

健康食品の使用実態に関するアンケート調査  
—患者・薬剤師の視点から—

久保田理恵<sup>1\*</sup>, 荒川菜摘<sup>1</sup>, 今井良紀<sup>2</sup>, 藤本愛里<sup>2</sup>, 白井美結<sup>2</sup>,  
山田路子<sup>1</sup>, 河野和宏<sup>2</sup>, 小川 護<sup>2</sup>

Survey questionnaire on the use of healthy foods  
from the patients' and pharmacists' perspectives

Rie Kubota<sup>1\*</sup>, Natsumi Arakawa<sup>1</sup>, Yoshinori Imai<sup>2</sup>, Airi Fujimoto<sup>2</sup>,  
Miyu Shirai<sup>2</sup>, Michiko Yamada<sup>1</sup>, Kazuhiro Kono<sup>2</sup>, Mamoru Ogawa<sup>2</sup>

The purpose of this study was to clarify the usage of healthy foods and the problems that arise during pharmacist-patient consultations. Therefore, we conducted a survey in November-December 2021, using a questionnaire, with 87 patients and 6 pharmacists at the Soyaku Pharmacy Group, Sagamihara, Kanagawa Prefecture, Japan. The results showed that 31% of patients thought no problems eating healthy foods while taking medicines. 16% of patients used healthy foods, and 43.8% utilized healthy foods to maintain their health. 64.3% of healthy food users took prescribed medicines. Pharmacists collected information about healthy foods from the Internet; 67% were aware of the lack of knowledge about appropriate dosage and functional ingredients, and 50% identified a problem with drug-healthy food interactions. Thus, to properly use healthy foods, pharmacists must understand patient usage and actively provide information to them.

**Key words:** healthy foods, questionnaire survey, patients and pharmacists

Received April 20, 2023; Accepted June 10, 2023

---

<sup>1</sup> Rie Kubota, Natsumi Arakawa, Michiko Yamada 北里大学薬学部 臨床薬学研究・教育センター  
臨床薬学教育部門

<sup>2</sup> Yoshinori Imai, Airi Fujimoto, Miyu Shirai, Kazuhiro Kono, Mamoru Ogawa 相薬薬局グループ

\* 連絡先：北里大学薬学部 臨床薬学研究・教育センター臨床薬学教育部門 久保田理恵  
〒108-8641 東京都港区白金 5-9-1  
Tel: 03-5791-6385 E-mail: kubotar@pharm.kitasato-u.ac.jp

## 1. 緒 言

現在、健康食品の需要と供給は拡大しており<sup>1)</sup>、その背景として人々の健康志向の向上や、医療費の増加によるセルフメディケーションの推奨が考えられる。インターネットや SNS では様々な健康食品の広告・宣伝が活発に行われ<sup>2)</sup>、消費者は容易に健康食品を入手できる。一方で、国民生活センターの消費生活相談に、2021 年で健康食品による安全・衛生に関わる 3,543 件の相談が届く<sup>3)</sup>など、健康食品の摂取による健康被害も見受けられ、健康食品を安全に使用するためには医療従事者の介入がさらに求められている。

本邦では、「特定保健用食品」「栄養機能食品」「機能性表示食品」からなる「保健機能食品」が存在する<sup>4)</sup>。これらは定義が明確で、安全性、生理的機能や特定の保健機能を示す有効性の基準に従った表示が許可されている。しかしながら明確な定義がない「いわゆる健康食品」も存在し、「健康食品」とはこれらすべての総称である。厚生労働省では、健康食品とは「広く健康の保持増進に資する食品として販売・利用されているもの全般」としている<sup>5)</sup>。また消費者庁では、「健康によいことをうたった食品全般」としている<sup>6)</sup>。

「健康食品」の位置づけが明確ではない中で、医療従事者が患者の使用している健康食品の情報を正確に把握することは難しい。薬剤師は処方箋受付時や一般用医薬品の販売時における健康食品使用の確認や、薬局やドラッグストアでの健康食品の販売などに関わっている。朝比奈らは、処方箋受付時に薬局薬剤師の 86.7% が、来局者の健康食品の利用状況を確認していたと報告している<sup>7)</sup>。一方、野田らは一般消費者の 92.7% は、薬剤師から健康食品について確

認されたことはないことも報告している<sup>8)</sup>。薬剤師の健康食品に関する知識や取り組みはそれぞれであり、その実態は明らかではない。そこで本研究では、(1) 薬局来局者の健康食品の使用実態と理解度及び意識を明らかにすること、(2) 薬局薬剤師の健康食品への実際の対応について調査を行い、問題点を明らかにすることを目的とした。

