O－8

健診受診者のサプリメント使用実態

Use of Dietary Supplements in Medical Checkup Participants

○壬生　茉莉衣[1)]，辻林　明子[1)]，東山　幸恵[1)]，永井　亜矢子[1)]，久保田　優[1)]，
坂井　三里[2)]，坂下　清一[2)]

１）奈良女子大学 生活環境学部，２）京都桂病院健康管理センター

To clarify the use of dietary supplements in adults, a questionnaire survey was conducted. Subjects were 608 males and 500 females (30-79 years) who participated in the medical checkup. 27.5% of males and 33.8 % of females were found to consume dietary supplements. Males were likely to use dietary supplements with an increase of their age. Dietary supplement use was associated with the subjective esteem of the health status rather than the laboratory data. Common purposes of dietary supplement use were recovery from fatigue and nutritional supplementation in all ages.　At the age of over age 50, the most common purpose was maintaining the health of bones and joints.

【目的】

国内のサプリメント使用実態調査において、主観的健康状態や検査値がサプリメント使用実態へ与える影響についての検討は十分でない。今回は、検診受診者のサプリメント使用実態を、主観的な健康状態と客観的な検査値の両面から考察する。

【方法】

京都桂病院の健診受診者(30～79 歳)を対象に記入式アンケート調査を行い、男性 608 名(54.1±12.9 歳)、女性 500 名(52.5±12.2 歳)から得た回答を解析した。アンケートでは主観的健康の把握状態、サプリメントの使用経験等を尋ねた。また、身長・体重・血圧・血糖値・LDL など 25 項目および服薬の有無、既往歴については健診時のデータを用いた。

【結果】

(1)サプリメントを現在使用している者の割合は、男性 27.5%、女性 33.8%であり、女性のほうが有意に高かった。(2)男性においては加齢に伴い使用率が有意に高くなっていた。(3)「血圧が高め」「疲れやすい」など、自身の健康状態に問題を感じている者ほどサプリメントを使用していた。 (4)サプリメントを使用する目的として、全年代で「疲労回復」や「栄養補給」という回答が多く見られた。また、「骨・関節のため」と回答する者の割合は加齢に伴い有意に高くなっていた。(5)血圧・血糖値・LDL の検査値とサプリメント使用率・使用目的との間には一定の関連は見られなかった。

【結論】

客観的な検査値よりも、自身が現在感じている主観的な健康問題がサプリメント選択の基準となる可能性が示唆された。疾患治療のためサプリメントを使用する者も見られたが、サプリメントは疾病を治療する目的にはそぐわないことから、使用目的にまで踏み込んだ専門家の助言が必要であると考える。