



つばさ薬局 多賀城店	☎022(366)8001	青川 店	☎0229(22)7010
長町 店	☎022(308)5711	泉 店	☎022(772)1571
船岡 店	☎0224(58)1065	若林 店	☎022(289)8777
中新田 店	☎0229(64)1888	松陽台 店	☎022(361)9444
松島 店	☎022(353)2990	上杉 店	☎022(212)1126
玉川 店	☎022(365)2838		

本格的な寒さが続く季節となりました。
今回は「摂食障害」についてお話しします。

摂食障害とは

単なる食欲や食行動の異常ではなく、体重に対する過度のこだわりがあること、自己評価への体重・体型の過剰な影響が存在する、といった心理的要因に基づく食行動の重篤な障害です。分類として大きく二つに分けられます。

- 神経性食欲不振症（AN）：一般的に拒食症と呼ばれています。
- 神経性過食症（BN）：一般的に過食症と呼ばれています
※そのどちらにも明確に分類されない摂食障害は、特定不能の摂食障害（NOS）と呼ばれています。

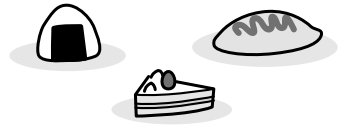


症 状

- 拒食症では、体重が減少しているにもかかわらず、太ること、肥満になることへの強い恐怖に基づく種々の行動が認められま

す。身体症状は全身に及び、バイタルサインの悪化（低血圧、低血糖など）、骨密度の低下・骨折所見、脱水などがみられます。

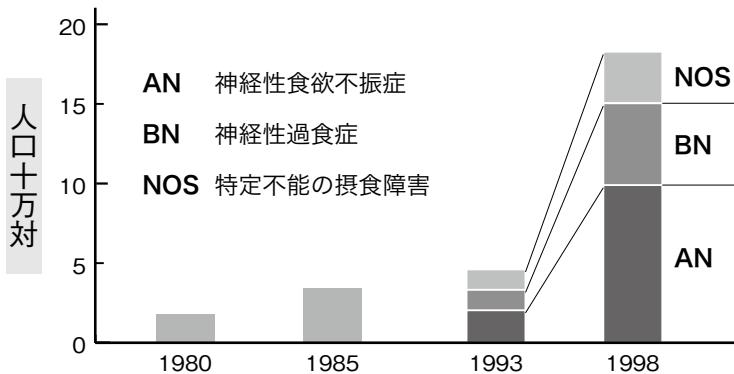
●過食症では、むちゃ食いの反復と、それを解消し体重増加防止のための絶食や食事制限が認められます。むちゃ食いを繰り返しながらも体重増加を防ぐために種々の不適切な代償行為（嘔吐、下剤の乱用など）をともなっていますが、拒食症と違ってやせに至らないことが特徴です。身体症状はあまり重篤なものはありませんが、代償行為により生命の危険を脅かす合併症を引き起こす可能性もあり注意が必要です。



患者数

1998年に全国の医療施設（23,401施設）を対象に実施した疫学調査（図1）によると、患者推定数（罹患率）は拒食症が12,500人（人口10万対10.0）、過食症が6,500人（人

【図1 摂食障害患者数の変化】



欧米における有病率		
	AN	BN
英国	0.1-0.2%	1.3-3.6%
米国	0.1-0.5%	2.2-3.5%

□ 10万対5.2)、NOSが4,200人(人口10万対3.3)でした。

● 摂食障害全体は1980年からの20年間に約10倍の増加がみられ、とくに1990年代後半の5年間だけで、拒食症は4倍、過食症は4.7倍と急増しています。医療機関をすすんで訪れるのは一部であるため、実際はもっと多いと推定されます。

● 年齢層で見ると、拒食症は10代、過食症は20代が多く、推定発症年齢をみると10代の占める割合が年々増加し、若年発症の傾向を示しています。すでに10歳から発症する例もまれではなくなりました。

● 男女比は1対20で、一般に90%以上が女性と報告されています。しかし、ここ10年間のきちんとした全国的な疫学調査がなされていないため、実態を知るための調査が待たれます。

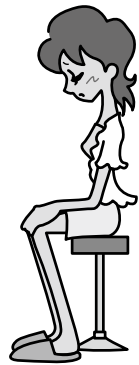
要 因

例として以下のケースを挙げます。

● 患者の大半が10～20代の女性というところから分かるように、若い女性の大半は「やせ願望」が強く過度のダイエットに走る傾向があります。それがきっかけとなり摂食障害に陥ってしまうケースがあるようです。それは本人だけではなく、「スリムをもてはやす」近年の社会の影響も否定できません。

● 心的ストレス(体重や体型からくるダイエット志向はもちろん、両親の別居や離婚などの家庭環境によるストレス、職場や学校の環境・人間関係によるストレスなど)、日々の生活の中で受ける強いストレスをうまく処理できず、拒食・過食などの障害を発症してしまいます。

摂食障害はこれら以外にも様々な要因が考えられ、どれか一つだけで発症するのではなく、様々な要因が重なることによって発症するものです。



治 療 法

.....

摂食障害は心の病気と言われますが、極端なダイエットや偏った食生活、嘔吐や下剤の乱用などで身体に様々な悪影響を起しているため身体の治療も非常に大切です。一般的には、心療内科などで投薬治療（薬はあくまで対症療法であるため、薬だけで摂食障害が完治できるわけではありません。）や心理カウンセリング療法が行われており、症状が重い人には入院による治療も受けられます。治療を始めるにあたっては自分が摂食障害であることを認めない患者も多く、患者や家族と治療者（医療スタッフ）の間に信頼感が得られることが不可欠です。

最 後 に

.....

摂食障害では現在の状態を3つの側面に分けてみるのが役立ちます。1) 食事や身体に関する事、2) 考え方、気持ち、感情に関係する事、そして3) 対人関係に関する事、です。これらの点を自分自身で振り返り、少しでも心身の状態を回復させましょう。回復が難しいと思ったら専門医を早めに受診しましょう。摂食障害は、治療に適切に取り組めば必ず回復するものです。要因として多くあげられるダイエットしたい女性の気持ちはわかりますが、過度なダイエットは健康を害するものとなります。前述してきたように下剤など本来の目的とは違った使い方をするケースも増えてきています。市販薬を含めてお薬の使用の際には薬剤師にご相談ください。

【参考文献・資料】・神経性食慾不振症のプライマリケアのためのガイドライン(2007年)
・厚生労働省HP

1月の栄養相談予定 (各店10:00~12:00開催です)

- ・10日(火) 船岡店
- ・13日(金) 泉店
- ・17日(火) 長町店
- ・18日(水) 多賀城店
- ・23日(月) 松島店
- ・24日(火) 中新田店
- ・26日(木) 上杉店
- ・31日(火) 松陽台店