

日本の統合医療の利用状況

—インターネット調査を利用して—

イシバシ ヨシキ ホリグチ イツコ カワミナミ キミヨ
 石橋 由基*1 堀口 逸子*2*3*4 川南 公代*6
 キガワ ミカ マルイ エイジ
 城川 美佳*7 丸井 英二*5*8

目的 いわゆる統合医療の利用実態に関する報告は多くないため、全国の国民を対象として利用実態を把握することを目的とした。

方法 対象者は（株）gooリサーチ消費者パネル約65万人から無作為に抽出された国内在住の20歳から69歳までの国民3,000人である。調査はWebサイトを利用して平成23年1月24日から25日に実施した。質問内容は、性、年齢、職業の他、いわゆる統合医療として「はり・きゅう」「骨つぎ・接骨」「整体」等の19療法について、その利用経験、中止理由、公的機関への相談経験の有無である。

結果 回答者数は3,178人、男性1,590人、女性1,588人であった。年齢は 44.7 ± 0.24 歳（平均±標準偏差）であった。経験者の割合（経験率）は77.4%で、性別では、男性73.3%、女性81.7%で有意差を認めた（ $p < 0.0001$ ）。年代別では、20歳代73.0%が最も少なく有意差を認め（ $p < 0.05$ ）、職業別では専業主婦（夫）79.3%が最も高く有意差を認めた（ $p < 0.05$ ）。1人当たりの利用療法数は、1療法が最も多く18.4%、ついで2療法16.7%で、10療法以上も2.9%あった。各療法の経験率で30%を超えたのは、「サプリメント・健康食品」53.8%、「各種マッサージ」37.5%、「整体」36.5%であった。年代別で有意差を認めたのは、「各種マッサージ」「はり・きゅう」「カイロプラクティック」「アロマセラピー」「ヨガ」「磁気療法」（ $p < 0.01$ ）、「整体」「骨つぎ・接骨」（ $p < 0.05$ ）であった。「はり・きゅう」「磁気療法」では年代と共に経験率が上がり、有意差を認めた他の療法では、経験率は年齢に対して、凸型に分布していた。すべての療法において30%以上の人が中止を経験しており、その理由では「効果が感じられない」「お金がかかる」が多かった。「何らかの健康被害があった」も2～25件あった。公的機関への相談割合はいずれも3%未満であった。

結論 先行研究と本調査結果から、日本におけるいわゆる統合医療の利用経験者は8割程度と考えられる。年代が上がるほど、また男性よりも女性が利用する傾向にあることが統合医療の利用実態の特徴と考えられた。健康被害が中止理由としてあがっており、公的機関への相談経験者割合は3%未満と低いが各療法に存在しており、利用については注意が必要と思われる。

キーワード 統合医療、代替医療、利用実態、Web調査

I 緒 言

近代西洋医学とは異なる、統合医療、補完代

替医療と称されるいわゆる統合療法がある。平成24年度に厚生労働省は「統合医療のあり方に関する検討会」を設置し、そのなかで「近代西

*1 慶應義塾大学医学部6年 *2 同非常勤講師 *3 長崎大学広報戦略本部准教授
 *4 順天堂大学医学部客員准教授 *5 同客員教授 *6 武蔵野大学看護学部看護学科講師
 *7 富山大学医学部公衆衛生学講座助教 *8 人間総合科学大学人間科学科教授

洋医学を前提として、これに相補・代替療法や伝統医学等を組み合わせ、さらにQOL (Quality of Life: 生活の質) を向上させる医療であり、医師主導で行うものであって、場合により多職種が協働して行うもの¹⁾と定義している。そして、「食生活やストレス等様々な複合要因によって起こりうる疾患については、必ずしも容易に克服できない状況が生じており、近代西洋医学だけでなく、漢方、健康食品、各種の民間療法が広く患者・国民に利用されているという実態がある」と指摘している¹⁾。しかし、その利用実態について報告は多くない。そのため今回は、広く全国の20歳以上の国民を対象として、いわゆる統合医療（以下、統合医療）の利用実態を把握することを目的に調査を実施した。

Ⅱ 方 法

対象者は、(株) gooリサーチの消費者パネル約65万人のうち国内在住の20歳から69歳より無作為に10歳刻みで男女各300人の計3,000人を抽出するよう依頼した。調査はWebサイトを利用して平成23年1月24日から25日に実施した。

