

看護師・介護職員の健康食品に関する意識調査

佐藤美友紀¹⁾，片田裕子¹⁾，上田京佳¹⁾，今西信子²⁾，落合宏¹⁾

¹⁾富山医科薬科大学医学部看護学科人間科学 I

²⁾富山医科薬科大学医学部和漢診療学教室

要 旨

生活習慣病の増加や高齢化社会を迎え、健康食品に対する関心の高まりは、代替・補完医療に関する研究の増加からも医療界にも及んできている。このような背景のもと、本研究は、健康食品への関心・意識を知る目的で、富山県内の3施設で働く医療・介護従事者を対象にアンケート調査を実施し、118名から有効回答を得た。今回の調査で、67%に及ぶ多くの看護師・介護職員が多岐にわたる何らかの健康食品を利用していることが明らかになった。また、多くの回答者が、がん、痴呆あるいはアレルギーに有効な健康食品に高い期待を寄せていることも示された。しかしながら、健康食品の効果に関し「わからない」と答えた者が59%にも達した。このようなことから、科学的根拠のない健康食品を患者等に薦めることは医療人として謹むべきことであり、そのためにも、医学や看護栄養管理などの視点から、総合的研究が必要であると考えられた。

キーワード

看護師・介護職員，健康食品，がん，痴呆，アレルギー

はじめに

一病因一疾患説では説明できない生活習慣病の増加に加え、多様な疾患を抱える高齢者の増加は、医療経済上深刻な問題を投げかけるに止まらず、医療・看護・福祉のあり方に大きな変革を求めている。さらに、19世紀以降大きな進歩をもたらした西洋医学ではあるが、様々なところで治療の限界という現実に直面し、西洋医学の構築そのものへの疑問と同時に、西洋医学とは対極に位置付けられていた東洋医学あるいは補完代替医療への関心が反作用的に高まりつつあることが指摘されている¹⁾。特に本邦は、東洋医学を培ってきた歴史は古く、さらに東西医学折衷の気運も元来高く、超高齢化社会を迎えた今日、この気運はますます高まっていくものと予想されている¹⁾。このことは、一般社会へも伝わり、健康食品の小売市場

規模は推計で年間6000億～7000億円とも言われている。健康食品とは、通常の食品に比べて、その成分に特徴があり、積極的な意味での健康の維持・増進、保健などの目的を持った食品、少なくともそのような効果が期待される食品の総称である^{2,3)}。現在、健康食品と標榜できるものは、保健機能食品（特定保健用食品と栄養機能食品）、日本健康・栄養食品協会認定の健康補助食品の2つである。健康食品は、手軽に利用できる分、その効果については、科学的に十分検証する必要があることは論をまたない。その研究の方向性を探る一方法として、医療・看護の視点からの健康食品に対する関心・意識調査も有用であると思われる。しかしながら、これらの調査結果に関する報告は極めて少なく、その調査対象は、患者や一般人などに限定されており、医療・保健施設従事者、特に看護師や介護職員等に焦点を当てたも

のはほとんどない⁴⁾ (一部は健康食品アンケートとして<http://www.kobepharma-u.ac.jp>に、また短大生家族の健康食品利用実態として<http://www.kgef.ac.jp/ksjc.kiyo/920100k.htm>に掲載されている)。

このような背景のもと、本研究は、健康食品への関心・意識を知る目的で、病院や保健施設で働く看護師や介護職員等を対象にアンケート調査を実施した。

研究方法

1. 質問紙の作成：三村ら⁴⁾が作成した同様の調査の質問紙を参考に、調査者が独自に作成した。質問紙は、回答者の属性、健康食品への関心・意識、その利用状況等に関する計12の質問で構成される自己記入式である。また、質問紙には健康食品の定義に関する文書を添付した。表1には、質問紙の抜粋を示した。

2. 調査の実施：富山県内の3施設(病院1施設、老人保健施設2施設)の従事者(看護職員、介護職員等)156名を対象に実施した。調査期間は、2002年6月上旬～8月下旬であった。質問紙を配布後、2週間の期間において調査者が直接質問紙を回収または郵送にて回収を行った。

