

Quick調査レポート「医師のセルフケアに関する調査」

Topics

- ✓ **医師が健康のために日常的に実施している行動は、『体重を測る』『スポーツや運動をする』の頻度が高く、この傾向は一般生活者と大きな違いがなかった。**
- ✓ **健康についての行動や考え方の傾向としては、医師は一般生活者よりも『天然成分由来のものを好む』ことが少ない一方で、『塩分等のとりすぎに気をつけている』についてはあてはまるとの回答が多い傾向がみられた。**
- ✓ **自覚する身体症状への対策として、『肥満』では食生活やスポーツなどセルフケアの割合が高く、『コレステロール』『高血圧』の症状が出現すると医療機関を受診との回答が半数を占めた。『老眼』などでは「何もしていない」が多かった。**

調査背景・目的

- ✓ 当社では全国の16～79歳の一般生活者（職業問わず）を対象に、健康に関する意識と実態の把握を目的とした自主企画調査「生活健康基礎調査」を実施している。今回はそこから一部設問を抜粋し、「医師自身」のセルフケアに関する意識と実態を把握すべく、医師パネルを対象に調査を実施した。

※前提として、本来2調査は設計が大きく異なるため、純粋な比較はできないことにご留意ください

調査概要

調査方法：インターネット調査 *TenQuick使用
 調査地域：全国
 調査対象：医師パネル（プラメド医師会員）
 有効回答：110s（50歳未満 55s、50歳以上 55s）
 調査期間：2019年1月17日～1月21日
 調査主体：株式会社アンテリオ Quick Survey室

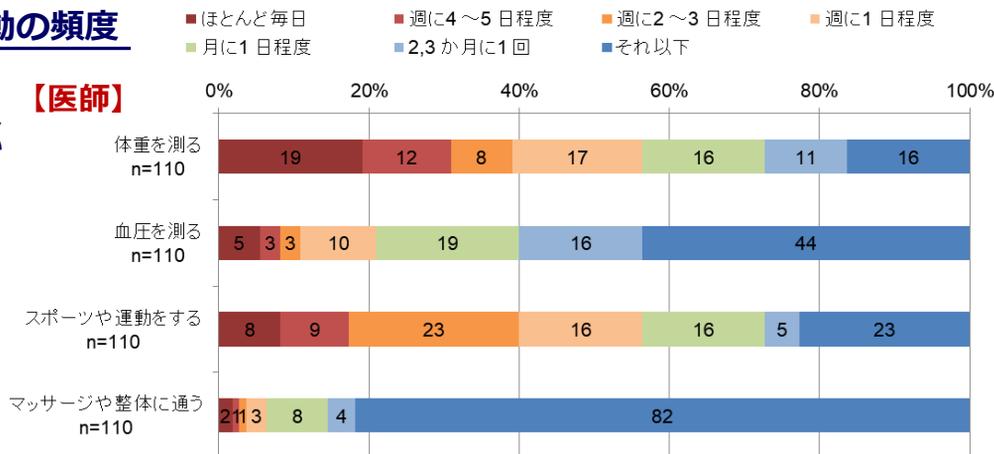
【先行調査】第28回生活健康基礎調査 2018年度
 調査方法：郵送調査
 調査地域：京浜・京阪神
 調査対象：一般パネル（Intageアドホックモニター）
 有効回答：2,632s
 調査期間：2018年4月11日～4月27日
 調査主体：株式会社アンテリオ

調査結果

健康のための日常行動の頻度

[単一回答]

