

肺MAC症とともに

治療中の疑問と生活アドバイス

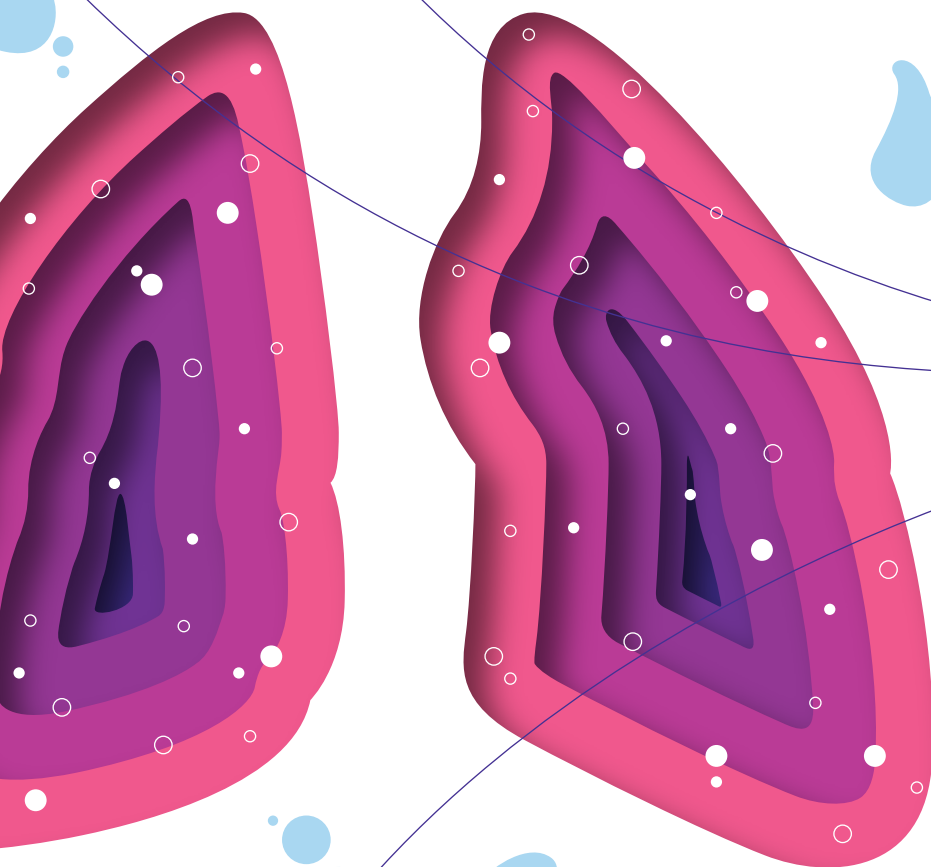
監修

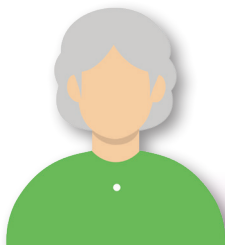
倉島 篤行 先生

公益財団法人結核予防会 複十字病院 臨床研究アドバイザー

森本 耕三 先生

公益財団法人結核予防会 複十字病院 呼吸器センター(呼吸器内科)医長

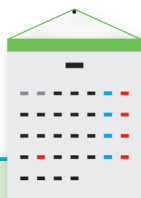




いつまで治療を続けるのでしょうか？

肺MAC^{マック}(*Mycobacterium avium* complex)症の治療を継続されているみなさんのなかには、いつまでこの治療を続けるのだろうと不安に思っている方がいらっしゃると思います。残念ながら肺MAC症を短期間で完全に治せる治療法として確立されたものはなく、治療期間についても明確に決められていないのが実情です。現在、日本で行われている治療法の基本は、3種類の飲み薬をMAC菌が消えるまで継続し、菌が消えたあと少なくとも1年以上は続ける必要があると言われています。

肺MAC症は、数年にわたる治療を根気よく続けることがとても大切です。お薬による治療でMAC菌が抑えられると、少しずつ肺の状態も回復していきます。

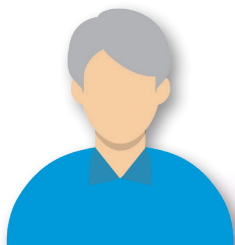


治療期間の考え方

3種類の飲み薬をMAC菌が消えるまで服用



菌が消えたあと少なくとも1年以上は継続する



症状がおさまっているのに 治療を続けるのは どうしてですか？

症状があまりみられない場合、治療の必要性に疑問を持ち、前向きに取り組めない方もいらっしゃるでしょう。

治療をはじめるかどうかは、症状の有無だけで決めているわけではありません。また、肺MAC症は、いったんおさまっても再感染したり、症状がおさまったようにみえてもすぐにぶり返したりすることが多い病気です。そのため、医師に処方されたお薬を、指示通りに服用することが重要です。

