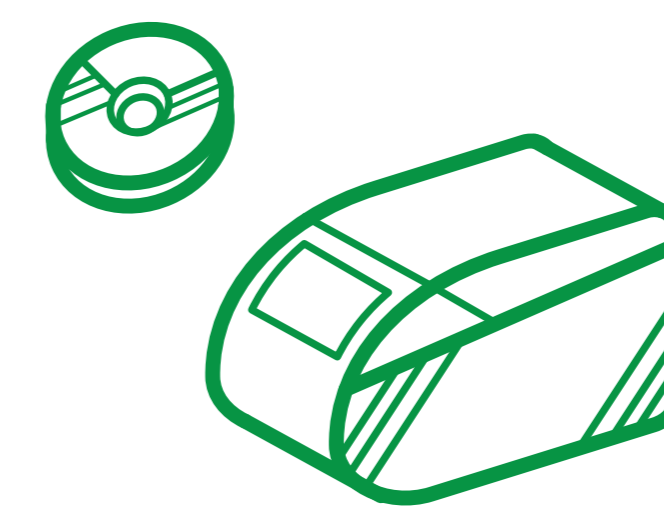


## 背景 薬局店頭での検体測定が可能に

2014年4月より、臨床検査技師等法に基づく告示の改正によって、薬局店頭での血糖、HbA1c、血中脂質の検体測定が可能となった。我々の先行研究では、8割を超える薬局が検体測定後の利用者から測定結果を踏まえた生活習慣に関するアドバイスを求められていた。<sup>1)</sup>



## 目的 検体測定の利用者が求める食生活に関する アドバイスのニーズを明らかにする

本研究では、検体測定の利用者が求める食生活に関するアドバイスのニーズを明らかにすることを目的とする。食行動は生活習慣病と関連が深いことから、専門家である管理栄養士が検体測定の利用者に対して栄養指導を実施し、その利用者のニーズ及び満足度を調査した。