## 2. 方 法

### 1. 調査対象

2021 年 11 月から 12 月、相模原市グループ（神奈川県相模原市）の柴胡会ちゅうおう薬局および相模よこやま薬局への来局者全員に、薬剤師がアンケート調査への協力の声かけを行い、回答に同意が得られた 87 名を対象にアンケート用紙を配布し、記載されたものを回収した。また同薬局に勤務している薬剤師 6 名のうち、アンケートの回答に同意が得られた 6 名全員を対象に紙面でのアンケート調査を行った。

### 2. 調査内容

#### 2.1. 薬局来局者へのアンケート

薬局来局者に対して、図 1-1 に示したアンケート用紙を配布して回答してもらった。

属性（性別、年齢）と共に、1) 健康食品と考える食品の種類と健康食品のイメージ、2) 保健機能食品の知識、3) 健康食品使用状況を調査した。なお、アンケートの設問 3 において、健康食品全般の「機能性」が望めると記載すべきところを、来局者が理解しやすいようアンケートでは「効果」と表した。

#### 2.2. 薬局薬剤師へのアンケート

薬局薬剤師に対し、図 1-2 に示したアンケート用紙を配布して回答してもらった。属性（性

\*.\*.\* アンケートへのご協力ありがとうございます \*.\*.\*.\*

健康食品の実態調査を行っています。アンケートは無記名・自由回答です。取得した情報は本研究以外には利用致しません。所要時間は約5～10分です。よろしくお願ひ致します。

1. 性別： 男性 ・ 女性  
 年代： 19歳以下 ・ 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代 ・ 60代 ・ 70歳以上

2. 次のうち「健康食品」と思うものを全てに丸 (○) を付けてください。また「その他」欄に下記以外に健康食品だと考えるものを挙げてください。  
 ビタミン剤 ・ ダイエット食品 ・ 美容効果を宣伝した食品 ・ 青汁 ・ 納豆 ・ 酵素類 ・  
 ハーブ類 ・ ミネラル含有食品 (カルシウムやマグネシウムなど) ・ 疾患の予防や改善を行う食品 ・  
 エキス類 (クロレラ、アガリクスなど) ・ 薬草茶 ・ 乳酸菌製品 (ヨーグルトや飲料など)  
 その他

3. 健康食品に対するイメージについて以下の中から該当するものをそれぞれ選択してください  
 効果(健康増進、ダイエット、免疫など)が望める： 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 選択肢  
 5：そう思う  
 4：ややそう思う  
 3：どちらとも言えない  
 2：あまりそう思わない  
 1：思わない  
 通正量を守れば体に害なく、安心して使用できる： 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 表示量よりも多く摂取しても害がない  
 : 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 薬と併用しても問題ない  
 : 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 薬の代わりになる

4. 健康食品の中には保健機能食品という定義が決まったものがあります。以下3つの健康食品について選択肢の中から該当する番号を記入してください。  
 特定保健用食品について知っていますか？： [ ] 選択肢  
 ①特徴を理解し、説明できる  
 栄養機能食品について知っていますか？： [ ] ②名前は聞いたことあるが説明は難しい  
 機能性表示食品について知っていますか？： [ ] ③ほとんど知らない

5. 現在使用している健康食品はありますか？ また使用している健康食品の数を教えてください。  
 はい [ ] 種類 (→質問6へ) .  
 いいえ (→アンケートは以上です。ご協力ありがとうございます。)

(質問5で「はい」を選択した方)  
 6. 具体的な製品名とその利用状況について教えてください。(複数ある場合はよく採取するもの3つについてご回答お願いします。)\* 製品名と使用目的については記述でご回答お願いします。その他はか (使用頻度、使用期間、摂取量) については以下の中からそれぞれ該当するものを選択して下さい

製品名			
使用目的			
使用頻度			
使用期間			
摂取量			

使用頻度：①月に20～30日の使用 ・ ②月に10～19日の使用 ・ ③月に10回未満の使用  
 使用期間：①半年未満 ・ ②半年以上1年未満 ・ ③1年以上  
 摂取量：①表示量よりも少ない ・ ②表示量を守っている ・ ③表示量よりも多い

7. 現在服用している医薬品はありますか？差し支えなければ具体的な医薬品名を教えてください。  
 はい . いいえ  
 具体的な医薬品名  
 処方せんのおくすり  
 一般医薬品 (ドラッグストアや薬局などで購入できるもの)  
 .  
 .  
 .