3. 結果の分析：得られた結果は、エクセル統計を用いて回答者の属性、健康食品への関心・意識、その利用状況等に関して集計を行った。

結果

1. 有効回答者の属性：対象者156名のうち118名(75.6%)から有効回答が得られた。有効回答者の性別は、男性14名(12%)、女性104名(88%)であった。図1に示しように、年齢分布を10歳区切りの年齢階級別に区分してみると、20～29歳31名(26%)、30～39歳28名(24%)、40～49歳35名(30%)、50～59歳20名(17%)、60～69歳3名(2.5%)、70歳以上1名(0.8%)に分布していた。職種をみると、看護師62名(53%)、介護職員51名(43%)、栄養士、看護助手、医師はそれぞれ1名(0.8%)、その他の職種が2名(1.7%)であった。診療科目の内訳では、老人保健施設75名(64%)、内科15名(13%)、外科と整形外科がそれぞれ7名(5.9%)、脳外科5名(4.2%)、その他・混合病棟9名(7.6%)であった。

2. 健康食品利用頻度及び利用健康食品：健康食品利用頻度は、「使用したことがない」39名(33%)、「時々使用している」36名(31%)、「ほぼ毎日使用している」23名(20%)、「以前使用していた」20名(17%)であり、以前使用していたものを含め健康食品利用者は、67%に達した(図2)。「健康食品を利用している(以前利用していたものも含む)」と答えた対象者に対し利用健康食品の内容を質問(複数回答可)すると、ビタミン類54名(37%)、茶類26名(18%)、発酵微生物類19名(13%)、ミネラル15名(10%)、糖類10名(6.8%)、藻類5名(3.4%)、キノコ類2名(1.4%)、その他5名(3.4%)であった。その中

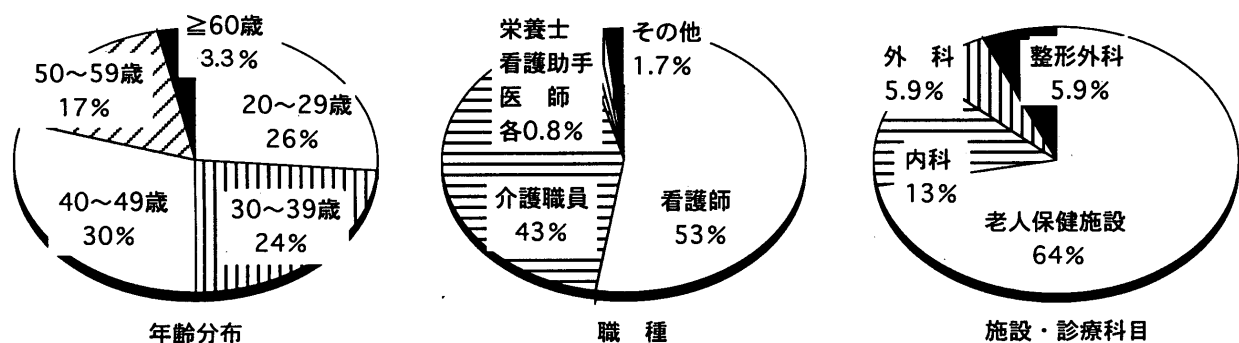


図1. 有効回答者の属性 (n=118)

で、その他に分類されたものとして、クエン酸、ニンニクエキス等があった(図3)。

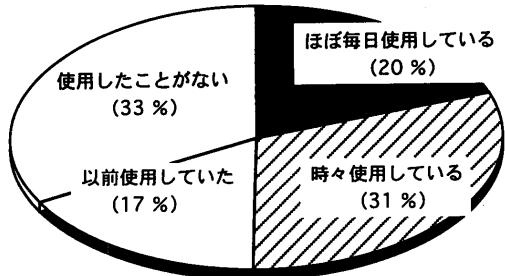


図2. 健康食品の利用状況 (n=118)

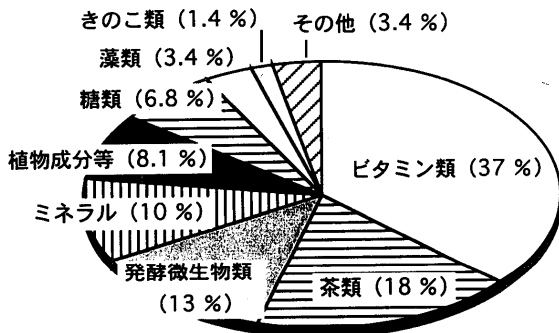


図3. 利用健康食品の種類 (n=148, 複数回答)

