIAの小児患者は普通の生活を送ることができます**。

もし、あなたあるいはあなたの子どもが炎症性の関節炎と診断され、**6週間以上継続し、16歳未満である場合**、それはJIAと呼ばれます。JIAの多くは、**2-6歳および12-14歳の間に発症し**、**女兒に若干多く見られます**。



JIAは約1000人に1人の割合で子どもに発症します

JIAの症状

JIAにはいくつかのタイプがあり、症状もそれぞれ異なります。

あなたもしくはあなたの子どもがどのタイプなのかを知ることは、医療チームが最善の治療を提供するのに役立ちます。

あなたもしくはあなたの子どもに、以下の症状がどれか一つでも数週間以上続くようであれば、医師の診察を受けることをお勧めします：

- 特に朝に現れる**関節の痛み、腫れ、こわばり**
- 特に朝に悪化する**背部痛**
- 触って感じる**関節の熱感**
- **疲労感の増加**
- 繰り返す**発熱**
- 怪我をしていないのに**足を引きずる**

JIAと診断されるのは早ければ早いほど望ましいです。これは、症状を改善し、あらゆる活動に復帰するために効果的な治療を開始することができるからです。



JIAと運動

あなたもしくはあなたの子どもがJIAになったとしても、**運動を続けることが大切です**。運動は全身の体力を維持し、筋肉をより強く、より柔軟にします。運動をすることで関節の損傷を防ぎ、動作や協調的な動きが向上し、自信を持つことができ、生活の質が向上するのに役立ちます。

理学療法士は、あなたやあなたの子どもに必要で適切な運動計画を立てます。関節炎がコントロールされ、全身の体力が向上するにつれて、徐々に強い運動が可能となります。



JIAのための理学療法

理学療法士は、子どもとその家族（時には学校やスポーツのコーチ）と協力して、以下のような計画を立てます：

- **身体機能の向上**（柔軟性、器用さ、筋力、持久力）
- あなたやあなたの家族が日常生活に**リハビリテーション運動を取り入れる**ことができるよう支援
- **痛みを管理**するための知識と技術支援
- **アクティビティに関連した有意義な人生の目標**に向かって、あなたやあなたの子どもの努力を援助（例えばスポーツや身体を使った趣味活動）
- **将来の筋骨格系（スポーツ）損傷を予防または軽減**するための助言、指導、または予防戦略の提供
- あなたやあなたの子ども自身の身体能力への**自信の構築**
- 起こりうる問題の解決や**困難な状況への対処**の支援

JIAの症状の管理において理学療法は重要な役割を担い、あなたやあなたの子どもが希望する活動をサポートします。



World
PT Day
2023

9月8日



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday