

AMCoR

Asahikawa Medical University Repository <http://amcor.asahikawa-med.ac.jp/>

CAMPUS HEALTH (2012.05) 49巻3号:85～90.

一人暮らし学生のセルフメディケーションのための準備状況

大見広規, 澤本佳奈, 石川弘枝, 村中弘美, 難波まき, 播本
雅津子, 舟根妃都美, 結城佳子, メドウズ・マーチン, 寺山
和幸

[原著]

一人暮らし学生の セルフメディケーションのための準備状況

大見 広規 澤本 佳奈 石川 弘枝 村中 弘美
難波 まき 播本雅津子 舟根妃都美 結城 佳子
メドウズ・マーチン 寺山 和幸

CAMPUS HEALTH, 49 (3), 85-90, 2012

要旨：2009年度に一人暮らし新入生の体温計等の医療器具、バンソウコウ等の医療用消耗品、一般用医薬品（OTC）の準備状況を調査した。次年度以降入学予定者には入学前に、セルフメディケーションのために必要な物品を具体的に例示した文書を配布した。その効果と入学後の教育の効果を調査した。

対象は2009, 10, 11年度度に栄養, 看護, 社会福祉学科に入学した学生のうち、保護者もとを離れ一人暮らしをしている者とした。それぞれ、1年次に性別等の属性、医療器具、医療用消耗品、OTCを何品目用意しているかについて質問した。2011年度には、1, 2, 3年次を対象にOTCに関する知識と、使用状況について質問した。

新入生に対する調査では、59.5%から回答を得た。用意していた医療器具、医療用消耗品、OTCの品目数は看護学科の学生がいずれも有意に多かった。また、2009年度入学生に比べ、2010, 11年度入学生はOTCの品目数が有意に多かった。2011年度のOTCについての調査では69.0%から回答を得た。2009, 10, 11年度入学生は、それぞれ3, 2, 1年生となっているが、薬理学履修学生はOTCに関する知識が有意に高かった。しかし、使用や保管に関する注意事項の遵守は履修していない者と差がなかった。

大学保健管理部門ではサービスに限界があるため、学生のセルフメディケーションを、健康教育などを通じ進めることが求められる。

キーワード：一人暮らし学生、セルフメディケーション、医療器具、医療用消耗品、一般用医薬品

はじめに

2009年度にはインフルエンザA(H1N1)2009がパンデミックとなり、本学でも多くの学生が罹患した。この間、多くの学生の相談があったが、体温計を所持していないため体温の測定ができない学生がいることに気づかされた。本学では90%以上の学生が保護者のもとを離

れ、アパート、下宿、寮から通学している。このような状況の中では、学生が自らの健康管理（セルフメディケーション）のために、医療器具（体温計等）、医療用消耗品（バンソウコウ等）、一般用医薬品（OTC）をある程度準備している必要がある。そこで、2009年度入学生には1年次に医療器具、医療用消耗品、OTCを

何品目用意しているかなどについての調査を実施した。2010, 11年度入学予定者には入学前に、セルフメディケーションのために必要な医療器具、医療用消耗品、医薬品を具体的に記載した文書を配布し、各入学年次に2009年度入学生と同じ調査を行うことで、入学前に配布した文書の効果をみた。

OTCについては単に準備しているだけではなく、適正な選択、購入のための知識や使用上の注意点をわきまえている必要がある。そこで、2011年度に1年生(2011年度入学生)、2年生(2010年度入学生)、3年生(2009年度入学生)を対象に、OTCについての知識と使用上の注意点をどの程度認識し、実行しているかについて調査を行った。

対象と方法

A. 対象

2009, 10, 11年度入学生451名のうち、保護者のもとを離れ、アパート、下宿、寮から通学している学生410名(男性86名中73名, 女性365名中337名)を対象とした。

B. 1年次に対する調査(2009, 10, 11年度調査)

対象を保護者のもとを離れ、一人暮らしで、アパート、下宿、寮から通学している本学保健福祉学部(栄養・看護・社会福祉学科)の2009, 10, 11年度入学の1年生とし、1年次の期間に調査を実施した。性別などの属性、医療器具・医療用消耗品・OTCの準備品目について質問した。2010, 11年度入学者には入学前に、健康管理についての注意点と、表1に示す一人暮らしの際には用意しておくべき医療器具や医薬品などの具体的な商品名を記載した文書を、入学手続きの書類と同時に送付した。調査では配布した文書についての評価も質問した。