3. 健康食品利用理由：健康食品の利用理由(複数回答可)は、「健康保持のため」43名(34%)、「栄養補給のため」34名(27%)、「美容のため」25名(20%)、「滋養強壮のため」12名(9.5%)、「病気改善のため」8名(6.3%)、「その他」4名(3.2%)であった。また、その他に分類された理由は全て、「何となく」であった(図4)。

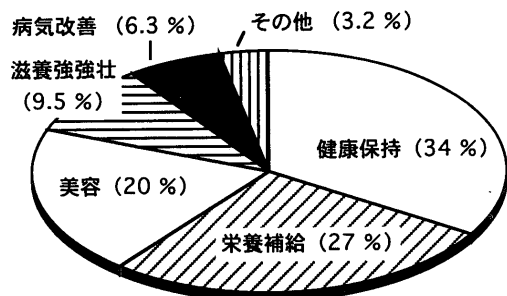


図4. 健康食品の利用理由 (n=126, 複数回答)

4. 健康食品の効果の有無：「健康食品が疾患や健康に対し効果があると思うか」という質問で

は、「分からない」70名(59%)、「効果がある」42名(36%)、「効果がない」6名(5.1%)の回答があった。

5. 健康食品に関する知識・情報の入手先：健康食品に関する知識・情報の入手先(複数回答可)としては、「本・雑誌」76名(39%)、「テレビ等のメディアから」49名(25%)、「家族・友人などから」36名(19%)、「販売店・メーカー」17名(8.7%)、「医師・薬剤師等の専門家から」9名(4.6%)、「インターネット」8名(4.1%)であった(図5)。

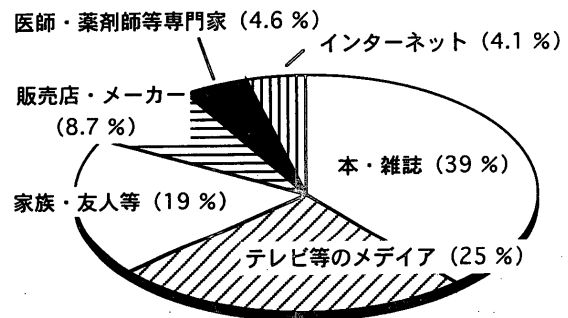


図5. 健康食品に関する知識・情報の入手先 (n=195, 複数回答)

6. 疾患治療に対する健康食品の開発への期待：「どのような疾患に効果が期待される健康食品があればよいか」(複数回答可)という質問では、がん63名(18.2%)、痴呆61名(17.6%)、アレルギー56名(16.1%)、高血圧42名(12.1%)、糖尿病40名(11.5%)、脳血管疾患31名(8.9%)、心疾患25名(7.2%)、感染症22名(6.3%)、その他7名(2.0%)の回答があった(図6)。

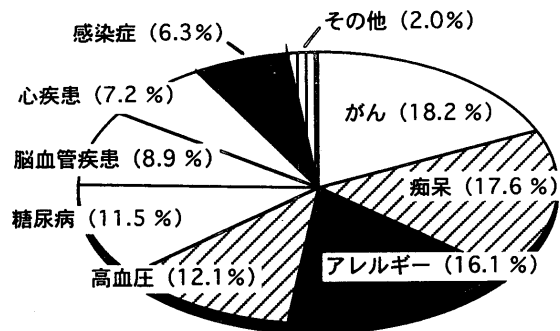


図6. 健康食品に効果を期待する病気・疾患 (n=347, 複数回答)

