

感染者が急増している肺 MAC 症とは

MAC 菌という、結核菌によく似た菌（非結核性抗酸菌）の感染によって起こる肺の病気が肺 MAC 症です。CT 検査や遺伝子検査の普及により、発病している人が多いことが明らかになってきました。特に日本では患者さんが急増しており、肺 MAC 症が原因で亡くなる人は年間 1000 人以上と推測されています。

急増の原因として考えられるのが、お風呂場での感染です。MAC 菌は 42℃前後の温度で繁殖しやすく、かつ、水気の多い場所に多く存在します。気密性の高いお風呂場はまさに最適な環境なのです。MAC 菌は、浴槽のお湯の注ぎ口、シャワーヘッドのぬめりや湯垢に存在します。そうした場で、しぶきや霧状の水滴が発生し、その中に存在する MAC 菌を知らず知らずのうちに肺に吸い込み感染すると考えられています。また、MAC 菌は土の中にも存在します。このため、趣味で園芸をしている人や土をよく触る人は感染リスクが高いと思います。とくに土埃などには気を付ける必要があります。

MAC 菌は、結核菌と比べて病原性が弱いため、感染してもしばらくは症状のない状態が続きます。その後、肺の炎症が進むと、咳や痰（1 ヶ月以上続く）、血痰（肺 MAC 症に気づくのはこの段階であることが多いようです）などの症状が現れます。ただし、結核と異なり、人から人へ感染することはありません。

最近、肺 mac 症は 40 代以上の女性に多くみられるといわれています。これは女性が浴槽掃除をよくするということに加え、比較的免疫力が低下している、などが考えられます。女性の方が生活環境の中で菌に感染する機会が多いといえます。

肺 MAC 症が進行すると、一時的な発熱や全身のだるさ、食欲低下による体重減少といった症状が起こるようになります。さらに進行すると、酸素療法が必要になるほど、呼吸困難で危険な状態に陥ることがあります。肺 MAC 症は、こうした症状が 10 年以上の長い時間をかけてゆっくりと進行していくのです。

原因不明の体調不良、呼吸器の異常（風邪ではないけど咳が続くなど）、体重の低下。こういったことが徐々に起きているようであれば、一度検査をしてみるといいかもしれません。

肺 MAC 症の治療は、クラリスロマイシンなど複数の抗生物質を数年という長期服用することで、症状の改善をしていきます。

病気進行においては食欲不振や倦怠感からくる体力・免疫力の低下が悪影響となるため、日々、健康を維持することが大切です。そのためにはきちんとした食事（タンパク質）と定期的な運動に加え、オリーブ葉エキス・グルタミン・ビタミン D・A・C、ビフィズス菌など免疫機能を高めるサプリメント摂取が大事です。寝たきりといった状況だけは避けるようにしましょう。