

ヘバーデン結節についての社内調査資料

病名の由来

ヘバーデン結節の由来は、この病気を初めて報告したイギリスの医師ウィリアム・ヘバーデン（William Heberden）に由来します。彼は19世紀初めに手指の第1関節の変形と腫れを初めて報告し、その名前にちなんで「ヘバーデン結節」と名付けられました。

罹患率

ヘバーデン結節のみで推定患者数は3000万人

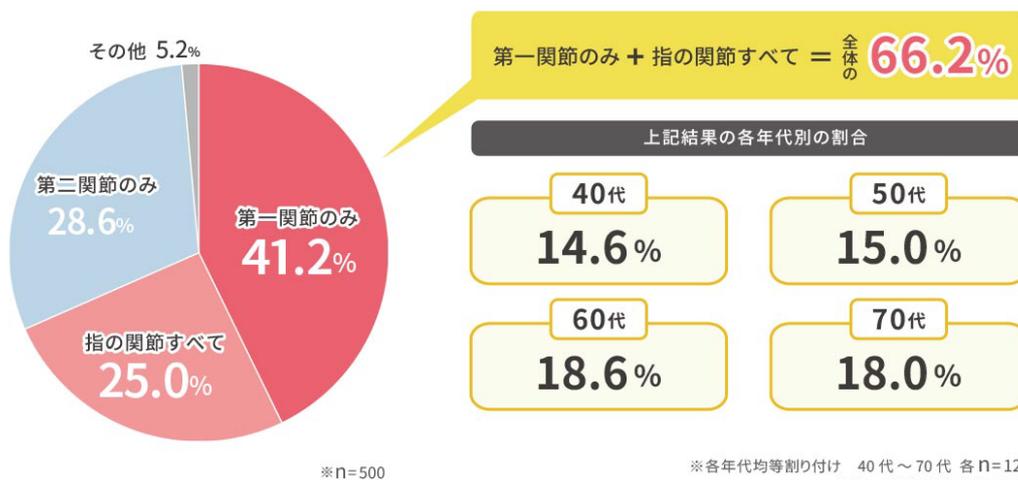
30代が10.6%、40代は20.7%、50代は28.6%、60代は35.3%、70代は50.5%、80代は59.1%と年齢とともに罹患率が上がります。

1980年代後半の調査では、ヘバーデン結節の発生頻度は人口の約3割。年齢とともに増加して70歳以上では50%以上に達します。岩本専任講師によると、ヘバーデン結節と診断される患者の少なくとも7割が40代以上の女性です。

手指に違和感のある40代～70代女性 500人に聞きました

Q 手指に自覚症状がある部分を、具体的にお答えください。^{※1}

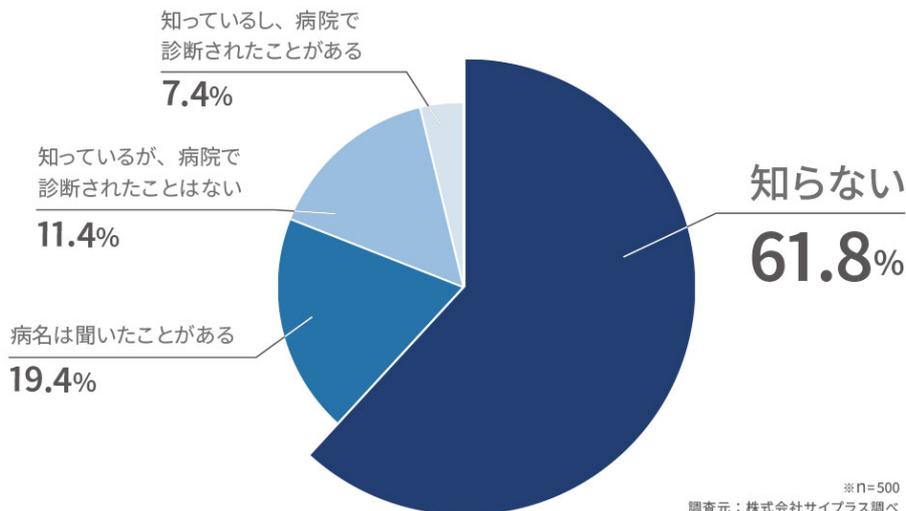
※1 「こわばり」、「曲げると違和感がある」、「関節の痛みや変形」、「腫れている」など



