



ニュースリリース

2023年12月5日

かぜのひき始め、「のどの違和感」がバロメーターに。

まずは「市販薬で早めに対処」の理由とは!?

～くらしのリアルを探る「ほぼ 1000 人にききました」～

くらしにまつわる旬の話題やちょっとしたトピックをオレンジページが読者アンケートでリサーチする、「ほぼ 1000 人にききました」。今回は、国内在住の成人女性 1220 人のかぜ事情を調査。今年はインフルエンザが早くから流行り始めたこともあり、世間的にも例年以上に「かぜ」に対する意識が高まっているよう。今回の調査では、かぜ対策として、なんとなく調子が悪い、軽い症状が出た時など「かぜのひき始めに薬をのむ」人が 85.5%、のむのは市販薬が 82.3%で、早めの対処法として市販薬を利用している人が目立ちました。ただし、中にはのむタイミングが遅く、適切な対処ができていない様子の方も。

【ダイジェスト】

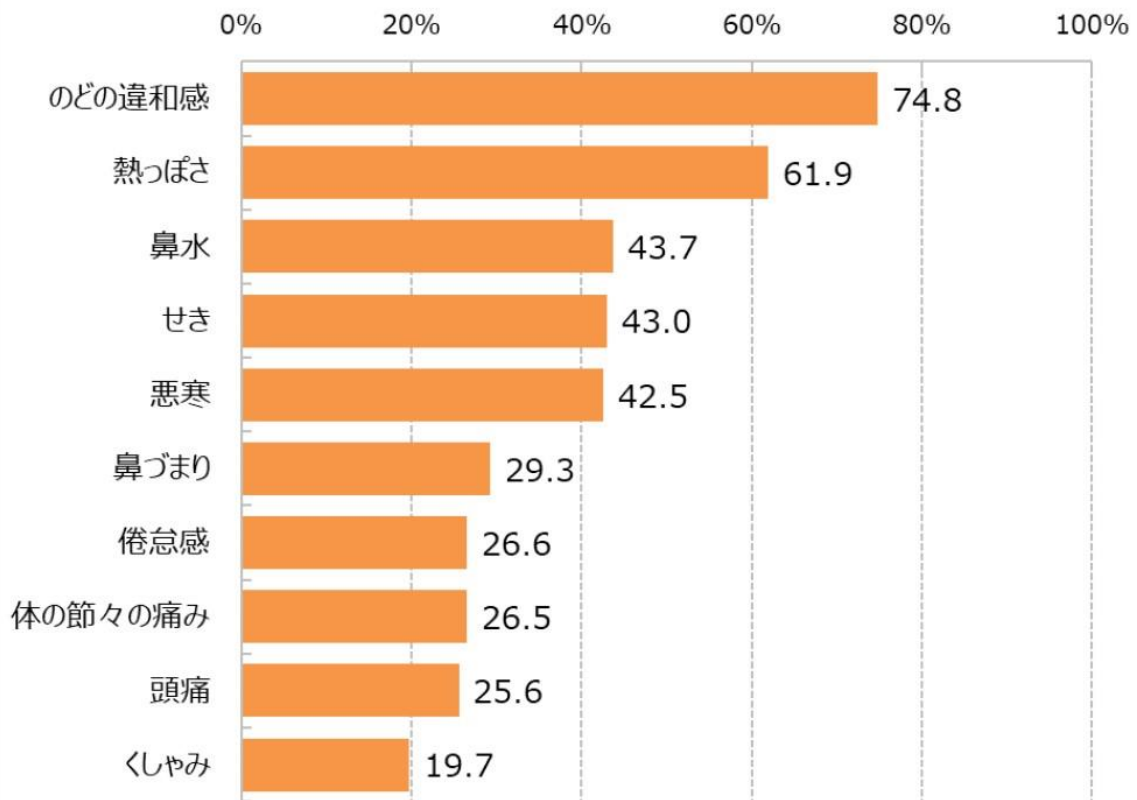
「かぜかな?」と思う症状トップは「のどの違和感」74.8%

かぜをひいても家事は休めない……。だから早めに市販薬で治したい!?