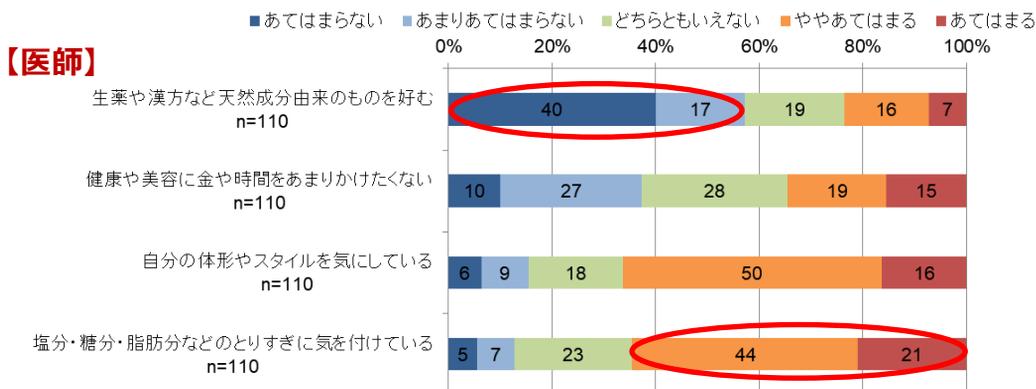
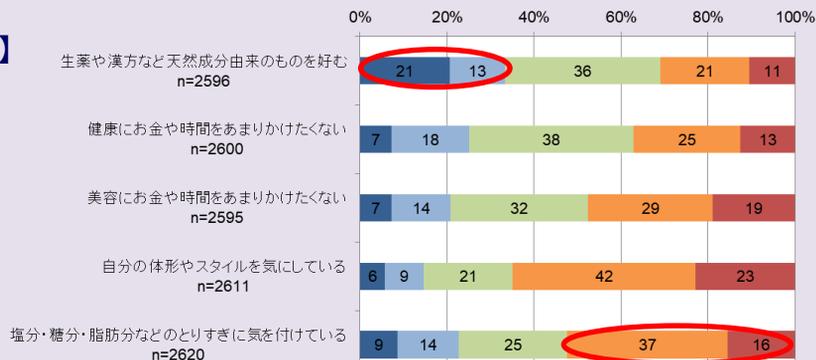
提示した4つの行動については、医師と一般で大きな傾向の違いはみられなかった。



※【医師】において「それ以下」=「半年に1回」+「最近1年間に行っていない」
 ※【一般】において「週に1日程度」=「週に1日程度」+「月に2～3日程度」

健康についての行動や考え方の傾向（自覚） [単一回答]

『生薬や漢方など天然成分由来のものを好む』の「あてはまらない」Bottom2は医師のほうが20ポイント以上高かった。また、『塩分・糖分・脂肪分などのとりすぎに気を付けている』の「あてはまる」Top2は医師のほうが10ポイント以上高かった。

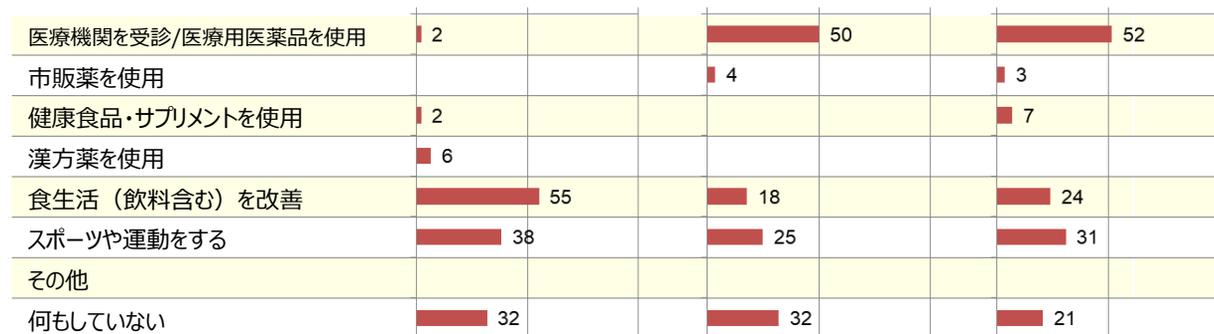
**【一般】**

自覚症状について、現在とっている対策 [複数回答] ベース：自覚症状あり

生活習慣病に関与する3項目のうち、『肥満』では食生活・スポーツによる対策がメインだが、『コレステロール』『血圧』などの症状が出現すると、医療機関を受診との回答が半数を占めた。これらの3項目以外では『何もしていない』との回答が多かった。

【医師】肥満・太り気味
n=47コレステロールが高め
n=28高血圧・血圧が高め
n=29

0% 50% 100% 0% 50% 100% 0% 50% 100%

老眼
n=45薄毛・抜け毛
n=30筋力の低下・足腰の衰え
n=44歯槽膿漏・歯周病
n=30

0% 50% 100% 0% 50% 100% 0% 50% 100% 0% 50% 100%

