

健康食品に関する実態調査

若水ハロー薬局 大道

[はじめに]

- ・ 近年服薬指導時に健康食品を使用されている患者様が多く見られるようになりました。そこで薬局に来局される患者様の健康食品の使用状況の調査を行いました。
- ・ 調査は6月15日から6月25日に来局された男性264名、女性397名、計661名の患者様を対象に服薬指導時にアンケート形式で調査を実施しました。

[結果と考察]

- ・ まず健康食品の使用の有無についてです。現在健康食品を使用している人は、男性37名、女性135名、過去に使用経験のある人は男性15名、女性37名、使用したことのない人は男性210名、女性225名でした。使用率は男性が14%、女性が34%で全体では26%でした。男性に比べ女性のほうが健康食品を使用しており、健康食品に対する感心が男性に比べ、女性のほうが高いことが伺えます。
- ・ 健康食品を使用している人の受診疾患については、高血圧59名、心療内科29名、高脂血症24名、糖尿病22名、膝関節痛14名が特に多く、患者数自体が多い高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病のほかにも、心療内科、膝関節痛などでの使用が多いことがわかった。
- ・ 使用している健康食品の一覧がこちらになります。黒酢、ビタミン剤、青汁、クロレラなどが多く使用されていることがわかります。このことから健康増進や病気予防を望まれる方が多いことがわかります。また特に膝関節痛などの整形受診の患者様に、グルコサミン、ヒアルロン酸、コンドロイチンなどの関節を保護する健康食品を飲まれる方が多く見られ、今持つ疾患を少しでも良くしたいという思いと、これ以上悪くしたくないという病気予防の面が反映された結果だと考えられます。
- ・ 使用回数については毎日使用している人が152名、週2~3回使用している人が16名、空白6名です。毎日使用している人の割合は全体の87%にものぼり、高い意識を持って飲んでいることと、健康食品だから副作用はないと思い使用している人が多いことが考えられます。
- ・ 購入時参考にすることは、友人知人のすすめが62名、医師薬剤師のすすめが12名、本や広告をみてが6名、保健機能食品の特保マークや保健機能の表示4名、商品の栄養成分表示2名、その他52名、空白42名です。このことから栄養成分表示などよりも友人知人のすすめを参考にしていることが多く、口コミなどの生の声を参考にすることが多いことがわかります。また医師薬剤師のすすめは全体の6%程度であり、患者様の健康食品使用にあまり関与していないことがわかりました。
- ・ 一ヶ月間の健康食品の購入金額については5000円未満91名、5000円~10000円未満

32名、一万円～三万円未満26名、三万円以上6名、空白18名です。このことから健康のためにはある程度のお金をかけても惜しくないと考えられている方が多いことがわかります。

- ・ 入手方法については通販が78名、スーパー薬局デパートが43名友人知人が11名、訪問販売10名、その他28名でした。また全体の44%の人が通販を利用しており、マスメディアの影響力の大きさや、ひとつ前の結果にもありましたが、人からのすすめが選ぶポイントになっていることのあらわれだと考えられます。
- ・ 使用する理由については、健康の維持増進97名、病気予防51名、栄養補給22名、疲労回復17名、美容効果7名、ダイエット6名、その他4名、空白10名です。健康の維持増進とともに、病気予防が多いことから、今の病気の治療に対して、プラスになるように、健康食品を使用していることが伺えます。
- ・ 過去に健康食品の使用経験がある患者様の健康食品をやめた理由については、効果なし19名、値段が高い7名、副作用あり1名、その他23名、空白3名であり、値段の割りに効果が出なことで、やめてしまったことが伺えます。また若い人が多いことから、健康食品には興味があるが効果に疑問と、続けることへのめんどくささを持った人が多いと考えられます。
- ・ 健康食品を使用したの効果については、効果あり93名、効果なし7名、わからない66名、空白6名でした。56%の人が効果ありと答えてはいますが、なんとなく効果がある気がするという人も多く、効果についてわからないと答えている人と共に、健康というもの自体が判断しづらいが、少しでも健康増進へプラスになってくれればと考えている人が多いことのあらわれだと考えられます。

[最後に]

- ・ 健康食品には安全性の確立していないもの、薬によっては飲用してはいけないもの、疾患によっては飲用する価値のあるものもあり、使用状況の把握と情報収集の重要性を認識した。
- ・ 買う側の中身の理解度の低さと、医療関係者の介入の低さから、調剤薬局においても健康食品の学習と情報提供を勧めていくことの大切さを感じた。

第3回

The 3rd Ehime Pharmaceutical Association Congress of Pharmacy and Pharmaceutical Science

愛媛県薬剤師会学術大会

～患者さん指向の薬剤師を目指して～