「早めの対処が肝心」だけど、「早め」のとらえ方にバラつきあり!

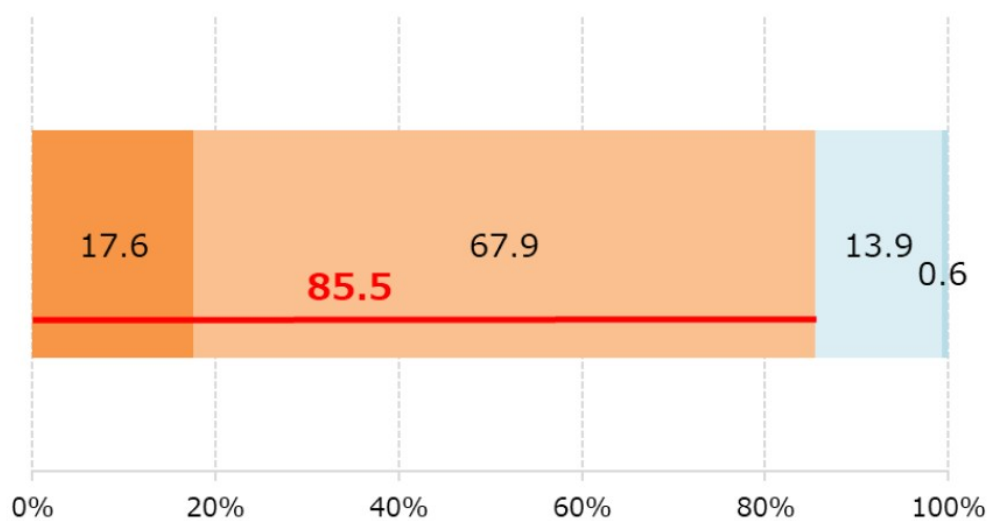
[Q]あなたが「かぜかな？」と感じるのは、どのような症状が出たときですか？

(n=1220・複数回答のうち上位10項目)

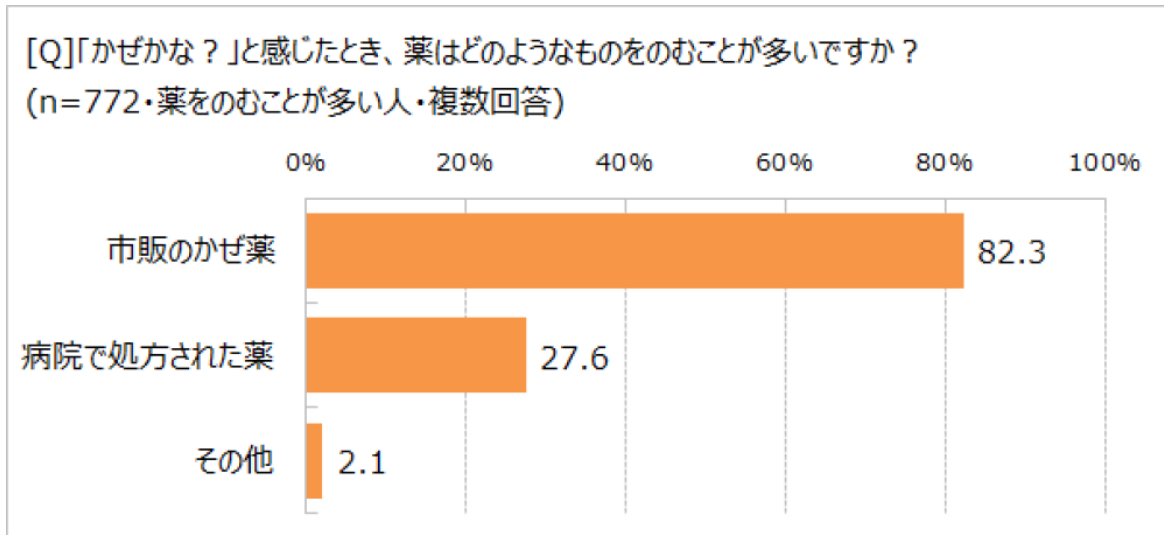


[Q]薬をのむタイミングとして、当てはまるものをお選びください。

(n=772・薬をのむことが多い人)