調査票は、日本統合医療学会発行の「統合医療－基礎と臨床－」²⁾を参考に、著者らの意見交換によって作成した。統合医療に関する質問項目は、利用経験、利用中止理由、相談経験の3項目である。

統合医療の療法は、「はり・きゅう」「各種マッサージ」「骨つぎ・接骨」「整体」「カイロプラクティック」「食事療法」「断食療法」「サプリメント・健康食品：ハーブ療法を含む」「アロマセラピー」「温熱療法」「磁気療法」「温泉療法」「音楽療法」「森林セラピー」「ホメオパシー」「アーユルベーダ」「ヨガ」「気功」「漢方」の19療法で、別途自由記載の「その他」を設定した。各々「利用したことがある」「以前利用したが、現在は利用をやめた」「利用したことがない」「覚えていない・わからない」の4つの選択肢とした。なお、「マッサージ」は、あん摩マッ

サージ、台湾式、足つば(裏)等さまざまに、店頭や新聞広告等で表記されており、回答者がその区別をすることが難しいと考え、「各種マッサージ」とした。また、「はり・きゅう」「骨つぎ」「ヨガ」以外の療法には簡易な説明を加えた。

中止理由は、各療法別に「以前利用したが、現在は利用をやめた」を選択した者に対して、「効果が感じられない」「何らかの健康被害があった」「医師から止められた」「家族や友人・知人など身近な人に止められた」「それに関してよくない情報やうわさを聞いた」「身近に利用できる場所がない」「お金がかかる」と「その他」の計8つの選択肢を設定し、複数回答可とした。

相談経験は、公的機関への相談の有無について、「利用したことがある」「以前利用していたが利用をやめた」のいずれかを選択した者に対して、「ある」「ない」「覚えていない・わからない」の3つの選択肢を設定した。フェイスシートとして、パネル登録時に申告されている性、年齢、職業を利用した。

本研究は、順天堂大学医学部研究等倫理審査委員会の審査で承認された(順天堂大学医学部研究等倫理審査委員会 第2011013号 平成23年3月29日承認)。なお、本調査を実施した調査会社は、(財)日本情報処理開発協会による「プライバシーマーク」を取得しており、登録者の個人情報保護に十分に配慮している。調査は、個人を特定する質問項目(氏名、住所)を省いて実施した。消費者パネルの個人情報は調査会社が管理し、ID化されており、本研究者は調査対象の個人情報を必要以上には取得できない。

分析にはSPSS Ver.19.0 for Mac (IBM社)を用いた。各療法の利用経験者について、性別、年代別に χ^2 検定を行った。

Ⅲ 結 果

回答者数は3,000人の依頼に対し、3,178人

表1 性、年代、職業別1人当たり利用療法数

	総計		1つ以上の療法の利用		利用療法数：0		利用療法数：1		利用療法数：2		利用療法数：3		利用療法数：4		利用療法数：5		利用療法数：6～9		利用療法数：10以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
	全体	2 496	100.0	1 933	77.4	563	22.6	460	18.4	416	16.7	316	12.7	204	8.2	179	7.2	285	11.4	73	2.9
性別																					
男	1 268	50.8	930	73.3	338	26.7	267	21.1	217	17.1	139	11.0	94	7.4	78	6.2	112	8.8	23	1.8	
女	1 228	49.2	1 003	81.7	225	18.3	193	15.7	199	16.2	177	14.4	110	9.0	101	8.2	173	14.1	50	4.1	
年代																					
20歳代	503	20.2	367	73.0	136	27.0	107	21.3	88	17.5	57	11.3	30	6.0	32	6.4	38	7.6	15	3.0	
30	495	19.8	395	79.8	100	20.2	83	16.8	84	17.0	64	12.9	42	8.5	33	6.7	71	14.3	18	3.6	
40	484	19.4	384	79.3	100	20.7	86	17.8	90	18.6	69	14.3	44	9.1	31	6.4	53	11.0	11	2.3	
50	491	19.7	371	75.6	120	24.4	81	16.5	66	13.4	41	8.4	44	9.0	59	12.0	14	2.9			
60	523	21.0	416	79.5	107	20.5	103	19.7	88	16.8	60	11.5	47	9.0	39	7.5	64	12.2	15	2.9	
職業																					
有職	1 651	66.1	1 292	78.3	359	21.7	288	17.4	275	16.7	216	13.1	134	8.1	125	7.6	197	11.9	57	3.5	
無職	224	9.0	161	71.9	63	28.1	48	21.4	34	15.2	24	10.7	22	9.8	10	4.5	21	9.4	2	0.9	
学生	110	4.4	75	68.2	35	31.8	28	25.5	20	18.2	8	7.3	5	4.5	7	6.4	5	4.5	2	1.8	
専業主婦(夫)	511	20.5	405	79.3	106	20.7	96	18.8	87	17.0	68	13.3	43	8.4	37	7.2	62	12.1	12	2.3	