## 方法 栄養指導実施 アンケート調査

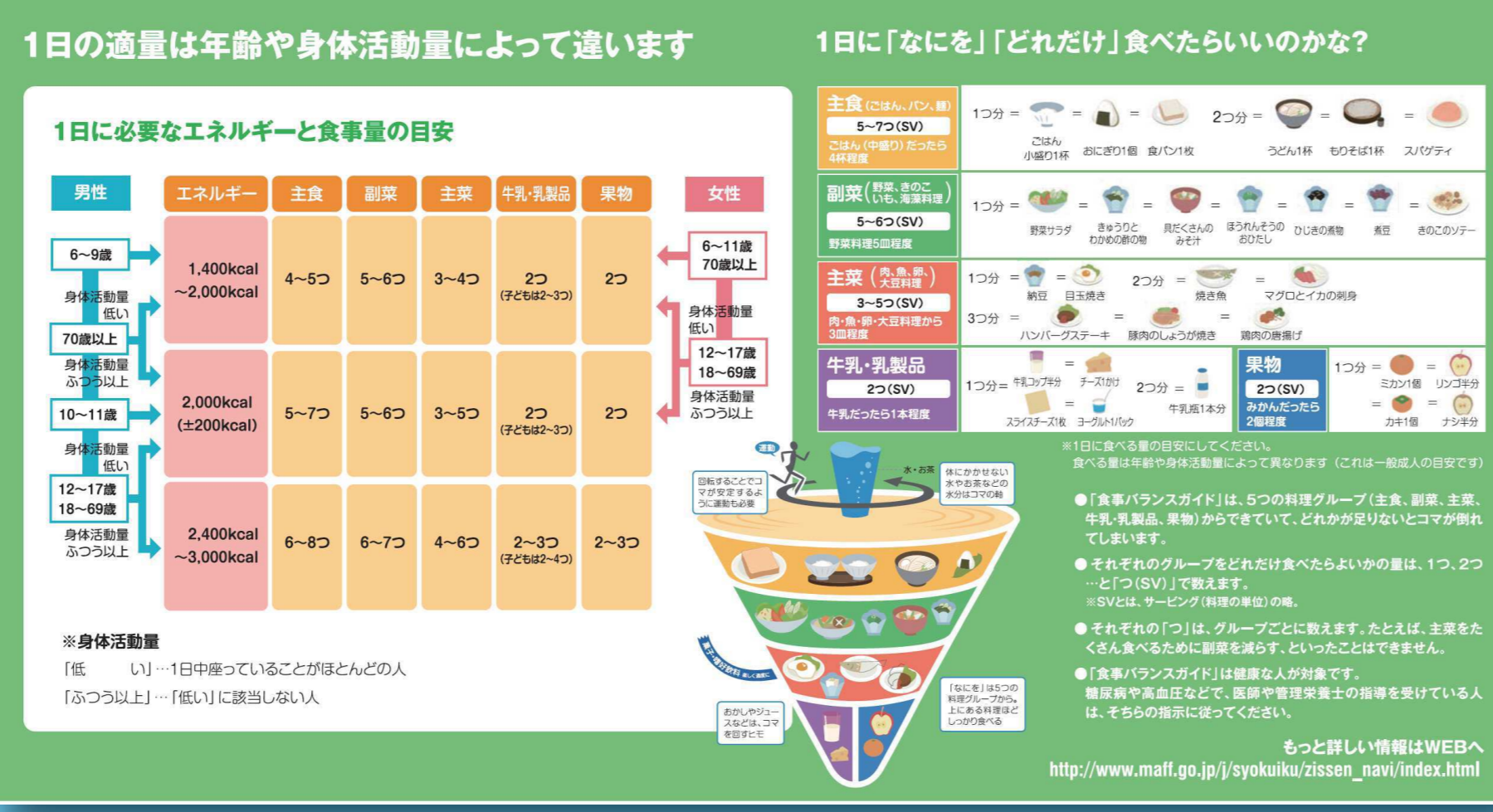
糖尿病予防啓発の健康イベントに参加し、HbA1cの検体測定を行った地域住民を対象に、管理栄養士が栄養指導を実施後(n=33)、アンケート調査を行った(n=20)。食事バランスガイドと坂田式食行動質問表を用いて参加者の食行動を解析した後、栄養指導を実施した。  
(慶應義塾大学薬学部 倫理審査委員会 承認番号 160823-2)