症状がおさまったからと、勝手に服用を止めたり、通院を止めたりすることはしないでください。

もし、服用中に気になる症状があれば、副作用の可能性があるので、すみやかに医師などの医療従事者に申し出るようにしましょう。

症状がおさまったからと勝手に
服用を止めたり、通院を止めるこ
とはしないようにしましょう。





どのようなときに 手術をするのですか？

肺MAC症は、病気のタイプやその状態により、手術をすることがあります。

その場合、年齢、お薬の効き具合、ほかの病気の状態、手術に耐える体力があるか、とくに肺の機能を慎重に調べて検討します。

なお、肺MAC症の手術は、どの病院でも行われているわけではありませんので、手術ができる専門病院の医師のセカンドオピニオン（いまかかっている主治医とは別の医師に治療方針について意見を聞くこと）を受けることをお勧めします。

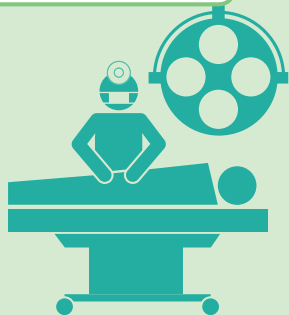
手術を検討するとき

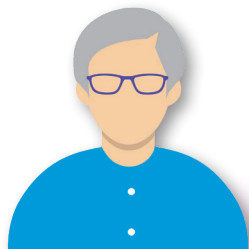
病気がどちらかの肺の1箇所にかたまっていて、

- 空洞を伴うタイプ
- 気管支拡張があるタイプ

お薬による治療があまり効かない

きっかけ
咯血が継続している



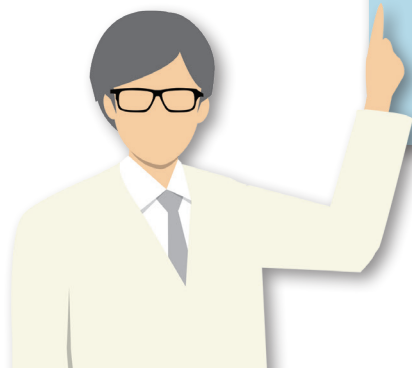


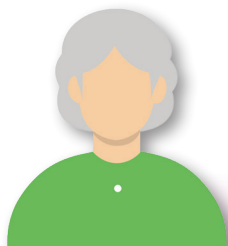
肺を切り取ったところは、 空洞になるのですか？ 胸がへこんだり、形が 変わったりしないですか？

たとえば、肺MAC症では切除する場所によっては、^{きょうくうきよう}胸腔鏡手術と言って、からだの表面にいくつかの小さな^{あな}孔をあけて、器具を挿入してモニターに映しながら行う負担の少ない手術法を用いることもあります。基本的に肺を切除したところは一時的に空間になりますが、まわりの肺が膨らんできて補ってくれます。

また、胸がへこんだり、変形するようなことも基本となる手術法ではありません。肺は固い^{ろっこつ}肋骨(あばら骨)で囲われているため、見た目に影響するような変化は、ほぼみられないとお考えいただいてよいでしょう。手術による傷の大きさや位置については、病気の状態や場所により異なりますので、手術を担当する医師にご確認ください。

肺は固い^{ろっこつ}肋骨(あばら骨)で
囲われているため、肺の一
部を切除しても、胸がへこ
んだり、形が変わることは、
基本的にありません。





定期検査では、 なにを調べるのですか？

肺MAC症の治療中は、定期的に胸部X線検査や胸部CT検査などの画像検査や、血液検査のほか、^{かくたん}喀痰中のMAC菌の有無を調べます。

頻度は患者さんの状態などにより異なりますが、概ね3～6ヵ月おきに行うことがほとんどです。

また、お薬の治療による副作用のチェックも重要です。もし、強い副作用がみられた場合には、治療を一時的に中断し、症状が落ち着いたら治療を再開します。その場合、それぞれのお薬の服用量を減らしたり、種類を変更することがあります。

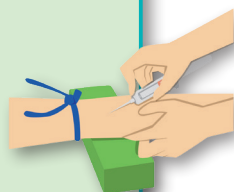
いずれにせよ、定期検査や副作用チェックは、治療の効果を確認するうえで大切ですので、指示されたスケジュールにしたがって、検査を受けるようにしましょう。

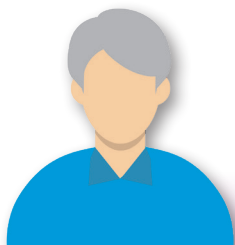
治療中の定期検査

胸部X線検査・胸部CT検査

血液検査（副作用チェック）

^{かくたん}喀痰検査（MAC菌の有無）





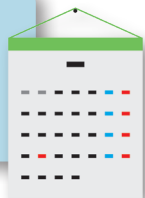
薬物治療が終わりましたが、 これからも通院が必要ですか？ 治療後の通院では、 なにをするのですか？

肺MAC症は、症状がおさまったようにみえても再燃^{さいねん}(ぶり返す)したり、再感染することが多い病気です。

そのため、治療が終わった後も、定期的に病院に通い、肺の状態をチェックする必要があります。

肺MAC症の症状は、軽い風邪の症状と重なる部分がありますが、鼻水やのどの痛みはみられません。そのため、咳と痰^{たん}のみが出ているようであれば、再燃や再感染が疑われます。