表1. 健康食品に関する質問用紙（抜粋）

該当する番号を○で囲むか、()内に適当なお答えを御記入下さい。

1	あなたは健康食品が疾患や健康状態などにに対し効果があると思いますか。	1 効果がある 2 効果がない 3 分からない
2	あなたは健康食品を使用していますか。	1 ほぼ毎日使用している 2 時々使用している 3 以前使用していた 4 使用したことがない
3	問2で1～3に○をつけた方にお聞きます。 あなたが健康食品を使用している（していた）理由は何ですか。 その場合、()内に理由を御記入下さい。 *複数回答可です。	1 栄養補給のため 2 滋養強壮のため 3 病気改善のため 4 美容のため 5 健康保持のため 6 その他 ()
4	問2で1～3に○をつけた方にお聞きます。 あなたはどのように健康食品を使用していますか。（または、していましたか）。 *その他の場合、または健康食品の分類が分らない場合は、()内に食品に含まれる成分、商品名、会社名等を御記入下さい。 *複数回答可です。	1 糖類（例：食物繊維食品、オリゴ糖類食品等） 2 ビタミン類（例：ベータカロチン含有食品、ビタミン剤等） 3 ミネラル（例：カルシウム食品、鉄剤等） 4 発酵微生物類（例：乳酸菌利用食品、酵母食品等） 5 藻類（例：クロレラ、スピリルナ等） 6 きのこと類（例：シイタケ食品、靈芝食品等） 7 植物成分等（例：はい芽商品、ブルーネキス食品等） 8 茶等（例：ギムネマ茶、グアバ茶等） 9 その他（食品に含まれている成分、商名、会社名等を御記入下さい） ()
5	あなたは健康食品に関する情報・知識などをどこから得ていますか（または得ましたか）。 *複数回答可です。	1 本・雑誌 2 インターネット 3 家族・友人などから 4 販売店・メーカー 5 医師・薬剤師等の専門家から 6 テレビ等のメディアから 7 その他 ()
6	あなたはどのような疾患に効果が期待される健康食品があればよいと思いますか。 *その他の場合、()に疾患名等を御記入下さい。 *複数回答可です。	1 がん 2 高血圧 3 糖尿病 4 痴呆 5 心疾患 6 脳血管疾患 7 アレルギー（例：アトピー性皮膚炎、蕁麻疹等） 8 感染症（例：インフルエンザ等） 9 その他 ()

考 察

今回の医療・保健施設従事者を対象とした調査では、看護師と介護職員で96%を占めていることから、両者の意見を反映しているものとして差し支えないと思われる。その中で、健康食品を利用している（以前利用していたものも含む）人は、67%にも達し、多くの医療・介護従事者が健康食

品を利用していることが明らかになった。この値は、患者と薬剤師を対象にした三村ら⁴⁾の調査による53%より高い数字であった。ただし、使用理由として、健康保持と栄養補給でほぼ60%を占める点では、今回と三村らの調査とは一致していた。この結果は、医療に従事していることに加え、近年の生活習慣病の増加や高齢化社会の到来などによる健康意識の高まりを反映しているものと考え

られた。

健康食品の効果については、「分からない」と答えた医療・介護従事者が最も多く59%であり、このことは、三村ら⁴⁾の調査においても指摘されている。これらは、健康食品の包装に表示してある効能への疑問や、それに対する科学的根拠の要求が大きな部分を占めていると考えられる。このことは、多くの健康食品の中から、消費者が選ぶ際に、適切な情報を提供するという保健機能食品制度の理念²⁾に合致し、健康食品の効果について、「害がなければよい」から、一歩進み科学的根拠に基づき「確かに効果がある」ということを提示する時代の要請があるものと思われる。また、今回の調査で明らかになった一つに、健康食品に関する知識・情報の入手先は、本・雑誌(39%)、テレビ等のメディア(25%)、家族・友人などから(19%)と身近なところからもたらされていることが挙げられた。加えて、最近ではセルフメディケーション⁵⁾も取り上げられ、これらの分野へ多様な企業の参画とそれによる情報量の増加が予測され、その分、医療・保健施設従事者として、健康保持・疾患に対する健康食品の効果・効能についてきちんと認識していかなければならないと思われる。また、利用している健康食品の内容において、ビタミン類が37%と最も多かったことは、一般社会人を対象にした日本健康・栄養食品協会の調査(<http://www.health-station.com/jhnfa/topic57-20.html>)による17%よりも高い数字であった。しかし、一般社会人においても、ビタミン類の利用が最も多かった点では、今回の調査結果と一致していた。このような結果になった背景には、ビタミン類が手軽に利用できるものであることに加え、その形状が錠剤やカプセルなどのように一般食品とは明らかに形状が異なるため、健康食品として認識しやすいためであると考えられた。