8. 健康食品、健康食品と医薬品の飲み合わせなどについて誰に相談したいですか？該当するものを選んでください。またその理由を教えてください。  
 医師 ・ 薬剤師 ・ 看護師 ・ 栄養士 ・ サプリメントアドバイザー ・  
 その他 ( ) . どの職種からも受けたくない

理由

アンケートは以上になります。ご協力ありがとうございます。

図 1-1 来局者へのアンケート

\*\*\* アンケートへのご協力ありがとうございます \*\*\*

健康食品の実態調査を行っています。アンケートは無記名・自由回答です。取得した情報は本研究以外では利用致しません。所要時間は約5～10分です。よろしくお願致します。

1. 性別： 男性 ・ 女性  
 年代： 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代 ・ 60代以上  
 薬剤師としての勤務年数： 2年未満 ・ 2年以上～5年未満 ・ 5年以上～10年未満 ・ 10年以上  
 勤務先で健康食品の取り扱いがありますか？： ある ・ ない

2. 次のうち「健康食品」と考えるものを選んでください（複数選択可）。また下記以外に健康食品だと考  
 えるものを「その他」欄に挙げてください。  
 ビタミン剤 ・ ダイエット食品 ・ 美容効果を宣伝した食品 ・ 青汁 ・ 納豆 ・ 酵素類 ・  
 ハーブ類 ・ ミネラル含有食品（カルシウムやマグネシウムなど） ・ 疾患の予防や改善を行う食品 ・  
 エキス類（クローラ、アガリクスなど） ・ 薬草茶 ・ 乳酸菌製品（ヨーグルトや飲料など）

その他

3. 健康食品全般に関する知識について5段階で自己評価してください。  
 健康食品の機能性について： 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 健康食品の安全性について： 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 医薬品との相互作用について： 5 ← 4 ← 3 → 2 → 1  
 1：知識が浅く、説明は難しい

4. 処方箋の受付の際、患者さんに健康食品の使用を確認していますか？  
 はい ・ いいえ

5. OTC 医薬品を買いに来た来局者の方へ健康食品の使用を確認していますか？  
 はい ・ いいえ

質問4・5でどちらも「いいえ」を選ばれた方：  
 アンケートは以上になります。ご協力ありがとうございました。

(質問4・5のいずれかもしくは両方で「はい」を選ばれた方)

6. 健康食品に関して患者さんに確認する頻度を教えてください。またどういった内容を患者さんに聞いて  
 いるか教えてください。  
 頻度： 毎回行う ・ 時々行う ・ 初回来局時のみ ・ 来局者から問い合わせがあった時のみ  
 内容： 製品名 ・ 使用目的 ・ 使用頻度 ・ 使用期間 ・ 表示に対する患者の採取量 ・ 医薬品の併用  
 その他（ ）

7. 健康食品について調べる上で使用しているツールはありますか（複数選択可）。  
 インターネット ・ 早見表 ・ 本 ・ 販売会社への問い合わせ ・ その他（ ）  
 ツールは使用しない

8. 今まで健康食品についての対応の際に苦労したことはありますか？（複数選択可）  
 ①健康食品の適切な量がわからない ②健康食品の機能性成分について知識が不足している  
 ③薬との相互作用の情報が不足している ④情報が少ない ⑤患者さんへの説明が難しい  
 ⑥ツールに関して（具体的に： ） ⑦苦労したことはない

その他

9. 患者さんに適切に健康食品を使ってもらうため、患者さんへ情報提供をする際、薬剤師が把握しておき  
 たい健康食品の情報を教えてください（複数選択可）。  
 健康食品の分類 ・ 機能性成分名 ・ 作用機序 ・ 効果 ・ 被害事例の有無 ・ 1日当たりの摂取目安量 ・  
 使用上の注意 ・ 相互作用がある医薬品 ・ 使用してはいけない疾患 ・ 腎機能や肝機能との関連性 ・  
 その他（ ）

アンケートは以上になります。ご協力ありがとうございました。

図 1-2 薬剤師へのアンケート

別, 年齢, 薬剤師としての勤務年数), 勤務先での健康食品の取り扱いの有無と共に, 1) 健康食品全般のイメージと知識, 2) 健康食品使用についての確認状況, 3) 利用するツール, 4) 健康食品への対応で困ったことと適正使用のために把握しておきたい情報を調査した.

### 3. 分析方法

Excel (ver2206) を用いて集計を行った. 来局者で健康食品を使用している群, 使用していない群の比較における有意差検定は, フィッシャーの直接確率検定により行い,  $p < 0.05$  をもって有意差ありと判断した.