C. 1, 2, 3年生に対する調査(2011年度調査)

対象は上記と同様の学生であるが、調査は2011年度に実施したので、1年生(2011年度入学生)、2年生(2010年度入学生)、3年生(2009年度入学生)である。性別などの属性、薬理学履修の有無、OTCについての知識、使用や保管法の遵守について質問した。

D. 質問紙の配布、回収、統計学的検討、倫理的配慮

調査は質問紙法で行い、質問への回答を選択肢で示して該当する番号を選択させた。回答

表1 2010, 2011年度入学予定者に送付した用意すべきもののリスト

○書類等 健康保険証(遠隔地被保険者証):特に下宿・寮・アパートから通学予定の学生さん 治療中の病気の紹介状:治療中の病気がある場合 保健福祉センターへ 名寄市内の病院に転院する場合は病院へ
○常用薬 治療中の病気がある場合は医療機関で処方された薬 体調が悪いときによく使う薬
○医療器具 体温計 アイズノン 湯たんぽ(生理痛には温めることが効果的です) 爪切り、とげ抜き、虫眼鏡
○医療用消耗品 一般的な応急バンソウコウ(サビオ、カットバン等) 湿潤療法用バンソウコウ(キズパワーパッド、バイオパッド等) 不織布の使い捨てマスク 使い捨て冷却シート(ヒュピタ、熱さまシート等) 使い捨てカイロ(ホッカイロ、桐灰、ホカロン等) テーピング類(ただし、運動クラブなどで使った経験がある人のみ)
○一般医薬品 総合感冒薬(パブロン、コンタック、葛根湯等) 解熱鎮痛薬(バツファリン、イブ、ロキソニン等) 胃腸薬(アスコバン、ピオフェルミン等) 乗り物酔い止め(トラベルミン等) 軟膏 虫刺され薬(ムヒS等) 湿布薬(サロンパス、バテックス等) 虫除けスプレー、スプレー殺虫剤 日焼け止めクリーム

は無記名で回答用マークシートに記入させ回収した。マークシートはマークシートリーダーで読み取り、エクセルまたはSPSSのファイルにした。統計学的な検討にはDr. SPSS II for Windows 11.0.1Jを用いた。

質問紙には、調査の趣旨のほか、無記名であるので個人がどのように回答したかを特定できないこと、回答は任意であり無回答でも不利益を受けないことを明記した。なお、本調査は本学倫理委員会の承認を受けた。

結果

A. 1年次に対する調査:2009, 10, 11年度調査

244名から回答を得た(回収率:59.5%)。2009~2010年度調査全体では79.0%が自分用の体温計を所持しており、その97.2%は腋下式電子型の体温計であった。なお、年度による所持率の間には統計学的な有意差はなかった。その他の医療器具の準備は少なかった。(表2)。性別にみると、女性のほうが体重計と体重計つき体脂肪計を所有している割合が高かった。学科でみると、看護学科の学生は体温計、アイズノンを用意している割合が他学科の学生より高く、栄養学科の学生は体重計つき体脂肪計と歩数計を所有している割合が高かった。年度別にみると2009年度は血圧計を所持している学生が多かった。一般的な応急バンソウコウは95.9%が準備していた。不織布使い捨てマスク、使

い捨て冷却シート, 使い捨てカイロは半数以上が準備していた。OTC では解熱鎮痛薬, 総合感冒薬, 胃腸薬, 湿布など基本的な医薬品は半数以上で用意がされていた。これら OTC の各品目ごとにもみると, 看護学科の学生は用意している割合が他学科の学生より高かった。虫刺され薬, 消毒薬, 湿布薬は年度により用意している割合に差があった。2010, 11年度入学者には入学前に配布した文書についての評価も質問した。文書を見て53.4%が「新たに用意したものがある」と回答していた。また, 75.6%はリス

トが「たいへん役に立った」「かなり役に立った」と回答していた。

属性と所持している医療器具, 医療用消耗品, OTC の品目数について検討した。医療器具としてあげた9品目の所持を学科別にみると, 看護学科の学生は栄養学科の学生に比べ, 有意に所有品目数が多かった(表3)。消耗品5品目の準備を学科別にみると, 看護学科の学生は他学科の学生に比べ, 有意に所持品目数が多かった。OTC10品目の準備を学科別にみると, 看護学科の学生は他学科の学生に比べ, 有意に所持品目数が多かった。