手指に違和感のある40代～70代女性 500人に聞きました

Q ヘバーデン結節という疾患がありますが、どのような症状かご存じですか？

※1 「こわばり」、「曲げると違和感がある」、「関節の痛みや変形」、「腫れている」など



第一関節に痛みなどの症状がでていと認識しつつも医療機関を受診せずに普段の生活を続けていて、**ヘバーデン結節に気づいていない潜在者が多数にのぼります。**

リウマチとの誤解も多く、症状の理解と適切な対策が重要です。

引用元：<https://zyplus.co.jp/2139/>

ヘバーデン結節の原因

医学的には「明確な原因は解明されていない」とされていますが、以下の要因が関与すると考えられています。

① ホルモンの影響

- ・特に閉経後の女性に多いため、女性ホルモン（エストロゲン）の減少が関係していると考えられています。
- ・エストロゲンには関節や軟骨を守る働きがあるため、その低下で関節が弱くなりやすい。

② 遺伝的要因

- ・家族にヘバーデン結節の人がいると発症しやすい傾向があります。

③ 関節の加齢変化（変形性関節症の一種）

- ・年齢とともに関節軟骨がすり減り、炎症や変形が起こりやすくなります。

④ 機械的負担

- ・手指をよく使う作業や習慣（ピアノ、手仕事、タイピングなど）がリスクを高めるとされます。

病院での治療法

病院では以下の治療法をもちいることが多いが、手術の恐怖心や、改善率が低いことからなかなか治療に踏み出せない方も少なくありません。

手術

- ・自己負担3万円のできる場合もあるが、全身麻酔のため抵抗が強い

痛み止め

- ・ロキソニンなどのNSAIDは胃負担かかる
- ・リリカなどの末梢神経系の痛み止めは眠気などその他、副作用の恐れあり
- ・そもそも薬を飲み続けなければいけないことにも抵抗あり

湿布

- ・指に貼ると、水洗いなど日常生活に支障をきたす

塗り薬

- ・ボルタレン・ロキソニンはクリームなし、ジェルは乾燥しやすく使用感が悪い
- ・基本、手や指に対しては処方されないことが多い

ヘバーデン結節のつらさ

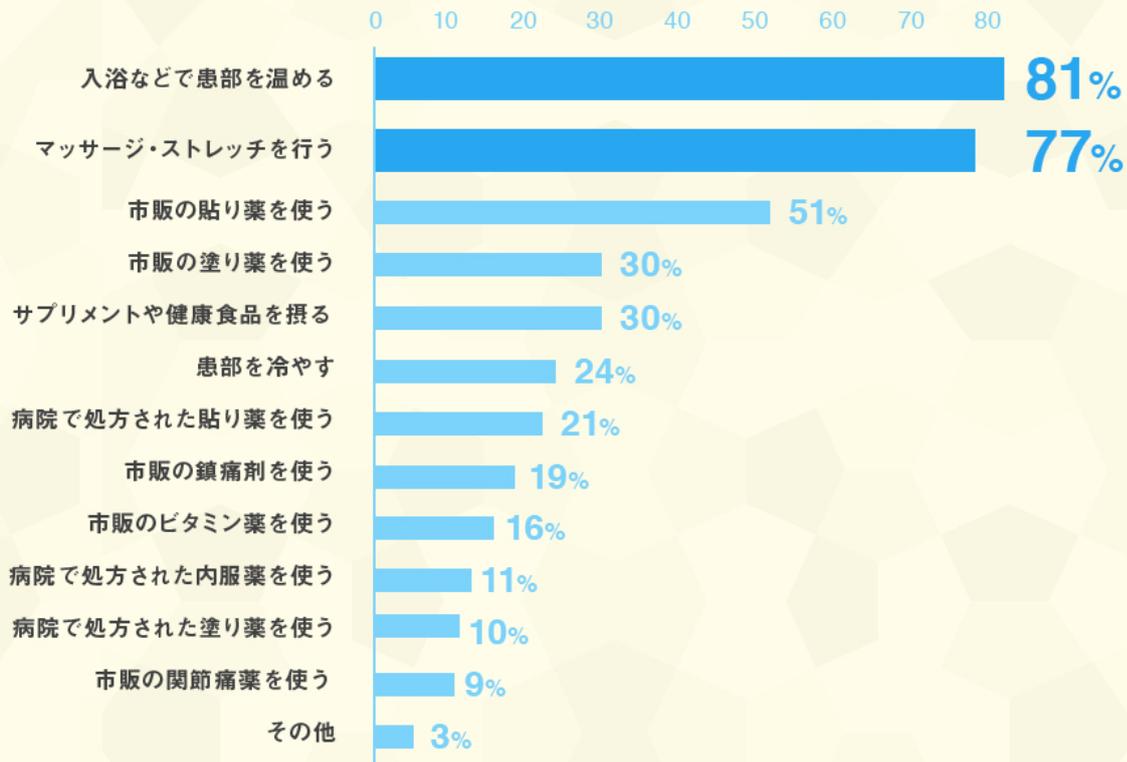
- ・包丁を持つと痛く、料理などの家事に支障をきたす
- ・スマートフォンなどを操作する際にスムーズに動かない
- ・変形した指の見た目を気にしてしまう
- ・物をつかむ開けるのでさえ苦労