### 4. 倫理的配慮

北里大学研究倫理委員会において, 本研究は「人を対象とする医学系研究」に該当せず, 承認または付議不要と判断された.

アンケートの配布は, 回答に同意が得られた者のみに行い, アンケートの項目には個人を特定できる情報は含めなかった. また集まった回答データは鍵がかかった場所に保管した.

## 3. 結果

### 1. 回答者背景

来局者でアンケートに回答した 87 名の背景として, 30~40 歳代が全体の 60.9 % を占め, 女性の割合が 69.0 % だった (表 1).

薬剤師のアンケート回収率は 100 % であった. 薬剤師 6 名の勤務歴は 2 年以上 5 年未満が 2 名 (33.3 %), 10 年以上の者が 4 名 (66.7 %) であった. 5 名 (83.3 %) の薬剤師が勤務先で健康食品を取り扱っていると回答した (表 1).

表 1 対象者 (来局者・薬剤師) の背景

項目		来局者	薬剤師
		(n=87) 人数 (%)	(n=6) 人数 (%)
性別	男性	22 (25.3)	1 (16.7)
	女性	60 (69.0)	5 (83.3)
	無回答	5 (5.7)	0
年齢	19歳以下	1 (1.1)	0
	20歳代	4 (4.6)	2 (33.3)
	30歳代	31 (35.6)	2 (33.3)
	40歳代	22 (25.3)	0
	50歳代	13 (14.9)	1 (16.7)
	60歳代	8 (9.2)	1 (16.7)
	70歳以上	8 (9.2)	0
薬剤師としての勤務歴	2年未満		0
	2~5年		2 (33.3)
	5~10年		0
	10年以上		4 (66.7)
薬局での健康食品の取扱い	あり		5 (83.3)
	なし		1 (16.7)

### 2. 薬局来局者へのアンケート結果

#### 2.1. 健康食品と考える食品の種類と健康食品のイメージ

来局者 87 名のうち 74 % が青汁を健康食品と捉えており, 次いでビタミン剤 55 %, 納豆 55 %, 乳酸菌製品 45 % の順に多かった. また酵素類 43 %, ミネラル含有食品 41 %, 薬草茶 23 %, 疾患の予防や改善を行う食品 21 %, エキス類 16 %, ダイエット食品 15 %, 美容効果を宣伝した食品 13 %, ハーブ類 8 % であった.

来局者の健康食品に対する機能性や安全性に対するイメージを図 2 に示した. 健康食品の「適正量の摂取は安全である」に対し, 「そう思う」「ややそう思う」と 70 % が回答した. また「健康食品を医薬品と併用しても問題ない」について, 「そう思う」「ややそう思う」と 31 % が回答した. 健康食品を使用している群としない群では, 機能性や安全性 (適正量や過剰摂取, 医薬品との併用), 医薬品の代替と考えるかの健康食品をイメージするすべての項目において, 有意な差は認められなかった.

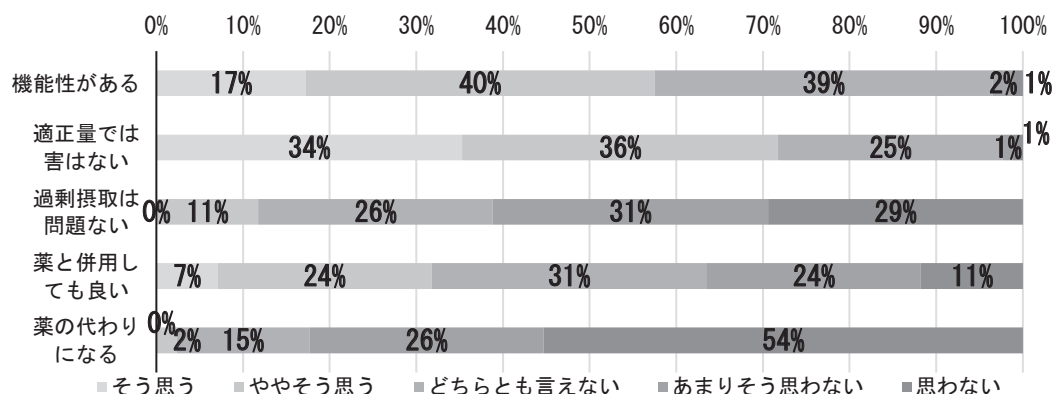


図2 来局者が考える健康食品のイメージ (n=87)