### ● 食事バランスガイド

一日の食事内容を聞き取り、性別、年齢、身体活動量別に、食事の適量(何をどれだけ食べたらよいか<sup>※1</sup>)を評価し、指導を行った。

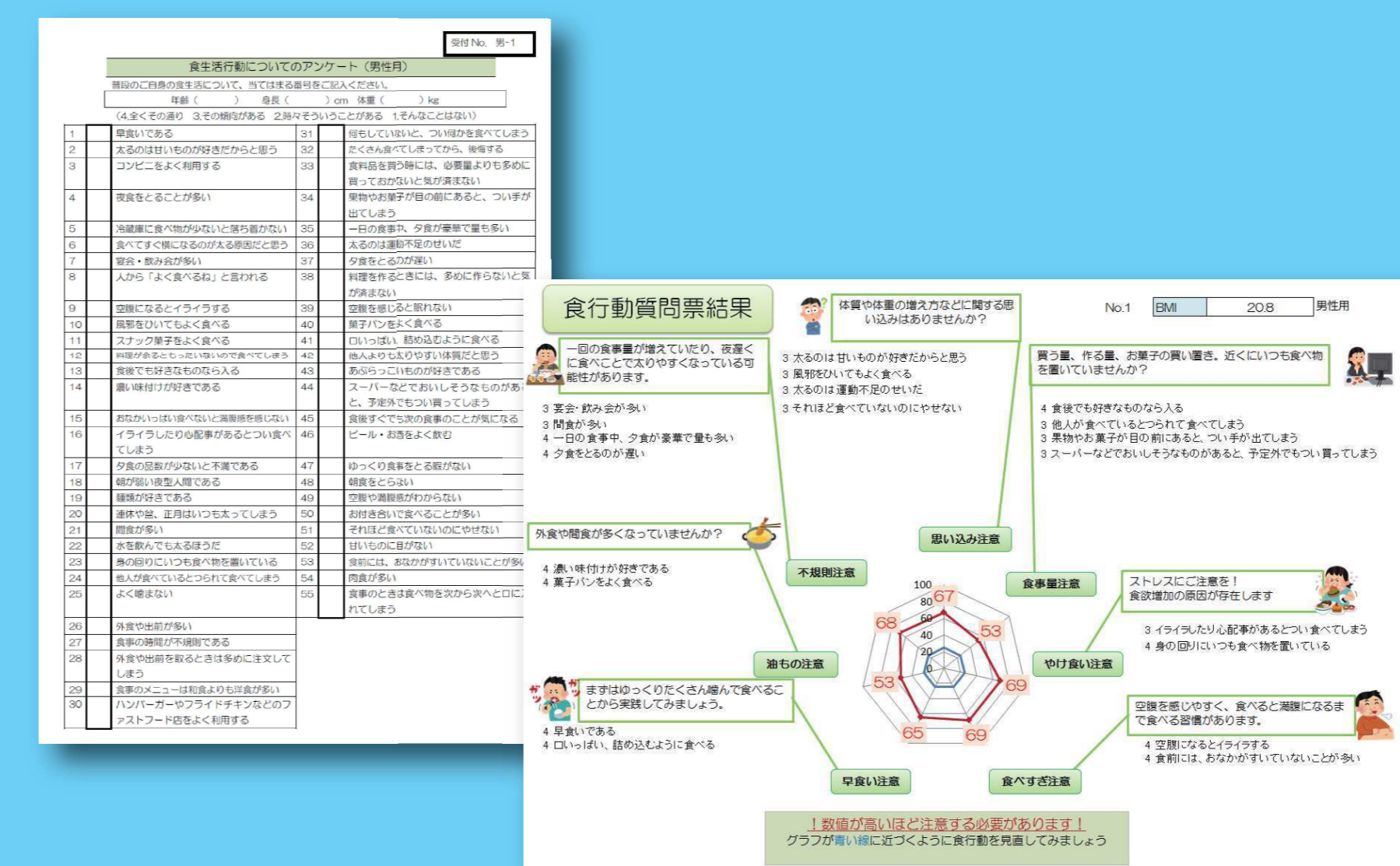
### 健康なカラダは、バランスのとれた食事がつくりまします。



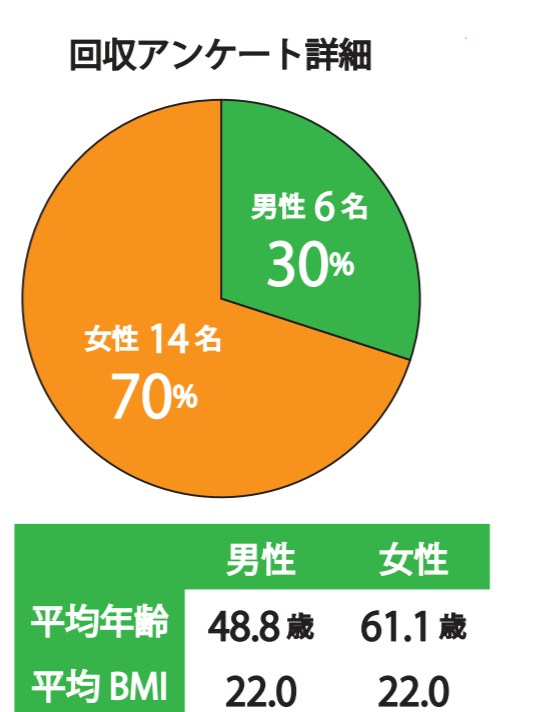
注1 どれだけ食べたらよいかの量は、1つ、2つと「つ」、又は1SV、2SVと「SV」(サービング(食事の提供量の単位)の略)で表される。