表2 医療器具, 医療用消耗品, OTC を所持・用意している割合

回答者数	品目	2009年度	2010年度	2011年度	年度間の比率の差 Fisher 正確率検定
		35 男5, 女30	95 男19, 女76	114 男15, 女99	
医療器具	体温計	87.5	78.9	76.6	ns
	体重計	25.7	29.5	19.2	ns
	体脂肪計	2.9	4.2	0.0	ns
	体重計つき体脂肪計	20.0	13.7	15.2	ns
	血圧計	11.4	1.1	0.0	0.0008
	歩数計	10.7	24.7	15.5	ns
	湯たんぽ	38.7	29.5	30.0	ns
	氷枕	6.5	17.5	16.7	ns
	アイスノン	28.1	46.3	33.7	ns
	医療用消耗品	一般的な応急バンソウコウ	94.3	96.8	95.6
湿潤療法用バンソウコウ		11.4	15.6	22.1	ns
不織布の使い捨てマスク		68.6	65.3	69.9	ns
使い捨て冷却シート		57.1	56.8	46.9	ns
使い捨てカイロ		60.0	54.7	56.1	ns
一般用医薬品	総合感冒薬	45.7	62.1	55.8	ns
	漢方薬	17.1	12.6	17.7	ns
	解熱鎮痛薬	65.7	62.1	69.9	ns
	胃腸薬	45.7	58.9	59.3	ns
	乗り物酔い止め	14.3	26.3	28.3	ns
	サプリメント	17.1	21.1	16.8	ns
	軟膏	25.7	45.3	37.2	ns
	虫刺され薬	37.1	49.5	25.7	0.0018
	消毒薬	60.0	47.4	31.0	0.0033
	湿布薬	17.3	62.1	40.7	0.0035

表3 学科と用意している医療器具, 医療用消耗品, OTC の品目数

医療器具	n	平均数	SD	Median	MAX	MIN	P: Kruskal Wallis 検定
全回答者	244	4.2	2.0	4	9	0	
学科							
栄養学科	83	3.6	1.9	4	8	0	
看護学科	77	4.7	2.0	5	9	1	* < 0.001
社会福祉学科	84	4.3	1.9	4	9	1	
医療用消耗品	n	平均数	SD	Median	MAX	MIN	< 0.001
全回答者	244	2.1	1.3	2	5	0	
学科							
栄養学科	83	1.7	1.2	2	4	0	* < 0.001
看護学科	77	2.5	1.2	3	5	0	
社会福祉学科	84	2.0	1.3	2	5	0	* < 0.001
OTC	n	平均数	SD	Median	MAX	MIN	
全回答者	244	4.9	2.2	5	9	0	< 0.001
学科							
栄養学科	83	4.3	2.3	4	9	0	
看護学科	77	5.7	2.0	6	9	1	* < 0.001
社会福祉学科	84	4.8	2.1	5	9	0	

* : P < 0.05 Steel-Dwass 検定

表4 入学年と用意している OTC の品目数

入学年	n	平均数	SD	Median	MAX	MIN	P: Kruskal Wallis 検定
2009	35	1.6	1.0	2	3	0	
2010	95	5.6	2.1	6	9	1	
2011	114	5.4	1.6	5	9	1	

* : P < 0.05 Steel-Dwass 検定

OTC10品目の準備を入学年度別にみると, 2010, 2011年度入学生は2009年度入学生より, 有意に所持品目数が多かった(表4)。

B. 1, 2, 3年生に対する調査: 2011年度調査

284名から回答を得た(回収率: 69.3%)。OTC についての知識についての質問では, 半数以上が「知っていた」と回答したのは医療用医薬品と OTC の違いのみであった。スイッチ OTC, OTC 販売に携わる専門職の資格, 医療用医薬品の有効成分の違いについては「知らなかった」と70%以上が回答していた(表5)。OTC の使用や保管についての注意事項遵守の質問では, 「守っている」, 「ほぼ守っている」をあわせるとほとんどの項目で適切な使用, 保管がなされているようであった(表6)。しかし, 添付文書を読む, 使用期限を確認するについては, 「守っている」, 「ほぼ守っている」をあわせると60%台であった。