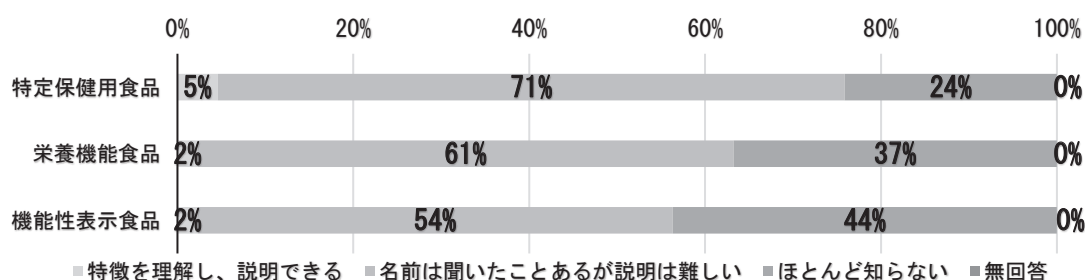


図3 来局者の保健機能食品（特定保健用食品，栄養機能食品，機能性表示食品）に関する知識 (n=87)

## 2.2. 保健機能食品の知識

保健機能食品の知識について自己評価してもらった結果、特定保健用食品、栄養機能食品、機能性表示食品のいずれにおいても、特徴を理解して説明できる者はほとんどいなかった(図3)。

## 2.3. 健康食品使用状況

実際に健康食品を使用している来局者は14名(16%)であり、健康食品16製品を摂取していた(複数回答あり)。

表2に来局者が摂取していると回答した健康食品16製品の概要と使用状況を示した。使用している健康食品は多岐にわたり、ニンニク含有食品(2製品)やビタミン剤(2製品)、乳酸菌製剤(2製品)など16製品が挙げられた。また一般用医薬品を健康食品として捉えている1件もあった。健康食品の使用目的は、健康食品16製品のうち健康維持のためと回答され

表2 来局者が摂取していると回答した健康食品16製品の概要と使用状況

項目	製品数 (%)
種類	ニンニク 2 (12.5) ビタミン 2 (12.5) 乳酸菌製剤 2 (12.5) DHA・EPA、オルニチン、難消化性デキストリン、セサミン、グルコサミン、コンドロイチン、スルフォラファン、納豆、ケルセチン配糖体、医薬品、不明
使用目的	健康維持 7 (43.8) 具体的な機能性のため 6 (37.5) 栄養補給 3 (18.8)
摂取量	表示量よりも少ない 2 (12.5) 表示量を守っている 13 (81.3) 表示量より多い 0
使用頻度	回答なし 1 (6.3) 月に20~30日 10 (62.5) 月に10~19日 5 (31.3) 月に10回未満 1 (6.2)
使用期間	6ヶ月未満 2 (12.5) 6ヶ月~1年 1 (6.3) 1年以上 13 (81.3)

健康食品を摂取していると回答した来局者14名 (n=16)のうち、2名は2種類の健康食品を使用していると回答した。%は来局者が摂取している健康食品として挙げた16製品に対する割合を示した。

たのが43.8%で最も多く、次いで具体的な機能性を期待したのが37.5%、栄養補給のためと回答されたのが18.8%だった。各健康食品は表示量、もしくは表示量よりも少ない量で摂取されており、過剰摂取していると回答したのはなかった。また「1年以上」継続して同じ健康食品を使用している割合は81.3%であった。健康食品の使用者14名のうち64.3%は医療用医薬品を併用しており、降圧剤3名や高コレステロール血症治療薬3名が最も多かった(表3)。降圧剤を服用していた者のうち2名は、相互作用が懸念される「ニンニク」成分を含む健康食品を併用していた。

来局者が健康食品や、健康食品と医薬品の相互作用に関して相談したい相手は、薬剤師64%、医師29%、サプリメントアドバイザー21%、看護師7%、栄養士7%であった。

### 3. 薬局薬剤師へのアンケート

#### 3.1. 健康食品全般のイメージと知識

薬剤師6名のうち4名(67%)が酵素類、ミネラル含有食品、青汁、疾患の予防や改善を行う食品を健康食品と捉えており、次いで3名(50%)がビタミン剤、ダイエット食品、エキス類を挙げた。また美容効果を宣伝した食品、乳酸菌製品、薬草茶が2名(50%)、納豆、ハーブ類が1名(17%)であった。健康食品の機能性、安全性については、共に「よく知っており説明できる」1名(17%)、「ある程度は説明できる」3名(50%)と回答し、「種類によって知識に偏りがある」が2名(33%)であった。相互作用については、5名(83%)がある程度は説明できているとしているが、1名(17%)は知識に偏りがあると回答した。