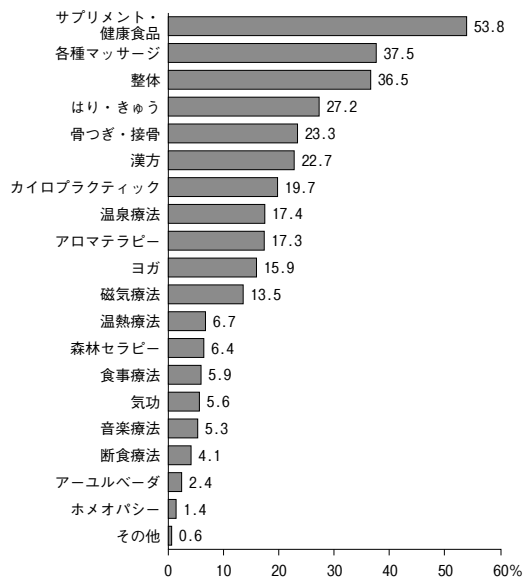
注：％は全体に占める割合を示す

(男性1,590人、女性1,588人)となった。年齢は44.7±0.24歳(平均±標準偏差)であった。

すべての療法を認知した者は、2,496人であった。1人当たりの利用療法数を表1に示す。その他を含む各療法いずれかにおいて、過去に利用経験があると回答した者(以下、経験者)は1,993人(77.4%)であった。1人当たりの利用療法数は、1療法が最も多く18.4%、ついで2療法16.7%であった。10療法以上も2.9%あった。性別では、男性930人(73.3%)、女性1,003人(81.7%)で有意差を認めた(p<0.0001)。年代別では、73.0%(20歳代)から79.8%(30歳代)の範囲で有意差を認めた(p<0.05)。職業別では専業主婦(夫)79.3%が最も高く、有意差を認めた(p<0.05)。

経験者の割合(以下、経験率)を高い順に図1に示す。「サプリメント・健康食品」53.8%、「各種マッサージ」37.5%、「整体」36.5%の順であった。10%を超えた11項目について、性、年代、職業別に示す(表2)。性別では、男性は、「アロマセラピー」「ヨガ」が9.2%、4.4%と10%を下回った。女性は、「サプリメント・健康食品」は半数を超え61.8%と高率で、「温泉療法」「磁気療法」以外の9項目が20%以上であった。また「骨つぎ・接骨」を除く、10項目すべてにおいて女性が男性より経験率が高く、「はり・きゅう」「骨つぎ・接骨」以外の9項目すべてで、有意差を認めた(p<0.01)。

図1 療法別経験率(複数回答)



年代別で、有意差を認めたのは、「各種マッサージ」「はり・きゅう」「カイロプラクティク」「アロマセラピー」「ヨガ」「磁気療法」(p<0.01)、「整体」「骨つぎ・接骨」(p<0.05)であった。「はり・きゅう」「磁気療法」では年代と共に経験率が上がり、60歳代では、36.4%、17.2%となった。有意差を認めたその他の療法は、凸型に分布しており、「各種マッサージ」「骨つぎ・接骨」は40歳代で最も高く43.2%、26.2%、「整体」「アロマセラピー」「ヨガ」では30歳代が最も高く39.8%、23.8%、20.8%、

