

中学生のカフェイン摂取に関する意識調査

並木 真大¹⁾、小林 大介²⁾、北原 希³⁾、松井 久仁彦⁴⁾、市ノ渡 真史⁵⁾、前田 守⁶⁾、
長谷川 佳孝⁶⁾、月岡 良太⁶⁾、森澤 あずさ⁶⁾、大石 美也⁶⁾

- 1) 株式会社インファーマシーズ 野辺地調剤薬局
- 2) 株式会社インファーマシーズ アイン薬局 横手店
- 3) 株式会社インファーマシーズ アイン薬局 宮古山口店
- 4) 株式会社宮古アイン 宮古調剤薬局
- 5) 株式会社インファーマシーズ
- 6) 株式会社アインホールディングス

【目的】現在、未成年者でもエナジードリンク(以下、エナドリ)等のカフェイン(以下、Cf)飲料を容易に摂取できるが、未成年者の Cf に関する意識の報告は少ない。そこで、中学生の Cf に関する意識調査を行い、薬局薬剤師が果たすべき役割を考察した。

【方法】2019 年 7～8 月に、岩手県の中学校 2 校の生徒 220 名に紙面でのアンケートを行った。主な項目は「Cf 飲料とその効果の認知」「Cf に関する情報源」「Cf 飲料の区別」「Cf 摂取で体調が悪化した経験」とした。結果は、有意水準 0.05 としたカイ二乗検定および Fisher 正確確率検定にて統計解析した。

【結果】有効回答 173 名(男子 50.3%、女子 49.7%)の 98.8%が Cf 飲料を認知しており、その情報源は「家族(64.9%)」「テレビ(62.0%)」が多かった。Cf の効果は「目が冴える(69.6%)」「集中できる(24.6%)」が多く認知されていた。Cf 飲料としてコーヒーは 92.4%、エナドリは 78.4%が認識しており、麦茶は 42.7%が誤認識していた。飲料の Cf 含有を意識する群(意識群)は 32.2%、意識しない群(無意識群)は 67.8%であった。意識群の 38.2%が Cf 摂取目的でエナド리를飲むことがあり、無意識群(16.4%)よりも有意に多かった。なお、エナドリ摂取で嘔吐や下痢、頭痛などの体調悪化を経験した者も存在した。

【考察】本結果では、飲料の Cf 含有は 32.2%しか意識しておらず、Cf 飲料の区別も正確に行われていなかった。Cf 摂取目的でエナドリなどの高濃度 Cf 飲料を意識して飲む傾向も見られたが、その副作用が疑われる症状の経験者も存在し、適切適量に摂取されていない可能性が示唆された。したがって、未成年者やその情報源たる家族やテレビに Cf 摂取の正しい知識を啓発することが急務といえる。学校薬剤師や地域健康教室などでの直接的啓発はもちろん、メディアへの正しい知識の啓発に繋がるようにアウトプットすることも必要と考える。

(日本薬学会第 141 年会(2021 年 3 月, 広島)にて発表)