慶應義塾大学学術情報リポジトリ
Keio Associated Repository of Academic resouces

Title	便秘の実態と便秘薬服用の問題点：第2報
Sub Title	Constipation and the problems of taking constipation drugs : report No. 2
Author	福島, 紀子(Fukushima, Noriko) 新井, 雅恵(Arai, Masae) 藤本, 久実(Fujimoto, Kumi) 山川, 聡子(Yamakawa, Satoko) 吉澤, 直子(Yoshizawa, Naoko)
Publisher	共立薬科大学
Publication year	1992
Jtitle	共立薬科大学研究年報 (The annual report of the Kyoritsu College of Pharmacy). No.37 (1992.) ,p.9- 15
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	原報
Genre	Technical Report
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00062898-00000037-0009

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

共立薬科大学
Ann, Rept. Kyoritsu
Coll. Phrm.

便秘の実態と便秘薬服用の問題点

——第 2 報——

福島紀子，新井雅恵，藤本久実，山川聡子，吉澤直子

Constipation and the Problems of Taking Constipation Drugs

——Report No. 2——

Noriko FUKUSHIMA, Masae ARAI, Kumi FUJIMOTO,
Satoko YAMAKAWA and Naoko YOSHIZAWA

It is generally said that more women suffer from constipation than men.

We conducted a survey of different age groups to find out the facts about constipation and its related problems.

We observed that particularly women in their 20 s and 30 s have constipation problems. Young women who have a desire to lose weight tend to be constipated, and there was a higher tendency to take constipation drugs in this group. It seems that they believe these drugs may have an effect on weight control.

Commercial films of constipation drugs may have different influences on young women, depending on their experiences of constipation problems and their strong desire to lose weight.

1. はじめに

便秘になる人は男性より女性に多いといわれている[1)—3)]。さらに筆者らの調査から特に女性の 20, 30 歳代に多く，また痩せたいと思ったことのある人に便秘経験者が多く，便秘薬服用率も高い傾向がみられた。つまり女性の痩せたいと思う気持ちが，痩せるための便秘薬服用に結び付いていることが推測された[4)]。また便秘薬のコマーシャルを見ての感想でも便秘の経験や，痩せ願望の有無により関心度に相違がみられた。痩せ願望は現在低年齢化していると言われており，便秘経験や，便秘薬服用の予備軍が生まれている可能性も考えられる。そこで女性のみを対象者として，年齢を小学生（5, 6 年生）・中学 3 年生・高校 3 年生・成人（大学 4 年生・OL）と分けることによって，便秘を意識しはじめたり痩せたいと思い始めるのは何歳位からなのか，またコマーシャルが気になり出すのは何歳ぐらいなのかを調査し，現代の若者の傾向を考察した。

2. 調査対象者と方法

調査対象は女性に限り，年齢は小学 5, 6 年生・中学 3 年生・高校 3 年生・成人は 22 歳～24 歳とし，小・中・高生は岡山県の T 市と神奈川県の Y 市にある学校の在校生で，成人については東京都内近郊にある大学，オフィスに通っている大学生・OL とした。小中高生はいずれも公立の学校に依頼し，調査表を配布し担当の先生に授業時間内に実施して頂いた。大学生・OL については郵送法により調査した。

実施期間は 1991 年 8 月～ 11 月で有効回答者数および回収率は表 1 の通りである。

表1 回答者の年齢別構成

	人数
小学生	222(100.0)
中学生	249(100.0)
高校生	210(100.0)
成人	165(58.1)
合計	846

( ) 内は回収率

表2 便秘になったことがあるか ( ) =%

	いつも	時々	たまに	全くない	無回答	計
小学生	3 (1.4)	14 (6.3)	71 (32.0)	128 (57.7)	6 (2.7)	222 (100.0)
中学生	12 (4.8)	40 (16.1)	102 (41.0)	93 (37.3)	2 (0.8)	249 (100.0)
高校生	32 (15.2)	57 (27.1)	74 (35.2)	44 (21.0)	3 (1.4)	210 (100.0)
成人	29 (17.6)	39 (23.6)	73 (44.2)	21 (12.7)	3 (1.8)	165 (100.0)
全体	76 (9.0)	150 (17.7)	320 (37.8)	286 (33.8)	14 (1.7)	846 (100.0)