「どのような疾患に効果が期待される健康食品があればよいか」という質問においては、痴呆は17.6%と、がん(18.2%)あるいはアレルギー(16.1%)とほぼ同じ期待度であった。これらの疾患は、有効な根治療法がないものの代表的存在であり、特に超高齢化社会を迎え痴呆に有効な健

康食品には、多くの医療・介護従事者が期待を寄せているものと考えられた。

結 論

富山県内の3施設(病院1施設、老人保健施設2施設)の従事者(看護職員、介護職員等)156名を対象に、健康食品に関するアンケート調査を実施し、以下の結果を得た。

1. 今回のアンケート調査の結果、健康食品の効果について「分からない」と答えた医療・保健施設従事者は59%に達した。この背景には、健康食品の効能への疑問や科学的根拠の提示の必要性があると考えられた。
2. 利用健康食品の内容において、ビタミン類が37%と最多であった。この結果の背景には、ビタミン類が手軽に利用できるものであることに加え、その形状が錠剤やカプセルなどのように、健康食品として認識しやすいことも作用しているものと考えられた。
3. 自分が経験した健康食品の効果について、36%の者はそれを認めていたが、なお59%に者は分からないと答えていた。
4. 「どのような疾患に効果が期待される健康食品があればよいか」という質問において、有効な治療法がない痴呆はがんやアレルギーにほぼ集中し、多くの医療・保健施設従事者が、これらの疾患に対し健康食品を利用できることに高い期待を寄せていると考えられた。
5. このようなことから、科学的根拠のない健康食品を患者等に薦めることは医療人として謹むべきことであり、そのためにも、医学や看護栄養管理などの視点から、総合的研究が必要であると考えられた。

謝 辞

本研究の実施にあたり、ご多忙の中、本研究に賛同し、アンケート調査に御協力頂きました富山県内医療・保健施設の職員の皆様には、深く感謝申し上げます。また、質問用紙作成において、貴重な資料御提供下さいました富山医科薬科大学附

属病院薬剤部副薬剤部長・三村泰彦先生に重ねて深く感謝申し上げます。

引用文献

- 1) 山口宣夫：代替医療と相補医療の現状. 感染・炎症・免疫31：153-157, 2001.
- 2) 厚生統計協会：健康食品対策. 国民衛生の動向, 厚生統計協会編, p299, 厚生統計協会, 東京, 1999.
- 3) 田中平三：保健機能食品制度の創設をめぐって—医薬品といわゆる栄養補助食品—. 日医雑誌126：792-805, 2001.
- 4) 三村泰彦, 足立伊左雄：医薬品と健康食品の相互作用に関する意識調査. 医薬ジャーナル36：124-135, 2000.
- 5) 竹林直紀, 中井吉英：セルフメディケーション. 日医雑誌129：82-83, 2003.

Study on the present status concerning interest and apprehension in the health foods in healthcare personnel in Toyama Prefecture

Miyuki SATO¹⁾, Yuko KATADA¹⁾, Kyoka UEDA¹⁾,
Nobuko IMANISHI²⁾, and Hiroshi OCHIAI¹⁾

¹⁾Department of Human Science, Toyama Medical and Pharmaceutical University

²⁾Department of Oriental Medicine, Toyama Medical and Pharmaceutical University

Abstract

We studied the present status concerning interest and apprehension in the health foods through the analyses of answers on the questionnaire obtained from healthcare personnel (118 responders including 62 registered nurses) in Toyama Prefecture. As a result, it has been shown that as much as 67% of healthcare personnel take various health foods. Among them, vitamin pills were the most popular, suggesting that healthcare personnel recognize easier them as health foods because of their tablet-shapes. In addition, they cited health foods effective for the prevention of cancer, dementia and allergic diseases as the most expecting ones. However, 59% of responders showed the lack of confidence for the effectiveness of health foods taken by themselves. These data suggest that comprehensive studies based on medical science are required in order to facilitate nutritive management in nursing and recommend health foods to the patient with science-based evidences.

Key words

healthcare personnel, health foods, cancer, dementia, allergic disease