### ● 坂田式食行動質問表

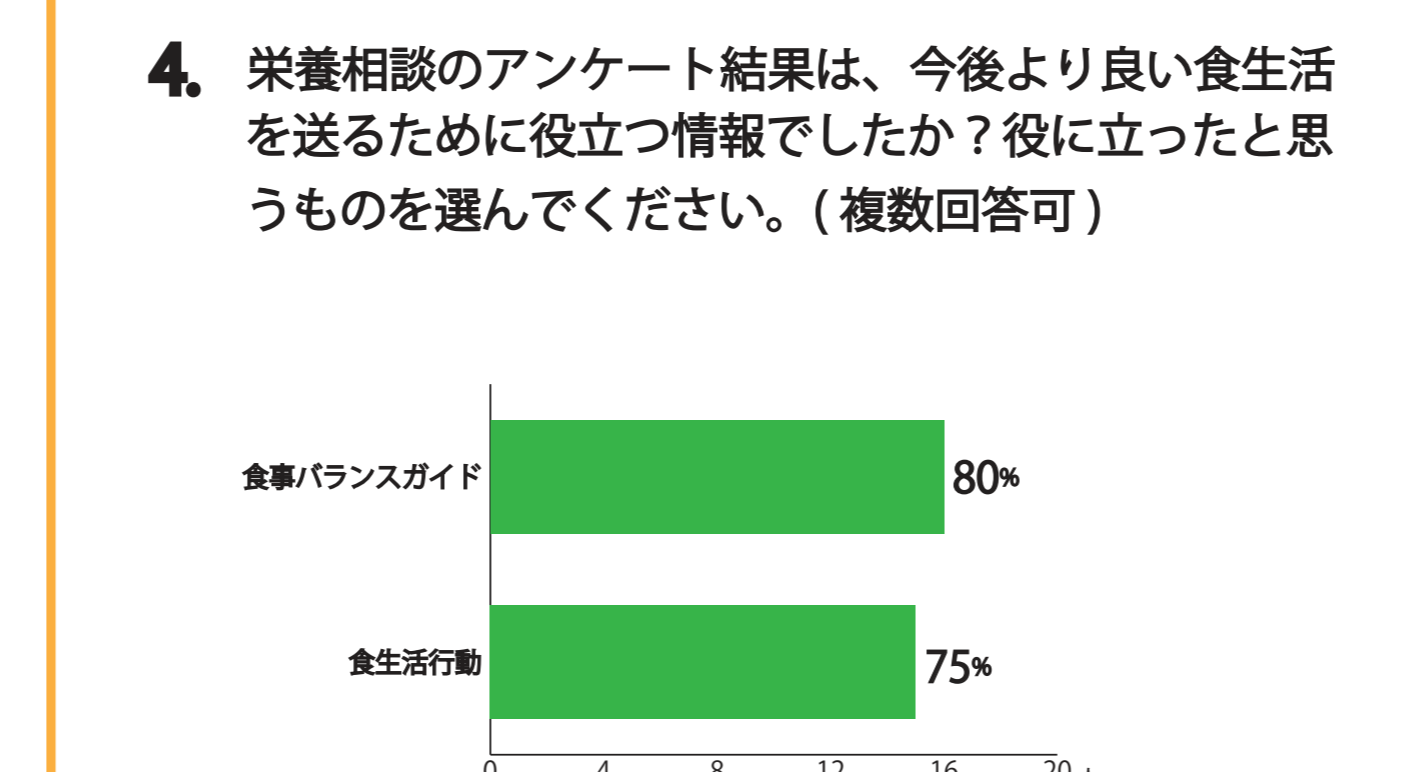
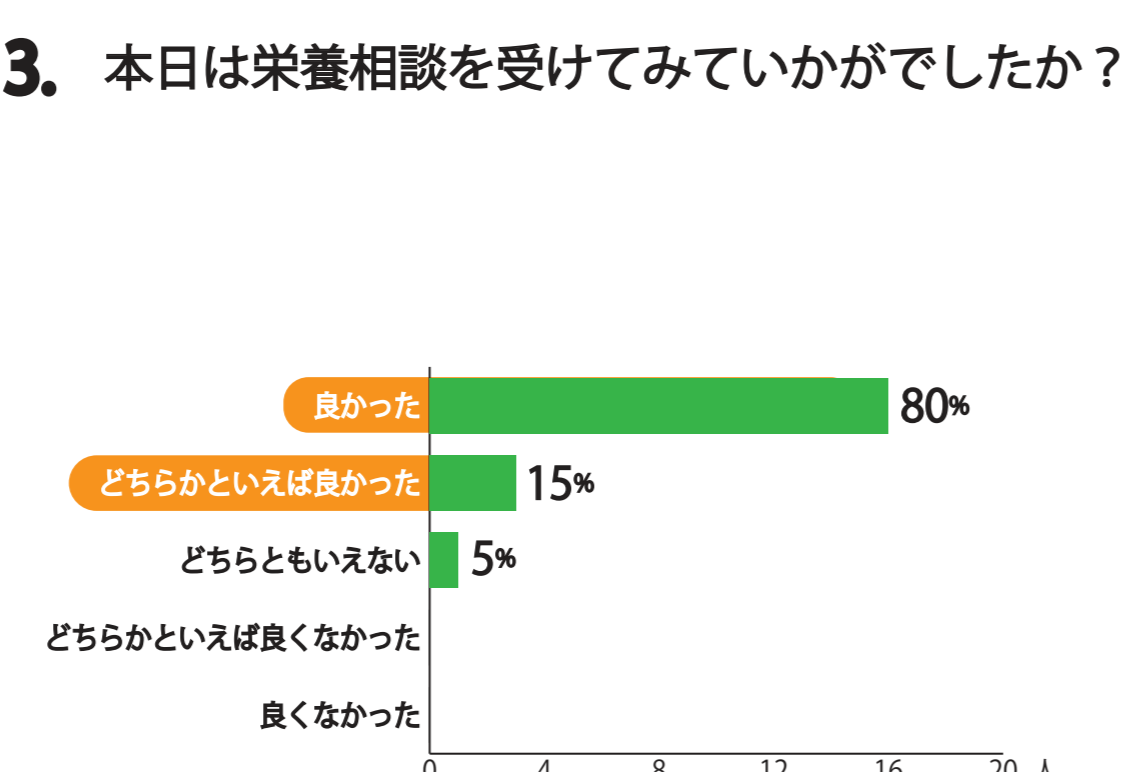