OTC についての知識, および使用や保管についての注意事項遵守についての質問で知識がある, あるいは適正に使用しているという項目が, 薬

表5 OTC についての知識認知状況：「知っていた」割合

知識についての項目	%
医薬品には処方箋が必要な医療用医薬品と、処方箋が必要でない OTC がある	53.2
OTC は効果と安全性で3種類（第1類・2類・3類医薬品）に分けられている	27.8
第1類医薬品を販売するときには、薬剤師のみが文書による情報提供を行うことになっている	26.0
第2類医薬品を購入するときには、薬剤師または登録販売者が情報提供を行うよう努力することになっている	23.3
登録販売者とは、OTC 販売で一定の経験があり、都道府県知事の実施する医薬品に関する試験に合格した専門職である	14.2
スイッチ OTC とは医師の処方によって使われていた医療用医薬品のうち、使用実績が長く、比較的安全性が高いことから OTC に転用したものである	5.3
スイッチ OTC はすべて第1類医薬品である	3.9
スイッチ OTC を1つでも知っているか（ロキソニン、ニコチンガム、アレジオン、ガスター、ブスコパン、ボルタレン、イブプロフェン、ザジテンなど）	45.9
一般に、多くの OTC の風邪薬は複数の有効成分を含み、風邪薬でも医療用医薬品は一つの有効成分を含みそれを医師が組み合わせて使う	16.0
一般に、OTC の有効成分の含有量は、医療用医薬品より少ない	69.5

表6 OTC の使用、保管状況：「適切」、「ほぼ適切」の割合

適正使用、保管についての項目	%
薬のパッケージ（外箱）の説明は必ず読む	87.6
薬のパッケージ（外箱）は最後までとっておく	80.5
箱の中に入っている説明（添付文書）は必ず読む	63.3
添付文書は最後までとっておく	75.3
使用期限（パッケージに記載がある）を必ず確認する	65.3
使用期限が切れた薬は使わない	62.8
あまり効かなくても、自己判断で決められた量より多く飲んではいけない	81.2
水や白湯がなければ、ジュース、牛乳などで飲んでもよいというわけではない	72.0
「食間に服用」は、食事の途中で飲むことではなく、食事と食事の間の空腹時に飲むこと	76.9
飲み忘れても、自己判断でまとめて2回分飲んではいけない	86.5

表7 薬理学履修の有無と OTC の知識 / OTC の使用保管

	n	平均数	SD	Median	MAX	MIN	P : Mann-Whitney U 検定
OTC の知識で「知っていた」項目数							
薬理学履修	あり	64	4.2	2.4	4	10	< 0.001
	なし	294	2.9	2.1	2	10	
OTC の使用保管で適正 / ほぼ適正項目数							
薬理学履修	あり	64	7.8	1.9	8	10	ns
	なし	295	7.5	1.7	8	11	

薬理学履修の有無で差があるかを検討した。薬理学を学ぶことで OTC の知識は増加していたが、実際の使用や保管を適正に実施することにはつながっていなかった（表7）。

考 察

WHO によると、セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」とされている (<http://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js2218e/1.html>)。セルフメディケーションのための準備状況については、OTC の準備や利用についての情報に関する調査がいくつかあるが^{1,2)}、大

学生を対象にし、医療器具や消耗品まで含めた調査は見当たらなかった^{3,4)}。わが国の他の大学でも入学とともに一人暮らしを始める学生が多いと推察される。一方、学生の健康管理を担う大学保健管理部門も、一般的には平日日中のみの対応が多いものと思われる。それを考慮すれば、学生のセルフメディケーションを進める必要がある。また、インフルエンザなどの感染症では、発熱や咳などの疑わしい症状があれば、蔓延を防止するため登校させず、直ちに医療機関を受診させる必要がある。そのような際にも、自宅で体温を確認する必要がある。したがって、本調査のようにセルフメディケーションのための準備状況や、OTC についての知識、適正使用の状況を把握しておくことは意義あるものと考えた。

本調査では2009年度の1年生に対する調査結果をみて、2010、11年度入学予定者には入学前に、セルフメディケーションのために必要な医療器具、医療用消耗品、医薬品を具体的に商品名まで例示した文書を配布した。その結果

か、OTC 準備品目数は2009年度入学生より有意に増加していた。OTC については、使用期限もあり、準備することの是非が問われることも考えられる。しかし、急な発熱や激しい月経痛（本学は女性が極めて多い）で、アパートなどの自室から出られないような状況では、あらかじめ準備しておくことが必要となる。また、PTP 包装された錠剤などの使用期限が3年はあることが多いので、学部在学期間はほぼカバーされるものと思われる。虫刺され薬、消毒薬、湿布薬は年度により用意している割合に差があった。本学の体育の授業では、野外活動を組み込んでおり、その際には虫刺されや軽い外傷

に対応するよう、各自、医薬品などを用意するよう指示している。ただし、野外活動の内容や時期は年度ごとに差があり、このことがこれらのOTC準備状況の差に関連した可能性がある。2009年度は血圧計を所持している学生が多かったが、実数では4名である。対象数が少ないことによる偶然が関与したかもしれない。