3. 調査結果

1) 便秘の実態

「便秘になったことがあるか」という質問をした結果を学年別に見たものを表2に示した。「いつも」「時々」「たまに」を合わせた，すなわち便秘経験者の割合は全体で64.5%おり，年齢が上がるにつれ増加している。

今回の調査で，通常の排便の様子を聞くために，一日の排便回数，便の状態，排便にかかる時間，排便後のすっきり感について質問した。それぞれの回答結果を，便秘の定義として言われている[5]「排便回数4日以上に1回」[6]「便の様子硬い」[7]「排便時間7～10分以上」[8]「排便後あまりすっきりしない」[7]の1つでもあてはまる人は「便秘になりやすい」とし，それ以外の人は「便秘になりにくい」と判定した。その結果を表3に示したが，便秘になりやすい人の割合は全体で18.7%となり，年齢別にみると高校生，成人が，小・中学生に比べ値が高くなった。さらに前述の「便秘になったことがあるか」という質問と，この判定結果の関係を表4に示した。

「便秘になりやすい」と判定された人は便秘の症状として「いつも」，「時々」を選んでいる人が多く61.8%であり，「便秘になりにくい」と判定された人では19.0%と低い値であった。

2) 痩せ願望

痩せている人が実際にどれくらいいるのかを調べるにあたり，調査表に記入してもらった身長・体重をもとに，文部省の学校保健統計調査で行われている体型の判定方法を使用し判定を行った[9]。

この判定法は高校生までの判定法であるが，成人にも適用した。成人を対象とした判定法には

表3 便秘の判定

	便秘になりにくい	便秘になりやすい	無回答	合計
小学生	177 (79.8)	30 (13.5)	15 (6.8)	222 (100.0)
中学生	198 (79.5)	39 (15.7)	12 (4.8)	249 (100.0)
高校生	153 (72.9)	49 (23.3)	8 (3.8)	210 (100.0)
成人	118 (71.5)	40 (24.2)	7 (4.2)	165 (100.0)
全体	646 (76.4)	158 (18.7)	42 (5.0)	846 (100.0)

表4 便秘の判定と便秘症状の関係

便秘症状	小学生	中学生	高校生	成人	合計
(自覚)	判定の結果便秘になりにくい				
いつも	0(0.0)	4(2.0)	12(7.9)	8(6.8)	24(3.7)
時々	7(4.0)	31(15.7)	35(23.2)	25(21.2)	98(15.3)
たまに	56(31.8)	82(41.6)	66(43.7)	67(56.8)	271(42.2)
全くない	113(64.2)	80(40.6)	38(25.2)	18(15.8)	249(38.8)
計	176(100.0)	197(100.0)	151(100.0)	118(100.0)	642(100.0)
	判定の結果便秘になりやすい				
いつも	2(6.7)	8(21.1)	20(40.8)	20(50.0)	50(31.8)
時々	5(16.7)	8(21.1)	21(42.9)	13(32.5)	47(30.0)
たまに	11(36.7)	12(31.6)	4(8.2)	4(10.0)	31(19.7)
全くない	12(40.0)	10(26.3)	4(8.2)	3(7.5)	29(18.5)
計	30(100.0)	38(100.0)	49(100.0)	40(100.0)	157(100.0)

表5 体型の判定（客観的な体型）

	太っている	やや太っている	普通	やや痩せている	痩せている	無回答	計
小学生	14 (6.3)	15 (6.8)	115 (51.8)	55 (24.8)	10 (4.5)	13 (5.9)	222 (100.0)
中学生	9 (3.6)	8 (3.2)	143 (57.4)	67 (26.9)	7 (2.8)	15 (6.0)	249 (100.0)
高校生	0 (0.0)	9 (4.3)	125 (59.5)	57 (27.1)	6 (2.9)	13 (6.2)	210 (100.0)
成人	0 (0.0)	5 (3.0)	82 (49.7)	62 (37.6)	3 (1.8)	13 (7.9)	165 (100.0)
全体	23 (2.7)	37 (4.4)	465 (55.0)	241 (28.5)	26 (3.1)	54 (6.4)	846 (100.0)

