働く女性の健康増進調査2018

HGPI Health and Global Policy Institute

女性に関するヘルスリテラシーと女性の健康行動や仕事のパフォーマンス、医療へのアクセスとの関連性が明らかに

女性が、妊娠や出産・子育て、就労の継続等、ライフプランを主体的に選択するだけでなく、社会への貢献を実現するためにも、健康は重要な要素のひとつである。しかし、女性自身の健康知識や、健康増進に対する社会の支援は、十分とは言えない。そこで日本医療政策機構では、全国18歳～49歳のフルタイムの正規社員・職員およびフルタイムの契約社員・職員、派遣社員・職員女性2,000名を対象に、女性に関するヘルスリテラシーと女性の健康行動や労働生産性、必要な医療へのアクセスとの関連性を調査した。

■「女性に関するヘルスリテラシー」とは

本調査では、「女性が健康を促進し維持するため、必要な情報にアクセスし、理解し、活用していくための能力」とした。つまり、体のしくみや女性特有の疾病知識だけでは充分ではなく、情報の取捨選択、医療関係者等への相談、女性特有の症状への対処といった行動が伴うことが重要である。

研究デザイン（概要）

性成熟期の女性のヘルスリテラシー尺度（抜粋）

1. 女性の健康情報の選択と実践
- 自分の体について医療従事者に相談できる等の9項目

2. 月経セルフケア
- 自分の月経周期を把握している等の5項目

3. 女性の体に関する知識
- 月経、妊娠、子宮や卵巣の病気についての知識がある等の5項目

4. パートナーとの性相談
- パートナーと避妊について話し合える等の2項目

回答結果をもとに得点を算出し、ヘルスリテラシーが高い群、低い群に分類した。

×

調査対象者への質問項目（例）

▶ 仕事のパフォーマンス（労働生産性）
- 月経周期関連や更年期症状や更年期障害がある時

▶ 妊娠、不妊治療
- 望んだ時期の妊娠や、望んだ時期の妊娠ができなかった時に不妊治療を実施したか

▶ 女性特有の症状への対処
- 月経関連、更年期関連の症状がある時の対処
- 健康管理のために実施していること

▶ 婦人科・産婦人科へのアクセス
- 早期/定期的な婦人科・産婦人科の受診

注目すべき調査結果

- ◆ 女性に関するヘルスリテラシーの高さが、仕事のパフォーマンスの高さに関連
- ◆ 女性に関するヘルスリテラシーの高い人は、女性特有の症状があった時に対処できる割合が高い
- ◆ 女性に関するヘルスリテラシーの高さが、望んだ時期に妊娠することや不妊治療の機会を失することがなかったことに関連
- ◆ 女性に多い病気のしくみや予防・検診・治療方法、医療機関へ行くべき症状を学ぶニーズが高い
- ◆ 企業の健康診断が、定期的な婦人科・産婦人科受診に貢献

本調査結果を受けての見解：今後推進すべき対策

女性特有の健康リスクへの対応を促進するために必要な知識の提供	国	• 女性自身が特に必要とする項目の授業を促進すべくリーダーシップをとるべき
	教育機関	• 生涯を通じて女性に必要な健康管理の項目も重点的に扱うべき
	企業	• 従業員のライフステージごとに必要な知識を提供する研修等を実施すべき
ヘルスリテラシーを意識した企業の健康対策の促進	国	• 健康経営銘柄選定において女性に関するヘルスリテラシー向上の取り組みを重視すべき
	国・研究機関	• 企業が実施した女性の健康対策の評価手法を開発すべき
	企業	• 女性のヘルスリテラシー向上に繋がる相談体制を整備すべき
婦人科・産婦人科へのアクセス向上	企業	• 企業の定期健康診断に婦人科特有の項目を含めるべき
	医療提供者	• 患者に対し定期的な受診の必要性を伝えるべき
	医療機関	• 患者のニーズを踏まえた医療提供体制を整備すべき
望んだ人が妊娠や不妊治療に取り組める環境づくり	企業	• 短時間でも利用ができる柔軟な有給休暇制度を整備すべき • 企業が整備した制度を利用できる職場の雰囲気づくりに努めるべき

調査結果（抜粋）

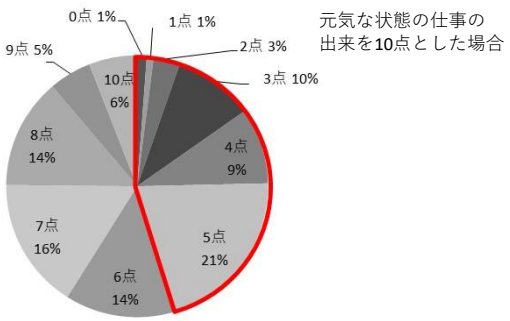
女性に関するヘルスリテラシーの高さが、仕事のパフォーマンスの高さに関連

調査対象者をヘルスリテラシーが高い群、低い群に分類し、1か月の仕事のパフォーマンスを比較したところ、ヘルスリテラシーが高い人の仕事のパフォーマンスの方が、有意に高かった。

また、月経前症候群（PMS: Premenstrual Syndrome）*1や月経随伴症状*2といった月経周期に伴う心身の変化や、更年期症状や更年期障害*3による仕事のパフォーマンスを比較したところ、多くの人が仕事のパフォーマンスに影響を与えると感じていることが明らかになった（図1（PMSや月経随伴症状の場合の例）） 。一方、ヘルスリテラシーが高い人は、こうした症状による仕事のパフォーマンスへのダメージが少なかった（図2 （PMSや月経随伴症状の場合の例） ）。仕事のパフォーマンスとは、いずれの場合においても、ヘルスリテラシー尺度の「女性の体に関する知識」項目と最も関連性があることも明らかになった。