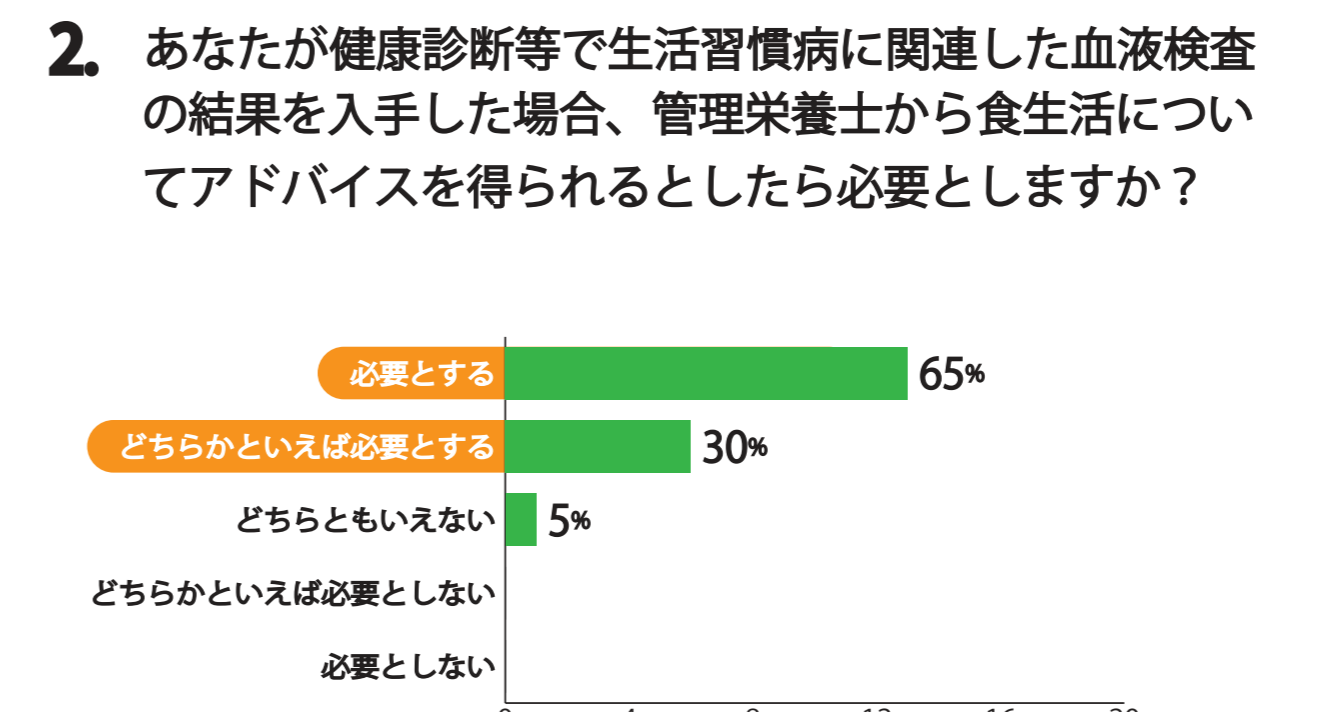
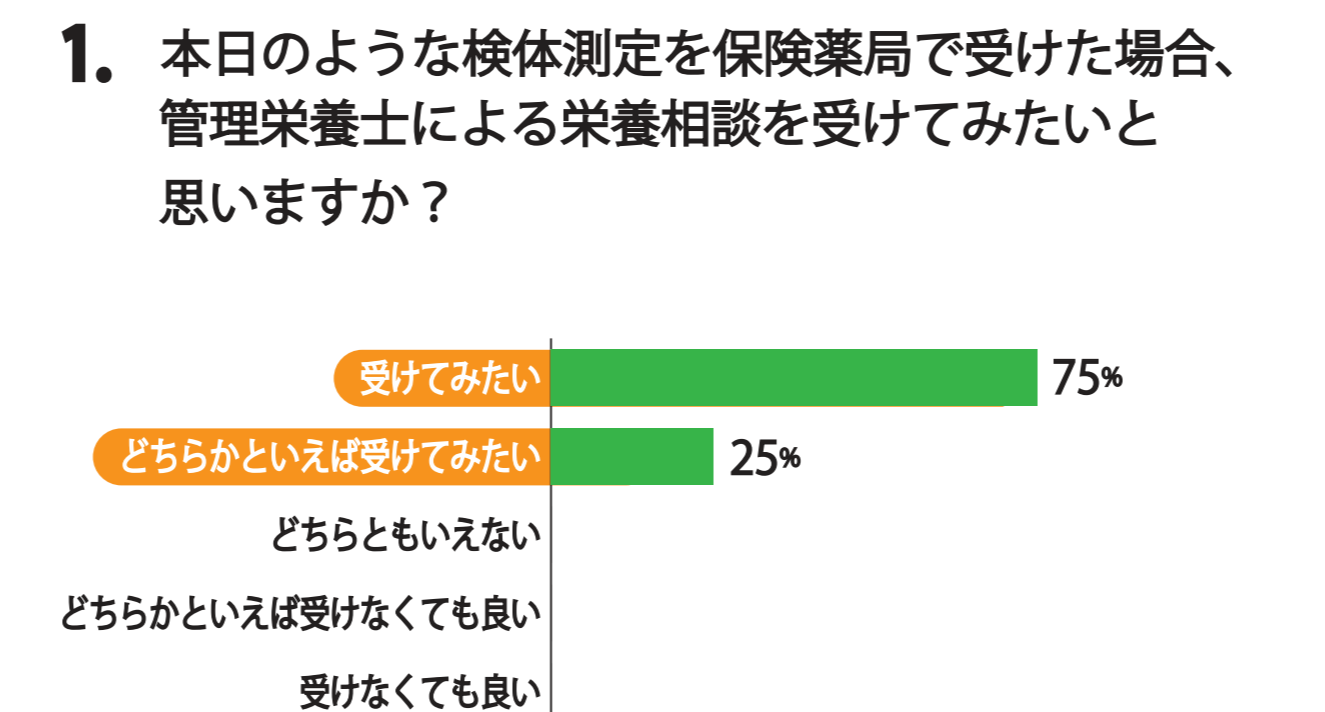
食行動質問表の7領域別に、「そんなことはない」、「時々そういうことがある」、「そういう傾向がある」、「まったくその通り」の回答を、それぞれ1~4点の4段階で評価し、指導を行った。



