

2022年6月30日
看護情報学特論 I

摂食障害に関連したヘルスリテラシー

看護教育学専攻 上級実践コース

21MN023 高井香奈

このテーマを選択した理由

- 摂食障害支援拠点病院で、多くの摂食障害の患者とその家族に関わっていた
- テレビやインターネット、雑誌など子どもたちが目にするメディアには、食事制限や体重管理など摂食障害に関連した情報があふれている
- 摂食障害に関する正しい情報提供が不十分である

摂食障害が命に関わる疾患であること、その人の生活や人生に大きな影響を及ぼすこと、家族や友人など周囲の人にも影響があることなどを子どもたちに、どのように伝えるべきなのか？

日本の摂食障害の現状

- 摂食障害患者数(推定):約210,000人
- 女子中学生の1~2人/100人、男子中学生の2~5人/1000人
- 神経性やせ症が疑われる生徒のうち1/3~1/2が受診をしていない
- 受診中断も多い

厚生労働省(2020).厚生労働省における摂食障害対策

https://www.ncnp.go.jp/nimh/shinshin/edcenter/pdf/business_report_r1_05.pdf

《神経性やせ症の経過と予後》

- 患者は病識に乏しく、受診が遅れがちである。
- 完全回復には年単位の時間がかかることもある。
- 死亡率は、6~20%(他の精神疾患より高い)、極度の低栄養に起因する衰弱死、不整脈、感染症、自殺など。

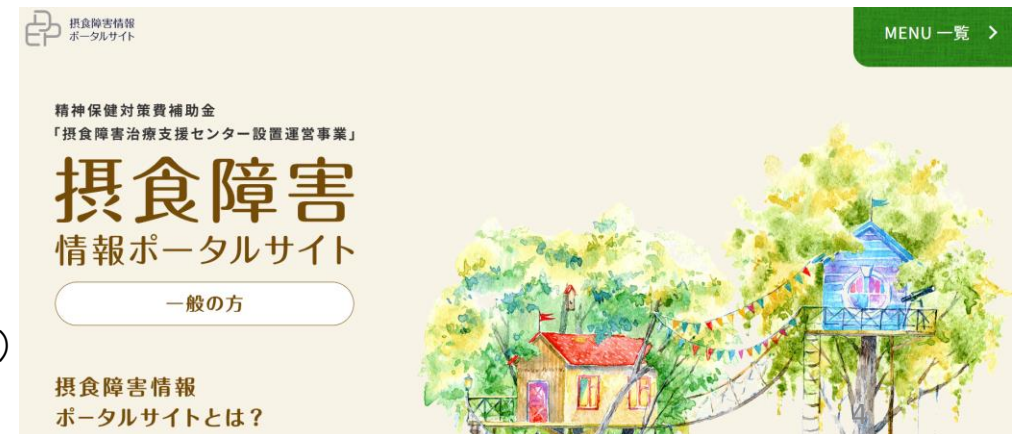
摂食障害治療支援センター設置運営事業 摂食障害情報ポータルサイト(専門職の方) 摂食障害の概説と疫学

<https://www.edportal.jp/pro/outline.html>

摂食障害に関する日本の支援体制

- 2014年度、摂食障害の患者とその支援者のための支援体制づくりと診療連携を目的として、厚生労働省の摂食障害支援拠点病院設置事業が開始された。都道府県と国が主導して実施している。
- 摂食障害支援拠点病院は、全国に4カ所設置されている。
 - 宮城県（東北大学病院）
 - 千葉県（国立国際医療研究センター国府台病院）
 - 静岡県（浜松医科大学医学部附属病院）
 - 福岡県（九州大学病院）

摂食障害治療支援センター設置運営事業 摂食障害情報ポータルサイト(一般の方)
<https://www.edportal.jp/>



摂食障害のサインの例

どこに相談したらいいの？

■ 体重に関するサイン

- 急激に体重が減少する
- 1日のうちに何回も体重計に乗る

体重減少以外に
どんなことが
起こるの？

■ 食事に関するサイン

- 食べ物を小さく切って食べる
- いつも決まった順番で食べる
- 皿の上の食べ物を並べ直す
- いろいろな理由をつけて人と食事をするのを避ける

■ 過食のサイン

- 食べ物を万引きする
- 大量の食べ物を自分の部屋に隠している

■ 過活動のサイン

- 常に動き続けている
- 立っていることが多い
- やめるように言っても聞かない

■ 排出行動のサイン

- 食事の後にしょっちゅうトイレに行く
- 虫歯、歯の変形や変色、知覚過敏、歯槽膿漏（嘔吐による胃酸の影響）

■ その他のサイン

- 気分の浮き沈みが激しい
- いつもイライラしている
- 隠し事が多くなる
- 普段の活動や友達づきあいが極端に減る
- 食事や過活動を中心とした一日の予定を組む

一般女性における摂食障害の認識調査 (小原他, 2020)

- 調査回答者:美容脱毛を専門とする上場企業の会員女性4,107名(平均年齢27.0歳±7.4歳)
- 摂食障害について「よく知っている」17.7%、「ある程度知っている」48.0%、「病名を聞いたことはあるが症状などは良く知らない」27.8%、「病名も聞いたことがない」6.5%
- 「摂食障害はダイエットが一番の原因だ」と捉えている人は60%以上。
- 「拒食症の人は自分の意思で拒食をしている」「過食症の過食は強い意志があればやめられる」といった項目も誤答率が高い。
- テレビやインターネットから情報を得る人が多く、専門家や学校の授業で情報を得る人は少ない。
- ダイエットが摂食障害の一番の原因と捉えている人は、テレビやインターネットからの情報入手が多かった。

まとめ

- 摂食障害に関する正しい知識を子どもの時から習得する必要がある。
- 様々なメディアで、摂食障害やダイエットに関連した情報を発信している。その中から正しい情報を見極め、必要な情報を入手し、自身の健康を守るために活用する力が必要である。
- 未受診の摂食障害の患者を医療機関に繋げる。
- 多くの人々が摂食障害に関心を持ち、正しい認識ができるように、専門家側が積極的に情報発信する必要がある。

引用文献

- 小原千郷, 鈴木(堀田)眞理, 西園マーハ文, 末松弘行, 鈴木裕也, 山岡昌之, 石川俊男, 生野照子. (2020). 一般女性における摂食障害の認識調査—病名認知度と誤解・偏見—. 心身医学, 60(2), 162-172.
- 厚生労働省(2020).厚生労働省における摂食障害対策
https://www.ncnp.go.jp/nimh/shinshin/edcenter/pdf/business_report_r1_05.pdf
- 摂食障害治療支援センター設置運営事業 摂食障害情報ポータルサイト(一般の方) <https://www.edportal.jp/>
- 摂食障害治療支援センター設置運営事業 摂食障害情報ポータルサイト(専門職の方) <https://www.edportal.jp/pro/outline.html>