



류마티스내과

Rheumatology

류마티스  
관절염





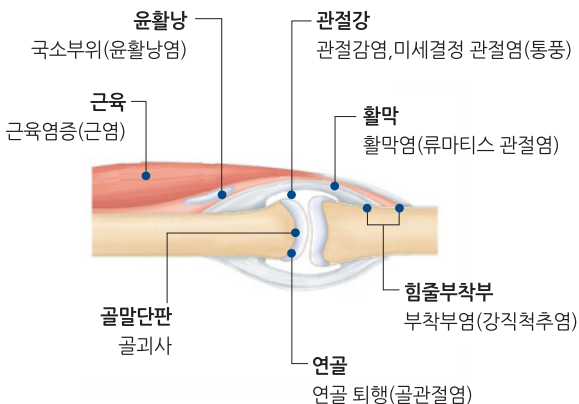
## 류마티스관절염이란?

류마티스관절염은 관절의 활막에 만성 염증이 생기는 질환입니다. 활막은 뼈와 뼈 사이 공간인 관절을 싸고 있으면서 관절액을 만드는 얇은 막입니다. 이곳에 염증이 발생하면 관절이 붓고 열감과 함께 통증이 생기며 심해지면 뼈를 파괴하기도 합니다.

류마티스관절염은 대표적인 자가면역 질환 중 하나입니다. 정상적인 면역세포들은 외부로부터 침입하는 세균으로부터 우리 몸을 지켜주는 역할을 합니다. 하지만 면역시스템 이상으로 우리 몸의 면역세포들이 자기 자신의 세포를 공격하여 염증을 일으키는 것을 자가면역 질환입니다.

류마티스관절염에서는 면역세포들이 대표적으로 관절의 활막을 공격하고 그 외에도 근육, 폐, 심장, 피부, 혈관, 신경, 눈 등 신체의 다른 부분을 침범할 수도 있습니다. 즉, 류마티스관절염은 뼈와 관절뿐 아니라 전신에 영향을 미치는 전신 질환입니다.

### 관절의 구조 및 부위에 따른 류마티스 질환의 종류





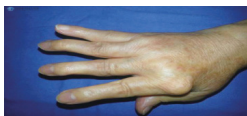
## 류마티스관절염의 원인

류마티스관절염의 원인은 아직 명확하게 밝혀지지 않았지만, 원인 미상의 균이나 바이러스의 감염, 가족력이나 자가면역의 이상으로 생긴다고 알려져 있습니다.

류마티스관절염은 전 세계적으로 전체 인구의 1% 내외가 앓고 있을 정도로 비교적 흔한 질환입니다. 남자보다 여자에서 3~5배 더 많이 발생하고 20~50대에 발병하는 경우가 많지만 드물게 소아나 노인에게서도 발생할 수 있습니다.



## 류마티스관절염의 증상



출처 「대한류마티스학회」

전신 피로감, 손과 발 관절의 통증과 열감, 관절이 뻣뻣해지는 증상을 경험하게 됩니다. 손 마디가 뻣뻣해지는 증상은 특히 아침에 자고 일어난 직후에 심합

니다. 일반적인 퇴행성 관절염과 달리 뻣뻣함이(조조강직)이 1시간 이상 이어지는 것이 특징입니다.

통증은 일반적으로 손가락, 발가락, 손목과 같은 작은 관절에 대칭적으로 나타나지만 어깨나 무릎에 발생하기도 합니다. 시간이 지나면서 관절의 변형이 발생할 수 있으나 발병 후 1년 이내에 발견하여 적절히 치료하면 관절의 기형이나 변형을 막을 수 있습니다.



## 류마티스관절염의 진단

류마티스내과 전문의에 의한 진찰과 병력 청취, 혈액검사, 영상 검사 등을 종합하여 진단하게 됩니다. 3개 이상의 관절(특히 손가락 관절)이 부으면서 아프고 양쪽에 대칭적으로 나타나며, 아침에 관절이 뻣뻣한 정도가 약 1시간 이상 오래 이어지는지 여부가 중요한 소견이 됩니다. 이 같은 증상이 6주 이상 지속적으로 나타난다면, 류마티스관절염일 가능성이 높습니다.

또한 류마티스 결절이라고 하는 혹 같은 것이 몸에 돌아나거나, X-선 사진상 관절의 파괴, 뼈손상이 있는 경우, 혈액검사에서 류마티스인자라고 하는 항체가 검출되는지 여부가 진단에 도움이 됩니다.



## 약물치료

### ① 비스테로이드성 소염진통제

### ② 스테로이드제 : 소론도, 메치론 등

- 효과가 빠르게 나타납니다.
- 장기간 복용 시 골다공증 등 부작용이 있을 수 있습니다. 환자에 따라서는 저용량을 장기간 복용하는 것이 도움이 될 수 있습니다.

### ③ 항류마티스약 : 메토트렉세이트(MTX), 하이드록시클로로퀸 (할록신, 옥시클로린), 설파살라진(조피린), 레플루노마이드 (아레이, 아라바), 타크로리무스(타크로벨, 프로그랩) 등

- 약 복용 후 2~6개월 동안 효과가 서서히 나타납니다.
- 환자에 따라 효과가 다르게 나타납니다.
- 증상이 없어진 후에도 재발 가능성 있어 1~2년 이상 장기적으로 복용해야 합니다.

### ④ 생물학제제 및 소분자역제제 : 비스테로이드성 소염진통제나 항류마티스약제로 조절되지 않는 경우 사용됩니다.

- 주사제 : 엔브렐, 에톨로체, 브렌시스, 휴미라, 심퍼니, 레미케이드, 램시마, 오렌시아, 약템라, 맵테라
- 경구제 : 젤잔즈, 올루미엔트, 린버크



## 약 복용 시 주의사항

- 복용하고 있는 약 이름, 복용방법, 효과와 부작용에 대하여 알고 있어야 합니다.
- 류마티스질환에 사용되는 약들은 약효가 늦게 나타나는 경우가 많습니다. 의사의 처방에 따라 정확히 복용하고 임의대로 약 용량을 바꾸거나 중단해선 안 됩니다. 처방약 이외의 약이나 보조제를 복용하는 경우 담당 의사에게 꼭 알려야 합니다.
- 감염에 주의해야 합니다.
- 피부발진, 발열, 구역질, 구토, 두통 등 부작용 발생 시 담당 의사에게 알려야 합니다.
- 임신, 수유 계획 시 담당 의사와 충분한 상담이 필요합니다.



## 그 밖의 치료



적절한 영양공급, 물리치료, 운동 및 휴식 스트레스 관리 등이 있습니다.

‘염증’에 효과가 있다고 광고하는 보조제나 건강기능식품 등은 일반적으로 추천하지 않습니다.



류마티스관절염이 있는 경우 심혈관계질환 위험도가 올라갑니다.

고혈압, 고지혈증, 당뇨병 등 만성질환을 철저히 예방하고 관리해야 합니다.



국소 변형 또는 관절 파괴가 심해 일상생활에 지장이 있다면 수술이 도움이 됩니다.



발병 초기에 절망하거나 치료 의욕을 잃어버리는 분들이 있습니다. 그러나 약물치료와 비약물치료를 적절히 병행하면 대부분의 환자들은 관해(증상이 없는 시기)상태에 도달하여 관절의 변형 없이 삶의 질을 향상시킬 수 있습니다.





**1899-0001**

**의정부**

평일 08:00~17:00

**대전/노원/강남**

평일 08:30~18:00 토요일 08:30~12:30

[www.emc.ac.kr](http://www.emc.ac.kr)

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원