2011年度に1, 2, 3年生を対象にした調査では、学生のOTCについての基本的な知識は高いとはいえなかった。しかし、薬理学を学んだことは、知識を高めることには役立っているようであった。OTCの使用や保管はほぼ正しくなされていたが、OTCの使用や保管は薬理学を学んだこととは関連がなかった。薬理学を履修する機会がない学科については、知識を得る機会も少ないと思われる。このことから、学生のセルフメディケーションを進めるためには、講義ばかりではなく、保健管理部門からの広報などで、学生全員に伝わるような情報を発信し、OTCについての正しい知識を普及するほか、使用や保管についてきちんと薬の説明書などを守るよう啓発する健康教育の必要があると思われた。

本調査の対象は保健、医療、福祉系の学生であるため、他の専攻学生より健康に対する意識が高いかもしれない。また、回答者数も300名以下と極めて少ない。さらに、北海道北部という辺境の地の大学であることから、全国の一般的な大学生の状況を反映しているとはいえないかもしれない。ただし、ほとんどの学生がアパートなどで一人暮らしをしているように、名寄市周辺が出身地であるものは少ない。北海道出身者が約60%を占めるが、東北や北陸地方ばかりでなく、近畿や九州地方出身の学生も在学している。これまでこのような調査がなかったことから、本研究に取り組んだ。他の地域で、より大きな集団での調査を期待する。

結 語

大学1年生を対象に、医療器具、医療用消耗品、OTCをどの程度用意しているかについての調査を実施した。セルフメディケーションのために必要な医療器具、医療用消耗品、医薬品を具体的に商品名まで例示した文書を配布したところ、OTC準備品目数が有意に増加した。入学後の学生に、OTCの知識と使用や保管法について調査した。薬理学を学ぶことでOTCの知識は増加していたが、実際の使用や保管をきちんとすることにはつながってなかった。

引用文献

- 1) 安楽誠, 井上裕文, 佐藤栄治, 秦季之, 土谷大樹, 岡村信幸, 吉富博則, 近藤裕子, 田中正孝, 富田久夫. 福山市における大学 - 高齢者及び保育施設連携を利用した一般用医薬品・健康食品利用実態に関する調査研究. 薬学雑誌. 2010; 130: 1093-1103.
- 2) 大見智子, 大塚吉則. 北海道大学留学生を対象とした一般用医薬品 (OTC 医薬品) 情報についての調査. 北海道公衆衛生学雑誌. 2009; 23: 124-131.
- 3) 寺町ひとみ, 酒井英二, 葛谷有美, 土屋照雄. 薬学部学生を対象としたセルフメディケーションに対する認識に関する実態調査. 日本薬学会年会要旨集. 2009; 129: 333.
- 4) Klemenc-Ketis Z, Hladnik Z, Kersnik J. A cross sectional study of sex differences in self-medication practices among university students in Slovenia. Coll Antropol. 2011; 35: 329-34.

Abstract

**Survey on the preparation for self-medication
in students living alone**

Hiroki OHMI, Kana SAWAMOTO, Hiroe ISHIKAWA,
Hiromi MURANAKA, Maki NAMBA, Kazuko HARIMOTO, Hitomi HUNANE,
Yoshiko YUKI, Martin MEADOWS, Kazuyuki TERAYAMA.

Health and Welfare Center, Nayoro City University

CAMPUS HEALTH, 49 (3), 85–90, 2012

Key words : Students living alone, Self-medication, Medical apparatus, Medical supply, Over the counter drug

Over 90% of students in Nayoro City University are living alone away from their parents. Self-medication among those students is supposed to be common, but little is known about the preparation for self-medication, i.e. medical apparatus such as thermometer, medical supply such as band-aid and over the counter drugs (OTC).

We conducted a survey on the preparation for self-medication in freshmen of 2009. To enrolled freshmen of 2010 and 2011, we informed a detailed list of items for self-medication. Effect of the list and education after entering university were also investigated in 2010 and 2011.

The number of OTC items prepared in 2010 and 2011's freshmen was significantly larger than in 2009's. In respect of education after entering university, relationship between taking the lecture of pharmacology and knowledge / correct usage of OTC was investigated. Taking the lecture increased the knowledge of OTC, but not led to correct usage.

For appropriate self-medication among students, detailed and frequent information provision before and after admission by measures not only lectures should be essential.

Correspondence to : Prof. Hiroki Ohmi MD, Health and Welfare Center, Nayoro City University, W2-N8, Nayoro, Hokkaido, 096-8641, Japan