これらの症状から日常生活に支障を及ぼす病気であることがわかります。

実践されている日常のケア方法

手指のこわばり・痛み、どうしてる？ 症状の対処法

約80%の人が「入浴などで、患部を温める」と回答しています。血流を良くすると、痛みが和らぐのかもしれませんが。また、市販の貼り薬を使う人も多く、対処療法でその場をしのいでいる様子もうかがえます。



小林製薬調べ (2015年6月)

最近半年以内に手指関節に「痛み」または「こわばり」の症状があった50-79歳男女 N=90

引用元：<https://www.kobayashi.co.jp/brand/yubicare/voice/>

弊社が導き出したヘバーデン結節へのアプローチ

原因を指先の血流障害と更年期によるホルモンの低下により、痛みや関節の変形を起こすと仮定する。



エクオールによって不足しがちなホルモンを補充→根本原因にアプローチ



トウガラシ果実エキスの温感作用により血流障害を改善



イタドリ根エキス・エミューオイルなどの天然鎮痛成分が痛みを直接アプローチ

患者の対策方法を元に、温めながらマッサージができるハンドクリームの開発に着手。

手あれなどで悩む更年期世代であることから手荒れに対してもアプローチすることが必要だと感じました。

自然由来の痛み成分の発見

・イタドリ根エキス

イタドリ根エキスは、若い芽は山菜としても食べられるダテ科植物のイタドリの根茎から抽出されたエキスです。イタドリは抗酸化や抗炎症作用、鎮静効果を持っていることで知られています。若葉を揉みこんで傷口にあてると止血効果があり、痛みも和らいだことが「イタドリ」の由来とされています。

・エミューオイル

エミューオイルは、オーストラリア内陸部の砂漠地帯に生息する、寒暖差の激しい環境にも適応した、非常に強い生命力を持った古代鳥です。

医薬品などが存在しない時代からアボリジニも薬の代わりとして傷の手当、痛みの除去、筋肉痛の軽減、火傷や打撲などあらゆる炎症に、古くから利用されてきました。

現代でも医薬品として注目され、オーストラリア医薬品行政局 (TGA) より「抗炎症剤・皮膚の改善薬」として認められています。

また、スポーツ科学の分野でも注目され、地元オーストラリアのオリンピック選手たちが、筋肉の疲労回復など体のメンテナンスとして使用し、多くのメダルを獲得しているなど、近年その成果が認められています。

・アルニカ葉エキス

アルニカ (arnica) は、ヨーロッパ、中央アジアの山地や牧草地に自生しており、これらの地では古くから筋肉痛や打撲など外部から物理的な力が加わって生じる炎症を抑える作用から重宝されてきた歴史があり、16 世紀後半以降はヨーロッパ諸国で民間薬として定着しています。

アルニカ葉エキスは手指の変形性関節症において、イブプロフェン 5% ジェルと同等の効果を発揮すると「**ランダム化二重盲検試験における手関節炎の局所治療における NSAID とアルニカの選択**」で明らかとされています。

本文抽象積

The use of topical preparations for symptom relief is common in osteoarthritis. The effects of ibuprofen (5%) and arnica (50 g tincture/100 g, DER 1:20), as gel preparations in patients with radiologically confirmed and symptomatically active osteoarthritis of interphalangeal joints of hands, were evaluated in a randomised, double-blind study in 204 patients, to ascertain differences in pain relief and hand function after 21 days' treatment. Diagnosis was according to established criteria; primary endpoints were pain intensity and hand function; statistical design was as per current regulatory guidelines for testing topical preparations. There were no differences between the two groups in pain and hand function improvements, or in any secondary end points evaluated. Adverse events were reported by six patients (6.1%) on ibuprofen and by five patients (4.8%) on arnica. Our results confirm that this preparation of arnica is not inferior to ibuprofen when treating osteoarthritis of hands.

引用元：<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17318618/>