「カイロプラクティック」では50歳代が最も高く23.7%であった。

各療法別に中止者数とその理由について表3

に示す。すべての療法において30%以上の人が中止を経験していた。その割合は「骨つぎ・接骨」「はり・きゅう」「カイロプラクティック」

表2 性、年代、職業別経験率

	サプリメント・健康食品			各種マッサージ			整体			はり・きゅう			骨つぎ・接骨			漢方		
	n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有	
		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%
全体	3,147	1,693	53.8	3,153	1,183	37.5	3,155	1,152	36.5	3,152	858	27.2	3,110	726	23.3	3,115	708	22.7
性																		
男	1,575	721	45.8	1,573	516	32.8	1,577	533	33.8	1,576	416	26.4	1,552	379	24.4	1,556	306	19.7
女	1,572	972	61.8**	1,580	667	42.2**	1,578	619	39.2**	1,576	442	28.0	1,558	347	22.3	1,559	402	25.8**
年代																		
20歳代	605	311	51.4	605	188	31.1	604	194	32.1	604	85	14.1	601	111	18.5	603	120	19.9
30	623	352	56.5	623	267	42.9	625	249	39.8	624	136	21.8	619	155	25.0	616	146	23.7
40	647	366	56.6	648	280	43.2**	648	246	38.0*	644	188	29.2**	637	167	26.2*	639	149	23.3
50	624	339	54.3	628	232	36.9	628	245	39.0	627	211	33.7	617	144	23.3	621	146	23.5
60	648	325	50.2	649	216	33.3	650	218	33.5	653	238	36.4	636	149	23.4	636	147	23.1
職業																		
有職	2,091	1,127	53.9	2,093	843	40.3	2,093	822	39.3	2,093	596	28.5	2,065	528	25.6	2,068	487	23.5
無職	291	131	45.0	290	85	29.3	290	77	26.6	289	79	27.3	281	58	20.6	285	55	19.3
学生	134	66	49.3	134	28	20.9	134	31	23.1	134	9	6.7	135	21	15.6	134	25	18.7
専業主婦(夫)	631	369	58.5	636	227	35.7	638	222	34.8	636	174	27.4	629	119	18.9	628	141	22.5

	カイロプラクティック			温泉療法			アロマセラピー			ヨガ			磁気療法		
	n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有		n =	経験有	
		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%
全体	3,129	616	19.7	3,116	542	17.4	3,127	541	17.3	3,127	498	15.9	3,100	417	13.5
性															
男	1,559	270	17.3	1,560	247	15.8	1,560	143	9.2	1,564	69	4.4	1,555	191	12.3
女	1,570	346	22.0**	1,556	295	19.0*	1,567	398	25.4**	1,563	429	27.4**	1,545	226	14.6*
年代															
20歳代	601	85	14.1	604	100	16.6	605	122	20.2	603	100	16.6	601	48	8.0
30	622	120	19.3	615	126	20.5	621	148	23.8	621	129	20.8	609	72	11.8
40	638	137	21.5**	638	103	16.1	639	119	18.6**	642	90	14.0**	637	82	12.9**
50	624	148	23.7	624	93	14.9	622	90	14.5	622	91	14.6	620	106	17.1
60	644	126	19.6	635	120	18.9	640	62	9.7	639	88	13.8	633	109	17.2
職業															
有職	2,077	446	21.5	2,072	371	17.9	2,075	373	18.0	2,076	305	14.7	2,063	275	13.3
無職	288	44	15.3	285	44	15.4	286	28	9.8	288	26	9.0	284	39	13.7
学生	131	10	7.6	133	21	15.8	134	20	14.9	133	17	12.8	132	8	6.1
専業主婦(夫)	633	116	18.3	626	106	16.9	632	120	19.0	630	150	23.8	621	95	15.3

注 *p<0.05, **p<0.01

表3 中止者数とその理由(複数回答)