治療が終わった後も、定期的に病院に通い、肺の状態をチェックします。



ゆったりとした気持ちで過ごしましょう

肺MAC症は長く付き合っていく病気です。しかし、ほとんどの患者さんは、治療を続けながら病気の前と変わらない生活を送っています。仕事をしたり、趣味を楽しむこともできますし、基本的に食事制限などありません。ときに病気のことを考えて不安になることもあると思いますが、必要以上に思いつめたりせず、ゆったりとした気持ちで毎日を過ごすよう心がけましょう。どんな病気でも同じですが、ストレスをためないことが大切です。なお、ガーデニングや家庭菜園など、病気への影響が懸念される趣味をお持ちの方は、マスクを着用して作業をすれば問題ありませんが、ご心配なことがあれば、回数を減らし、土ぼこりなどに触れる時間を減らすようにしてみましょう。

水分をとりましょう

水分を多くとることで、痰が絡みにたんくくなることがあります。意識して水分をとる習慣をつけるとよいでしょう。

なお、アルコールについては、脱水につながるリスクがありますので、ときどき、たしなむ程度を目安にいただき、習慣的かつ過剰な飲酒などは控えるようにしてください。

サプリメント・栄養補助食品の摂取

サプリメントなどの成分のなかには、服用しているお薬に影響を及ぼし、効果が弱まったり、逆に強くでて、副作用につながる危険性があるものがあります。そのため、使用する場合には、医師や薬剤師などに相談し、お薬と一緒に摂取しても大丈夫か確認するようにしてください。



空気清浄機や加湿器の使用について

空気清浄機については、あまり詳しいことがわかっていませんが、フィルターの掃除や交換をこまめに行い、清潔を保つことが大切です。

加湿器は、超音波タイプよりも、スチーム式の方が水を加熱して気化させるため、それによって除菌され、より衛生的であると言われています。ただし、水を追加するときには、タンクを十分に水洗いして、MAC菌などの雑菌が繁殖しないように気をつけるようにしてください。



プールや温泉はたまに利用する分には問題ありません

これらの場所にもMAC菌が生息している可能性があります、そのリスクは決して高くないので、趣味や旅行などでたまに利用する分には問題ないでしょう。

できるだけ清掃が行き届いている施設を選び、ジャグジーなどのしぶきを浴びるような設備の使用は控えた方がよいでしょう。

鍼やお灸について

たとえば、肩こりや腰痛などに対して鍼やお灸などを受けている場合には、基本的に問題ないと思いますが、肺MAC症への影響はわからないので、受けた後に体調の変化を感じる場合には、医師に相談するようにしましょう。

インフルエンザなどの予防接種を受けましょう

肺に慢性的な病気をもつ方は、インフルエンザなどにかかると重症になる可能性があり、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種が推奨されています。

肺MAC症の方も、毎年のインフルエンザワクチンや定期的な肺炎球菌ワクチンの接種が望ましいでしょう。



職場や地域の健康診断について

健康診断はしっかりと受けるようにしましょう。生活習慣病などのチェックは、肺MAC症の治療を継続していくうえでも重要です。なお、血液検査の数値に服用中のお薬の影響が出ることがありますので、問診票などに「肺MAC症であること」や「服用中のお薬」について、きちんと記入し、申し出るようにしましょう。

歯医者にかかるとき

痰^{たん}が多かったり、咳の症状が強い場合には、治療が困難なことがありますので、事前に医師に相談し、状況に応じて去痰薬や咳止め薬を処方してもらいましょう。

なお、歯科医師には、肺MAC症の治療中であることを伝え、もし体位によってつらいなどの症状がある場合には、あらかじめ伝えておきましょう。

医師に相談するための質問シート

● いまのからだの状態・服薬の状況

いまのからだの状態や困っていることを確認しましょう。医師があなたの状態をより詳しく理解でき、治療が必要かどうかを判断するときにも役立ちます。

気になる症状	☐ なし ☐ あり：該当するものに○をつけましょう 咳／痰（血が混じる：はい・いいえ）／だるい／息苦しい／ 以前よりやせた／ほか（ ）
治療中の病気	☐ なし ☐ あり（病名： ）
今飲んでいる薬	☐ なし ☐ あり（薬の名前： ）
ほかに困っていること （詳しく書き出してみましょう）	

● 肺MAC症の治療について知りたいこと

肺MAC症という病気や治療についてさらに詳しく知りたいことがあれば、次の診察のときに医師に相談してみましょう。あらかじめ整理しておくともスムーズに質問ができます。

【質問例】

症状がおさまれば薬の量は減らせますか？

手術をすれば薬を飲まずにすみませんか？

普段の生活のなかで気をつけることはありますか？

ほかに尋ねたいこと（自由に書き出してみましょう）

医療機関名：

担当医師名：

企画・制作

インスメッド合同会社

東京都千代田区永田町二丁目10番3号
東急キャピトルタワー13階

<https://insmed.jp>

Insmed®, Insmed logo and インスメッド® are registered trademarks of Insmed Incorporated.
All other trademarks referenced herein are the property of their respective owners.

2021年4月作成

PP-DSANTM-JP-00038

© 2021 Insmed GK. All Rights Reserved.