BMI 指数より肥満度を算出する方法があるが，この方法で高校生・成人の判定を行うと，判定結果にずれが生じ，小学生からの相関を見ることが出来ない。そこで今回は身長の発育がほぼ停止するのは16～17歳，体重の発育量が0となるのは17歳頃といわれているため[10]，小学生から成人まで前者の判定基準に従って結果を進めていく。年齢別の結果を表5に示す。小学生に太っていると判定された人（太っている，やや太っているを含む）が13.1%で一番多く，成人になるにつれて痩せていると判定された人（痩せている，やや痩せているを含む）が増加した。

次に自分の体型をどう思っているかという質問をし，主観的な結果と客観的な判定結果を比較すると，どの年齢においても判定結果よりも太っていると思っている人が多い。特に中学生は6.8%，高校生は4.3%の人が太っている（やや太っている人を含む）と判定されたはずであるのに，主観的になると中学生では57.0%，高校生では54.3%の人が太っている（やや太っているを含む）と思っている結果であった。

痩せたいと思ったことのある人の割合は全体では76.0%であり，年齢別にみると小学生60.6%，中学生81.3%，高校生86.1%，成人83.5%という結果となり，中学生から特に増えていることがわかった。痩せたいと思ったことのある人に「あと何kg痩せたいか」という質問

表6 本当に痩せたらどんな体型になるか

	太っている	やや太っている	普通	やや痩せている	痩せている	計
小学生	1 (0.8)	5 (4.2)	48 (40.7)	40 (33.9)	24 (20.3)	118 (100.0)
中学生	0 (0.0)	3 (1.6)	67 (36.4)	88 (47.8)	26 (14.1)	184 (100.0)
高校生	0 (0.0)	0 (0.0)	37 (22.7)	110 (67.5)	16 (9.8)	163 (100.0)
成人	0 (0.0)	0 (0.0)	26 (21.0)	90 (72.6)	8 (6.5)	124 (100.0)
全体	1 (0.2)	8 (1.4)	178 (30.2)	328 (55.7)	74 (12.6)	589 (100.0)

回答者は痩せたいと思ったことのある人で痩せたい体重を書いた人である

表7 便秘の判定と痩せ願望の関係

判定の結果	便秘症状	(人)	痩せ願望あり(人)	%
便秘になりにくい	いつも	24	22	91.7
	時々	98	85	86.7
	たまに	271	202	74.5
	全くなし	249	157	63.1
便秘になりやすい	いつも	50	45	90.0
	時々	47	41	87.2
	たまに	31	27	87.1
	全くなし	29	24	82.8

表8 便秘症状のある人における痩せ願望の有無と便秘薬服用率の関係

	便秘症状		便秘薬服用者	%
痩せ願望あり	いつも	69	41	59.4
	時々	132	49	37.1
	たまに	244	50	20.5
	合計	445	140	31.5
痩せ願望なし	いつも	7	3	42.9
	時々	20	7	35.0
	たまに	72	10	13.9
	合計	99	20	20.2

を行い，それだけ痩せたらどんな体型になるのかを先の判定基準に従って算出した。その結果を表6に示した。高校生，成人でやや痩せている状態になりたい人が多くみられた。

痩せ願望の有無と便秘症状との関係をみると，痩せ願望のある人（634名）の中で，便秘になったことのある人は70.2%，痩せたいと思ったことのない人（191名）の中で，便秘になったことのある人51.8%であった。また先に述べた便秘の判定において「便秘になりやすい」「便秘になりにくい」と判定された者に対して，実際に便秘になったことがある人とない人に分け，その中で痩せ願望のある人を表7に示した。これより「便秘になりやすい」と判定された人は，便秘症状の有無に関わらず痩せ願望が強いことが示されたが，「便秘になりにくい」と判定されたが，便秘症状が強いと思っている人ほど痩せ願望の割合が高くなった。

3) 便秘薬服用者の背景

便秘症状になった時に便秘薬を服用したことがあるかという質問に対しては小学生18.2%，中学生17.8%，高校生26.4%，成人49.3%という結果となり年齢が上がるにつれて服用者の割合も増加している。次に便秘症状がある人でも痩せ願望の有無で便秘薬の服用率に差があるかを調べた結果を表8に示した。痩せたいと思ったことのある人での服用率は31.5%，痩せたいと思ったことのない人では20.2%となり差がみられた。さらに便秘の判定で「便秘になりにくい」と判定されたが便秘になったことのある人の便秘薬服用率を表9に示したが，便秘症状が強いと思っている人ほど服用率も増加している。判定による客観的な体型から便秘薬の服用者をみると，太っている（やや太っている人を含む）64人の便秘薬服用率の割合が56.6%と最も高かった。