## 結果 検体測定後の管理栄養士による栄養指導は 利用者のニーズ及び満足度が高い



年代	人数	割合
20代	2人	10%
30代	3人	15%
40代	2人	10%
50代	4人	20%
60代	4人	20%
70代	3人	15%
80代	1人	5%
90代	1人	5%



関心の高い順番	栄養相談項目	平均順位
1	食事のバランス	2.5
2	体に良いレシピや調理法	3.3
3	食生活行動	4.5
4	健康食品	5.5
5	サプリメント	6.1
6	サプリメント・健康食品と医薬品の飲み合わせ	6.5
7	ダイエット	6.9
8	その他	8.0

## 考察 食生活の改善を通じて 生活習慣病の予防に寄与

アンケート結果から、**検体測定後の管理栄養士による栄養指導はニーズ及び満足度が高く、食生活の改善を通じて生活習慣病の予防に寄与できる可能性が示唆された。** 求められている栄養指導の内容として、上位は「食事のバランス」、「体に良いレシピや調理法」と食事の内容に関することであった。一方で、最も興味が低かったのは「ダイエット」であった。利用者の平均BMIは男女ともに22.0であり、肥満傾向者は殆ど見られなかった。また、本イベント参加者の平均である40代男性及び60代女性の健康診断の受診割合は、平成26年国民健康・栄養調査によるとそれぞれ82.8%及び68.2%と、20歳以上の平均を上回っていた。よって日頃より健康に気をつけ、適正体重を維持している人が多く来場していた為、「ダイエット」の順位が低くなったと考えられる。「サプリメント・健康食品と医薬品の飲み合わせ」など医薬品と食事の相互作用についてのニーズは低かった。これは利用者が管理栄養士には医薬品の相談を期待せず、食事に関する指導を期待している為だと考えられる。

## 今後の課題 ニーズを捉えた 栄養指導の充実

今後は、食事バランスガイドにおいて対応する料理区分やSV数を記載したレシピを配布する等、レシピや調理法に関する内容を栄養指導に加えることでより利用者の満足度を高める工夫をする。また、肥満だけでなく加齢に伴う低栄養にも対応した栄養指導が必要になると考えられる。

## 引用文献

1) 吉田加奈、岩田紘樹、小林典子、藤本和子、岡崎光洋、山浦克典、検体測定室届出薬局における簡易血液検査の継続を阻害する要因の解明. 医療薬学. 42: 543-549, 2016.