	中止者		%	効果が感じられない		何らかの健康被害があった		医師から止められた		家族・友人、知人など身近な人に止められた		それに関してよくない情報やうわさを聞いた		身近に利用できる場所がない		お金がかかる		現時点で症状がない		その他	
	全体の経験者数	中止人数		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
サプリメント・健康食品	1,693	619	36.6	353	57.0	9	1.5	11	1.8	1	0.2	10	1.6	6	1.0	320	51.7	6	1.0	15	2.4
各種マッサージ	1,183	771	65.2	186	24.1	10	1.3	4	0.5	2	0.3	2	0.3	214	27.8	436	56.5	17	2.2	28	3.6
整体	1,152	821	71.3	229	27.9	24	2.9	13	1.6	7	0.9	7	0.9	154	18.8	414	50.4	80	9.7	24	2.9
はり・きゅう	858	679	79.1	235	34.6	25	3.7	5	0.7	8	1.2	14	2.1	134	19.7	259	38.1	77	11.3	24	3.5
骨つぎ・接骨	726	582	80.2	167	28.7	9	1.5	16	2.7	10	1.7	10	1.7	100	17.2	158	27.1	138	23.7	16	2.7
漢方	708	481	67.9	186	38.7	8	1.7	9	1.9	6	1.2	7	1.5	44	9.1	242	50.3	38	7.9	9	1.9
カイロプラクティック	616	474	76.9	127	26.8	17	3.6	9	1.9	5	1.1	12	2.5	101	21.3	246	51.9	32	6.8	5	1.1
温泉療法	542	256	47.2	63	24.6	5	2.0	4	1.6	4	1.6	1	0.4	96	37.5	103	40.2	2	0.8	10	3.9
アロマセラピー	541	275	50.8	109	39.6	2	0.7	-	-	4	1.5	5	1.8	37	13.5	113	41.1	2	0.7	22	8.0
ヨガ	498	329	66.1	80	24.3	7	2.1	2	0.6	4	1.2	2	0.6	94	28.6	108	32.8	-	-	59	17.9
磁気療法	417	293	70.3	164	56.0	5	1.7	7	2.4	3	1.0	6	2.0	38	13.0	63	21.5	18	6.1	12	4.1

が80.2%, 79.1%, 76.9%と高かった。中止理由は「骨つぎ・接骨」は「効果が感じられない」28.7%, 「お金がかかる」27.1%, 「現時点で症状がない」23.7%の順であった。「はり・きゅう」と「カイロプラクティック」は「お金がかかる」38.1%, 51.9%, 「効果が感じられない」34.6%, 26.8%, 「身近に利用できる場所がない」19.7%, 21.3%の順であった。療法別にみると「何らかの健康被害があった」としたのは2～25件であった。

公的機関への相談割合を表4に示す。すべての療法において公的機関への相談が行われていた。最も多かった「磁気療法」「骨つぎ・接骨」「はり・きゅう」で、それぞれ2.6%, 2.5%, 2.4%であった。

Ⅳ 考 察

本調査の統合医療の利用経験者は全体の77.4%であった。Yamashitaら³⁾の研究では、過去1年間に76.0%がサプリメント、健康器具、ハーブ、マッサージ等を利用したと報告しており、UFJ総合研究所政策研究事業本部の調査では⁴⁾、サプリメント等健康食品、漢方薬、ドリンク剤、気功、瞑想、はり・きゅうなどの療法を83.0%が一生涯に利用したことがあると報告されている。本調査と調査した療法の差異があるが、日本においていわゆる統合医療の利用経験者は8割程度と考えられる。また利用経験は女性に有意に高く、これは福田ら⁵⁾の知見と相違なかった。

療法別では、「健康食品」としては消費者委員会調査⁶⁾で80.3%、東京都調査⁷⁾で58.9%であった。本調査結果の53.8%は、調査対象年齢等を考慮しても妥当な値と考えられた。

「カイロプラクティック」「各種マッサージ」は、福田らの調査⁵⁾で、カイロプラクティック/整体として男性9.9%、女性10.1%、マッサージ/指圧として、男性18.0%、女性21.0%と報告されている。本調査結果は、前者は10ポイント以上、また後者は15ポイント以上高かった。本調査は福田ら⁵⁾より10年以上経過しており、

表4 公的機関への相談割合

	人数	%
サプリメント・健康食品	27	1.6
各種マッサージ	19	1.6
整体	19	1.6
はり・きゅう	21	2.4
骨つぎ・接骨	18	2.5
漢方	12	1.7
カイロプラクティック	12	1.9
温泉療法	6	1.1
アロマセラピー	7	1.3
ヨガ	6	1.2
磁気療法	11	2.6