#### 3.2. 健康食品使用についての確認状況

来局者の健康食品の使用状況について、処方

表3 健康食品を摂取していると回答した来局者(n=14)の医薬品併用状況

項目	人数 (%)
併用医薬品	
あり	9 (64.3)
なし	2 (14.3)
不明	3 (21.4)
併用医薬品の内訳*	
降圧薬	3
脂質異常症治療薬	3
下剤	2
糖尿病治療薬、痛風治療薬、抗血栓薬	各1
胃粘膜保護薬、抗精神病薬、抗てんかん薬、造血薬、子宮用剤	

\*併用医薬品ありと回答した9名が使用している医薬品(複数回答)について、薬効分類ごとに使用人数を表示した

箋受付時に5名(83%)の薬剤師が、一般用医薬品販売時には3名(50%)の薬剤師が確認していたが、その頻度は「時々行う」5名(83%)、「初回来局時のみ」1名(17%)であった。確認内容については、健康食品の製品名を確認すると回答したのが4名(67%)、使用目的、使用頻度は各3名(50%)、医薬品の併用と回答したのは2名(33%)であった。

#### 3.3. 利用ツール

健康食品について情報収集する際に使用するツールは、全ての薬剤師が「インターネット」と回答し、3名(50%)が販売会社へ問い合わせを行う、1名(17%)が図書と答えた。

#### 3.4. 健康食品の対応で困ったことと適正使用のために把握しておきたい情報

健康食品の対応時に困ったこととして、4名(67%)が「適切な摂取量がわからない」、「機能性成分の知識が不足している」と回答し、3名(50%)が「医薬品との相互作用の情報や知識が不足している」、「患者への説明」を挙げた(図4)。今後把握しておきたい健康食品に関する情報として、全ての薬剤師が「相互作用が

ある医薬品」と答え、5名（83%）が「効果（機能性）」を選択した（図5）。

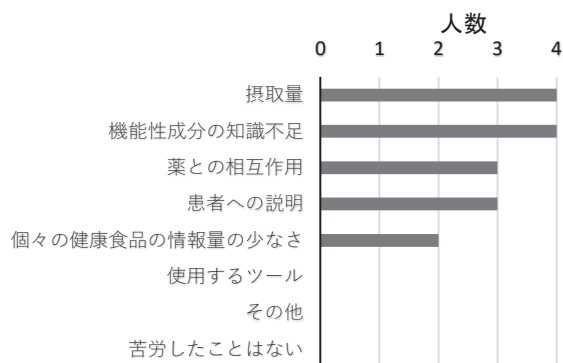


図4 薬剤師が健康食品に関する対応で今まで困ったこと（複数回答可）（n=6）

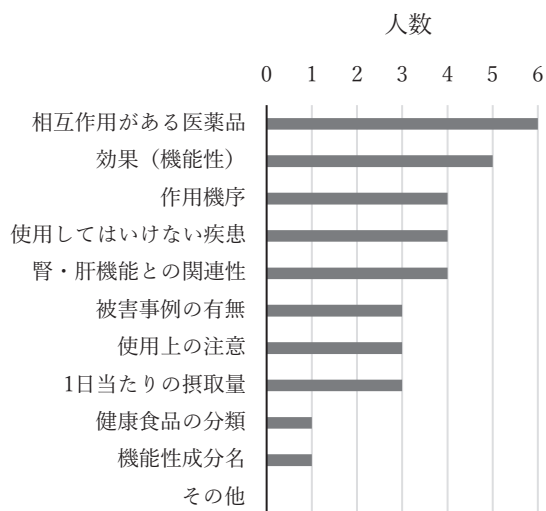


図5 来局者対応時に薬剤師が把握しておきたい健康食品に関する情報（複数回答可）（n=6）

#### 4. 考察

本研究では、薬局来局者の健康食品の使用実態と薬局薬剤師の対応の現状を明らかにした。

来局者が考える健康食品の種類と機能性や安全性へのイメージは様々であった。来局者の多くは青汁や納豆、乳酸菌製品などを健康食品として捉えており、疾病の予防や改善を謳っている食品を健康食品と認識している割合は少なかった。朝比奈らも、特に60歳以上の患者では、納豆やヨーグルトを健康食品と考