表9 判定結果による便秘薬服用率

判定の結果	便秘症状		便秘薬服用者	%
便秘になりにくい	いつも	24	12	50.0
	時々	98	32	32.7
	たまに	271	52	19.2
	合計	393	96	24.4

表10 コマーシャルの感想（複数回答）

選択肢	小学生	中学生	高校生	成人	計
美しくなるような気がする	8 (3.8)	5 (2.1)	0 (0.0)	3 (1.8)	16 (2.0)
痩せるような気がする	5 (2.4)	18 (7.5)	7 (3.4)	9 (5.5)	39 (4.8)
腸の中がきれいになる	7 (3.3)	21 (8.8)	29 (14.0)	27 (16.6)	84 (10.2)
運動しなくてはと思う	13 (6.2)	12 (5.0)	9 (4.3)	11 (6.7)	45 (5.5)
毎日飲んでも大丈夫	2 (1.0)	6 (2.5)	1 (0.5)	4 (2.5)	13 (1.6)
よく効きそうな気がする	16 (7.6)	25 (10.4)	27 (13.0)	31 (19.0)	99 (12.1)
効かないような気がする	47 (22.4)	23 (9.6)	29 (14.0)	14 (8.6)	113 (13.8)
飲むべきでないと思う	31 (14.8)	41 (17.1)	58 (28.0)	54 (33.1)	184 (22.4)
便秘薬では痩せないと思う	18 (8.6)	27 (11.3)	35 (16.9)	39 (23.9)	119 (14.5)
関心がない，覚えていない	100 (47.6)	136 (56.7)	83 (40.1)	41 (25.2)	360 (43.9)
有効回答者数	210	240	207	163	820

有効回答者は無回答者を除く人数である。

4) コマーシャルの影響

便秘薬のコマーシャルをみてどう思うかという質問について，年齢別の結果を表10に示す。全体でみると「関心がない，覚えていない」と回答した人の割合が最も多かったが，小学生47.6%，中学生56.7%が関心をもっていない結果であった。しかし成人になるとこの値が25.2%に減少した。「よく効きそうな気がする」という回答は年齢が上がるにつれて増加したが，「飲むべきではない」「便秘薬では痩せられない」といった回答も同じ傾向がみられた。薬の作用とは少し違うと思われる「美しくなるような気がする」「痩せるような気がする」「腸の中がきれいになる」「運動しなくてはと思う」「毎日飲んでも大丈夫」の感想についてまとめてみると，全体では24.0%になり，中学生では25.8%，成人では33.1%となった。

また便秘の判定で「便秘になりやすい」「便秘になりにくい」と判定された人での便秘症状の有無によるコマーシャルの感想を調査したものを表11に示した。「関心がない，覚えていない」という感想はどちらの場合も便秘症状のない人に高くなった。「よく効きそうな気がする」と感じる人は，やはり便秘症状のある人であったが「飲むべきではない」「便秘薬では痩せない」と感じる人も便秘症状のある人であった。

表11 便秘の判定とコマーシャルの関係（複数回答）

判定の結果		便秘になりにくい		便秘になりやすい	
便秘症状		あり	なし	あり	なし
CMの感想	よく効きそうな気がする	52 (13.6)	24 (9.8)	18 (14.4)	1 (3.4)
	効かないような気がする	38 (9.9)	45 (18.3)	21 (16.8)	3 (10.3)
	飲むべきでないと思う	101 (26.4)	43 (17.5)	29 (23.2)	3 (10.3)
	便秘薬では痩せないと思う	58 (15.2)	29 (11.8)	25 (20.0)	2 (6.9)
	関心がない，覚えていない	166 (43.5)	118 (48.0)	39 (31.2)	18 (62.1)
有効回答者数		382	246	125	29