図1

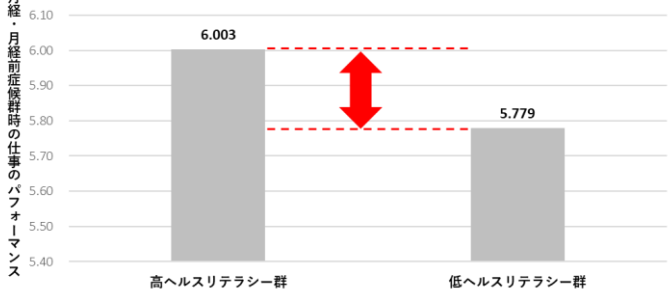
PMSや月経随伴症状によるパフォーマンスの変化 (n=2000)



▶PMSや月経随伴症状により、元気な状態と比較して仕事のパフォーマンスが半分以下になる人が約半数

図2

ヘルスリテラシー高低群×PMSや月経随伴症状時の仕事のパフォーマンス (n=2000)



▶ヘルスリテラシーの高い人の方が、PMSや月経随伴症状時の仕事のパフォーマンスが高い

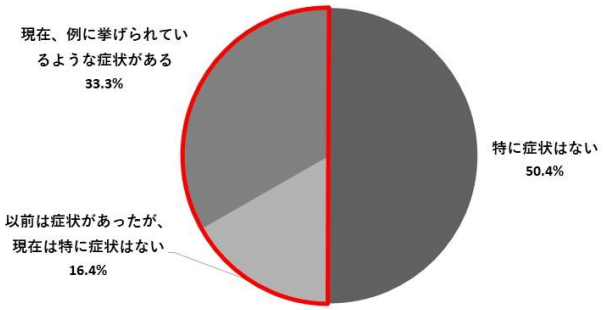
女性に関するヘルスリテラシーの高い人は、女性特有の症状があった時に対処できる割合が高い

現在または過去に、不規則な月経や正常でない出血等、月経に関する異常*4があったと回答した人が約半数であったが（図3） 、「何もしていない」人が最も多かった（図4）。しかし、ヘルスリテラシーの高い人の場合は、これらの症状があった場合に、市販薬や医師の処方薬を飲む、婦人科・産婦人科、内科を受診するといった対処行動をとっていた（図5）。この傾向は、更年期症状や更年期障害に関して質問した結果においても同様であった。

その他、ヘルスリテラシーの高い人の方が婦人科系のがん検診の受診をしている、健康アプリ等を使って月経周期を把握している等、ヘルスリテラシーの高さが女性の健康行動に関連していることが明らかになった。

図3

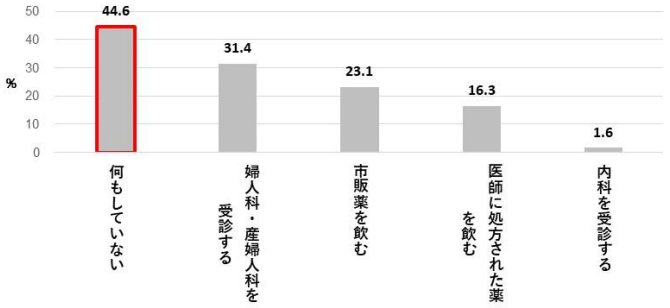
月経に関する異常症状 (n=2000)



▶現在または過去に月経に関する異常症状があった人は約半数

図4

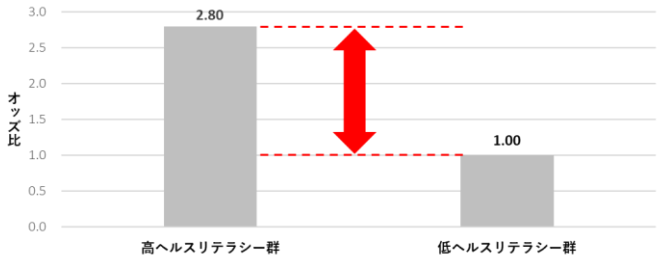
月経に関する異常症状への対処方法 (n=992)



▶月経に関する異常症状がある場合でも「何もしていない」人が最も多い

図5

ヘルスリテラシー高低群×月経異常時の対処行動 (n=983)



▶ヘルスリテラシーの高い人の方が、2.8倍、月経異常時に医療機関の受診や服薬等の対処をしていた

*1 月経前症候群：月経前の身体的・精神的な不快症状、*2 月経随伴症状：月経痛等の月経中の不快な症状や不正出血等の月経に関連する症状
*3 更年期症状や更年期障害：更年期（閉経前後の5年間）に現れる、顔がほてる、汗をかきやすい等のさまざまな症状の中で他の病気に伴わないものを更年期症状、その中でも症状が重く日常生活に支障を来すものを更年期障害とした。本調査では、40歳以上でこれらの症状があると回答した人のみを比較の対象とした。
*4月経周期が不規則で次の月経の予測がつかない、月経周期が短い（24日以内）、月経周期が長い（39日以上）、以前は規則的にあった月経が何カ月も来ていない、月経時の出血の量が少ない、月経時の出血の量が多い、月経が2日以内で終わる、月経が8日以上続く、月経時の症状が強い（下腹痛、腰痛、腹部の膨満感、吐き気、頭痛、疲労・脱力感、食欲不振、イライラ、下痢、憂鬱等）、月経とは異なる出血がある（不正出血）

特定非営利活動法人日本医療政策機構 Tel: 03-4243-7156 Fax: 03-4243-7378 E-mail: info@hgpi.org
調査結果の全文は、当機構のウェブサイト（https://www.hgpi.org/）よりご覧いただけます。 ▶「HGPI ヘルスリテラシー」で検索