えている割合が高く、マルチビタミン剤などは健康食品と認識していないことを報告している<sup>9)</sup>。一方で、薬剤師は健康食品として納豆やヨーグルトを選択する割合は低く、健康食品に関する認識が薬剤師と患者間で違いがあることも報告している<sup>9)</sup>。本研究の調査では、保健機能食品に関する来局者の認知度も低いことが明らかになった。薬剤師が来局者対応時に「健康食品」というワードのみを使用すると、来局者と薬剤師がイメージしている健康食品に隔たりが生じ、適切な情報収集、情報提供を行うことができない可能性が示唆された。また、多くの来局者が健康食品の適正量の摂取は安全であると考えており、健康食品と医薬品を併用しても問題ないと考えている者も多く存在した。安全性と機能性が表示できる「保健機能食品」とそうではない「いわゆる健康食品」が混在し、健康食品に関する定義が曖昧<sup>4,6)</sup>なまま、その使用については利用者の判断に委ねられている現状が反映された結果と考える。

今回の調査で実際に健康食品を使用しているのは来局者の16%であり、健康維持の目的で摂取している製品の割合が多く、医薬品を併用している例も見られた。厚生労働省による令和元年国民健康・栄養調査報告では、男性30.2%、女性38.2%が健康食品を摂取しており、年齢では60歳代（男性34.1%、女性41.1%）が最も多かった<sup>10)</sup>。また生田らの研究でも、一般生活者3,000名の健康食品使用率は34.2%であることを報告している<sup>11)</sup>。本研究の対象者は30~40歳代が60%以上を占めているため、健康食品使用率が既出の報告より低下したと考える。実際に使用している健康食品は多岐にわたり、健康維持を目的とする場合が多かったが、厚生労働省の調査でも同様に、健康の保持・増進を目的としている割合が男性72.3%、女性70.6%で最も高く<sup>10)</sup>、先行調査と同様な結果が



得られた。生田らは、一般生活者を対象にした調査において、医療用医薬品を服用し、かつ健康食品を使用している者は 14.1 %であったことを報告している<sup>11)</sup>。今回の調査では、87名の来局者のうち健康食品および医薬品を使用している者は9名で、全体の 10.3%となった。先行研究が一般生活者を対象としているのに対し、本研究は薬局への来局者を対象にした調査であるため一概に比較することはできないが、既出の報告と大きな違いは見られなかった。併用薬では生活習慣病の治療薬が多く見られた。実際に使用している健康食品と医薬品に、潜在的な相互作用が確認された来局者 2名も含まれており、いずれも「降圧薬」と「ニンニク含有食品」の組合せであった。「健康食品」の安全性・有効性情報<sup>12)</sup>の情報データベースによると、ニンニクは降圧作用を有しており、降圧薬との併用で、血圧が過度に低下するリスクがある。健康食品・サプリ [成分] のすべて (Natural Medicines)<sup>13)</sup>による相互作用注意レベルは「高」、「中」、「低」3段階のうち「中」にあたり、「慎重な経過観察が必要」という評価となっている。今回の来局者に対する調査では、健康食品と医薬品を併用しても問題ないと考えている者は 31%であったが、先行研究で一般消費者を対象にした調査では、健康食品と医薬品を併用している人の 84.8%は、相互作用を心配していなかったと報告している<sup>11)</sup>。本研究は薬局への来局者を対象にしているため、医薬品との相互作用を気に留めている回答者が多かったことが推測される。近年では、市販されている健康食品の種類も多く、インターネットや SNS の普及に伴い海外の健康食品も容易に入手することができる。一般消費者が健康食品について正しい知識を持ち、適切に判断することは難しいが、治療中の疾患を有していたり、医薬品を服用している場合は、使用前に薬剤師

をはじめとする医療者に相談することが必要であり、本研究から、相談相手として薬剤師が適任と考えられていることが明らかになった。

一方、薬剤師の健康食品全般に関する知識も、必ずしも十分でないことが明らかになり、これまでの患者応対で困った経験や、今後把握しておきたい健康食品に関する情報も明らかになった。来局者への応対時に、健康食品の使用状況について確認はしているものの、一般用医薬品の販売時にはその頻度が低いことも示唆された。朝比奈らの報告でも、処方箋受付時に比べて一般用医薬品販売時では、健康食品の使用状況を確認していない薬剤師が多かった<sup>7)</sup>。健康食品の摂取量や成分の知識、相互作用の知識が不十分で、来局者の対応時に困った経験があることも伺えた。先行研究でも、薬局薬剤師の 88%は、医薬品と健康食品の相互作用の情報不足を感じていることが報告されている<sup>7)</sup>。しかしながら、薬剤師は今後の対応のためにも相互作用の情報を把握しておきたいと考えており、健康食品に関する対応に前向きな姿勢が伺えた。