注 相談割合(%)は表3の全体の経験者数に占める割合を示す。

その後の普及が推察できる。しかし、年代が上がるほどまた男性より女性の経験率が高いことは本調査と同じ結果であり、これが統合医療の特徴と考えられる。「はり・きゅう」「マッサージ」「骨つぎ・接骨」「整体」「カイロプラクティック」を含む整形外科補完医療の利用として、Watanabeら⁸⁾の調査では、過去1カ月以内の利用として13.6%であった。本調査結果はこれより10ポイント以上高かったが、それは利用期間を限定していないためと考えられる。

また、本調査において、性別や年代別の経験率には有意差がみられ、これらは先行研究と同様の結果であった⁵⁾。

中止理由の「効果が感じられない」は、漢方などの一部の治療を除いて、効果が科学的に提示された療法が少ない⁹⁾ことと関連している可能性が考えられる。また「お金がかかる」は、「はり・きゅう」などの一部療法以外は保険適用外であり、料金は施術者が自由に設定できるため、より高額になる可能性があることと関連していると考えられる。「何らかの健康被害があった」については、サプリメント・健康食品では食品安全委員会¹⁰⁾¹¹⁾や米国の報告¹²⁾において健康被害例が報告されている。本調査においても9件(1.5%)の報告がみられた。

本研究の限界として、Web調査について近年モニターの回答行動に関して、誰にでも選択可能な選択肢を選ぶ、あてずっぽうに回答する等の不適切な回答行動が頻繁に生じることが報告されている¹³⁾。療法数が19療法と多かったことやスクリーニング調査を実施していないことから、不適切な回答行動が生じていないとはい

いきれない。しかし、先行研究との相違も大きくなく、結果を一般化できる可能性は十分に考えられる。

本調査は、平成22年厚生労働科学研究費補助金厚生労働科学特別研究事業「統合医療の情報発信等の在り方に関する調査研究」（研究代表者 福井次矢）によって実施された。

文 献

- 1) 厚生労働省. 「統合医療」のあり方に関する検討会 これまでの議論の整理について (<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000002vsub.html>) 2015.11.27.
- 2) 渥美和彦. 統合医療－基礎と臨床－. 東京：日本統合医療学会, 2007.
- 3) Yamashita H Tsukayama H, Sugishita C. Popularity of complementary and alternative medicine in Japan : a telephone survey Complement Ther Med 2002 Jun ; 10(2) : 84-93.
- 4) UFJ総合研究所政策研究事業本部. 増大する健康・癒し関連産業のニーズ. 東京：UFJ総合研究所政策研究事業本部. 2005.6.2.
- 5) 福田早苗, 渡邊映理, 小野直哉, 他. 現代西洋医学以外の伝統的医療・治療の使用と健康問題に関する実態調査. 日本公衆衛生誌 2006 ; 53(4) : 293-300.
- 6) 内閣府消費者委員会. 消費者の「健康食品」の利用に関する実態調査（アンケート調査）平成24年5月 (<http://www.cao.go.jp/consumer/iinkaikouh>)
- 7) 東京都. 平成26年度東京都福祉保健基礎調査. 「市民の健康と医療に関する実態と意識」. 2014.10 (http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kiban/chosa_tokei/zenbun/26-kekka.html) 2015.11.27.
- 8) Watanabe H, Horiguchi I, Hayasaka S, et al. Determining the general utilization and characteristics of orthopedic complementary and alternative medicine using a self-administered online questionnaire in Japan. J Orthop Sci 2015 ; 20(3) : 547-50.
- 9) 吉田勝美. 統合医療の根拠. Modern Physician 2008 ; 28(11) : 1569-71.
- 10) 内閣府食品安全委員会. 健康食品に関する危害情報について. (https://www.fsc.go.jp/kigai_jyoho/) 2015.11.27.
- 11) 内閣府食品安全委員会. いわゆる「健康食品」に関する報告書 (<https://www.fsc.go.jp/osirase/kenkosyokuhin.html>) 2015.11.27.
- 12) Geller AI, Shehab N, Weidle NJ, et al. Emergency Department Visits for Adverse Events Related to Dietary Supplements. N Engl J Med 2015 ; 373(16) : 1531-40.
- 13) 三浦麻子, 小林哲郎. オンライン調査モニターのSatisficeに関する実験的研究. 社会心理学研究 2015 ; 31(1) : 1-12.