有効回答者は無回答者を除く人数である。

4. 考　察

1)　便秘の実態・痩せ願望

便秘になったことのある人は全体で64.5%であったが，小学生では39.7%であり，中学生で61.9%と急に増加しその後も年齢が上がるにつれ増加していた。小学校5年生頃から女性徒に限り便秘が始まるのは，初潮との関係が深いという報告があり[12]，今回の調査結果での便秘の実態にも当てはまるのではないかと思われる。普段の便の様子から判定を行った結果をみると便秘になりやすい人は全体で18.7%にすぎない。そして「便秘になりにくい」と判定されていても便秘になったことがある人が61.2%おり，その中でいつも，時々便秘である人が19.0%いた。そしてこの割合は年齢があがるにつれて増加した。このことから年齢があがるにつれて実際には便秘ではないのに便秘であると思い込んでいる人が増えるのではないかと推測される。

痩せ願望についてみるとこれも中学生より明らかに増加していた。しかし実際の体型を文部省の学校保健統計調査により判定してみると痩せている人（やや痩せている人を含む）は成人になってからが多くみられた。細い体をより細くしたいという気持ちは中学生ごろから特に強く現れるが，客観的な体型として痩せている人が多いのは成人になってからのようである。この痩せ願望について便秘との関連をみてみると，痩せたいと思ったことのある人ほど便秘経験者の割合が多い結果であった。

2)　便秘薬服用の問題点・コマーシャルの影響

便秘薬服用者は年齢があがるにつれて増加していたが，特に成人から増加した。そしてコマーシャルの関心度もそれに対応し成人から高くなった。また便秘症状があっても痩せたいと思ったことのある人の方が服用率が高くなった。判定の体型からみると，太っている人の服用率が56.6%と最も高くなった。つまり痩せたいと思う気持ちが便秘薬の服用率をより高くしているのではないかと思われる結果であった。

コマーシャルを見ての感想は「飲むべきでない」「便秘薬では痩せない」を選んでいる人が，年齢とともに増加し，薬についてある程度正しく認識しているように見えるが低い割合であった。しかし「よく効きそうなきがする」という意見も成人で増加しており，実際には服用率は増加している結果となった。小学生や中学生，高校生に対して直接的にはコマーシャルの影響は見られなかったが，便秘薬のコマーシャルの放映時期をみても体型の気になり出す春から夏にかけて集中しており，便秘をすると太るような印象を与え，便秘薬を服用すると痩せるようなことを示唆する放映には問題があるといえる。

5. 結　論

女性の10歳代から20歳代前半を対象とした基礎調査を行ったわけであるが，便秘になったことのある人は，中学生より増加しており，便秘を意識するのは小学校高学年から，中学3年生の間であると推測された。また痩せたいと思ったことのある人も中学生より急激に増加しているが，小学生でも高い割合を示しており，痩せ願望は小学生まで浸透していることが伺えた。また便秘薬の服用率は成人になってから高くなり，それに相関してコマーシャルの関心度も高くなっていた。前報告同様痩せ願望のある人に便秘経験者が多くみられ，痩せ願望と便秘薬服用率にも関係がみられた。痩せ願望が低年齢化していることは，便秘経験者が増える可能性もあり，便秘の正しい知識を提供する必要があると考える。

6. 引用文献

1) 藤好建史他：市販の便秘薬の実態調査　日医新報　3267：32—34，1986
2) 高野正博：便秘症患者の分析　日本大腸肛門病会誌　43：473—479，1990
3) 平塚秀雄：女性と便秘　日本大腸肛門病会誌　43：1070—1076，1990
4) 福島紀子他：社会薬学，10：35—42，1991
5) 村上義次：便秘の定義と疫学，便秘と下痢（名尾良憲編），pp. 1—4，ライフ・サイエンス出版，1984
6) 名尾良憲：総論（内科）診断と治療・64巻10号，1976
7) 平塚秀雄：便秘の診断と治療　診断と治療・第78巻・7号，1990
8) 「子供の食生活と排便に関する調査」昭和63年4月　ヤクルト本社
9) 平成2年度学校保健統計調査報告書　文部省大臣官房調査統計企画課
10) 松浦義行：体力の発達（朝倉書店）1986
11) 1991/92　日本子ども資料年鑑「地域区分別肥満傾向児と痩身傾向児の割合」（平成元年度）日本総合愛育研究所編
12) 田代眞一：月刊薬事 Vol. 31，No. 11，1989