健康食品の適正使用のためには、薬剤師がより積極的に来局者から情報収集を行うことで使用状況を把握し、医薬品との相互作用をはじめ情報を提供していくことが求められる。次々に発売される健康食品に関する膨大な情報をすべて把握することは不可能に近く、現在利用することができるツールも限られている。その中で、汎用されている健康食品をリストアップしたり、疾患毎に使用すべきではない健康食品や、治療薬との相互作用が懸念される健康食品とその組合せを一覧にするなど、疾患からアプローチする早見表やデータベースの作成と活用も考慮すべきと考える。その一方で、健康食品、保健機能食品をめぐる本邦の制度や法律を整備していくことも必要かもしれない。

本研究の限界は、少数の限定された薬局で調

査を実施し、対象とした来局者、特に薬剤師の人数が少ないことである。また来局者については、アンケートの回答に同意が得られた者のみ対象としているため、来局者全体に対するアンケート回収率が明らかになっておらず、また回答者バイアスが生じていることが考えられる。しかしながら先行研究と同様な結果も得られており、併せて来局者の保健機能食品に関する認知度の低さや健康食品の安全性に関する意識、薬剤師が健康食品について把握しておきたい情報など新たな知見も得られたと考える。

### 利益相反

開示すべき利益相反関連事項はない。

### 引用文献

- 1) 矢野経済研究所:プレリリース健康食品市場に関する調査を実施(2023年), [https://www.yano.co.jp/press-release/show/press\\_id/3235](https://www.yano.co.jp/press-release/show/press_id/3235), 2023年5月18日アクセス.
- 2) 消費者庁:健康食品に関する景品表示法及び健康増進法上の留意事項について(一部改訂), [https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant\\_advertisement/assets/representation\\_cms214\\_221205\\_01.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/representation/extravagant_advertisement/assets/representation_cms214_221205_01.pdf), 2023年5月18日アクセス.
- 3) 独立行政法人 国民生活センター:消費生活相談データベース(PIO-NET), <https://datafile.kokusen.go.jp/>, 2022年7月13日アクセス.
- 4) 厚生労働省:保健機能食品制度, <https://www.mhlw.go.jp/topics/2002/03/dl/tp0313-2a.pdf>, 2023年5月18日アクセス.
- 5) 厚生労働省:e-GIM,健康食品, 2022/11/26最終更新, [https://www.ejim.ncgg.go.jp/doc/index\\_food.html](https://www.ejim.ncgg.go.jp/doc/index_food.html), 2022年7月13日アクセス.
- 6) 消費者庁:健康食品,2018,4,6最終更新, [https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/food\\_safety/food\\_safety\\_portal/health\\_food/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/food_safety/food_safety_portal/health_food/), 2022年7月13日アクセス.
- 7) 朝比奈泰子,堀里子,大谷壽一,澤田康文,患者の健康食品使用に関する薬剤師の行動実態調査,医療薬学, **35**, 685-692(2009).
- 8) 野田敏宏,新敷祐士,安西恵子,川崎啓子,栗原智仁,高市和之,高野紀子,中村峰夫,西野健三,山田和也,平井みどり,田崎嘉一,松原和夫,吉山友二,井関健,薬剤師によるサプリメント説明における来局患者の期待と説明実態との間の大きなギャップ,日本プライマリ・ケア連合学会誌, **36**, 93-98(2013).
- 9) 朝比奈泰子,堀里子,澤田康文,「健康食品」の意味と安全性についての患者,医師,薬剤師の認識,薬学雑誌, **130**, 961-969(2010).
- 10) 厚生労働省:令和元年国民健康・栄養調査報告,2020/12最終更新, [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryoku/kenkou/eiyoku/r1-houkoku\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/eiyoku/r1-houkoku_00002.html), 2022年7月19日アクセス.
- 11) 生田智樹,三浦健,篠塚和正,健康食品・サプリメントと医薬品の飲み合わせに関する意識調査,薬学雑誌, **139**, 1463-1470(2019).
- 12) 国立健康・栄養研究所:「健康食品」安全性・有効性情報(HFNet), 2022/7/19最終更新 <https://hfnet.nibiohn.go.jp/>, 2022年7月19日アクセス.
- 13) 日本医師会,日本歯科医師会,日本薬剤師会総監修,田中平三,門脇孝,久代登志男,篠塚和正,山田和彦,松本吉郎,尾崎治夫,渡邊和久監訳,一般社団法人日本健康食品・サプリメント情報センター(Jahfic)編集,「健康食品・サプリ[成分]のすべて ナチュラルメディスン・データベース 日本対応版<第6版>」,同文書院,東京,2019, pp.785-789.