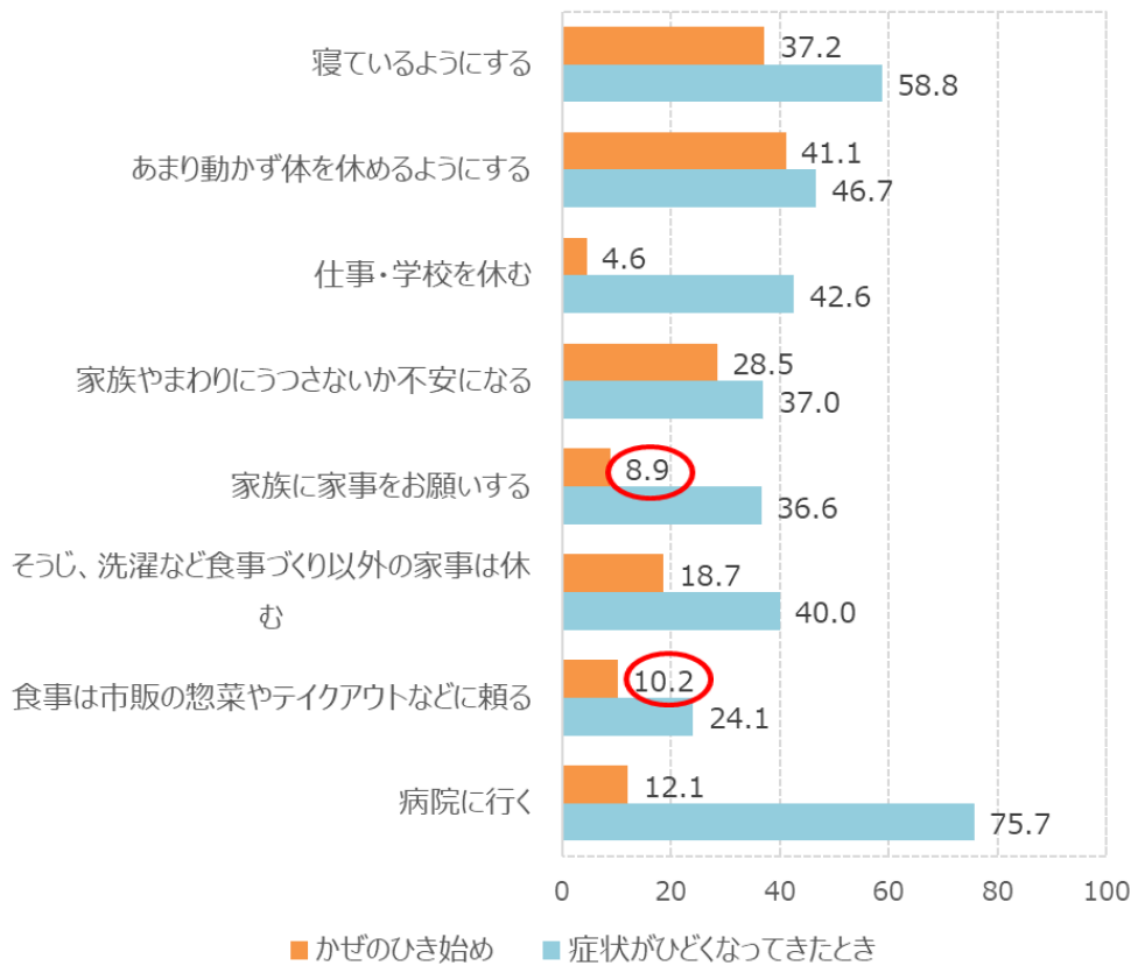
- なんとなく調子が悪いと感じたとき
- かぜの症状 (熱っぽさ、鼻水、せき、のどの違和感など) が出たとき
- 症状 (熱、鼻水、せき、のどの痛みなど) がつらいと感じたとき
- その他



「かぜかな？」と思う症状トップは「のどの違和感」74.8%

まずは、どんな症状が出たときにかぜを疑うかをリサーチ。1位は「のどの違和感」74.8%、2位「熱っぽさ」61.9%、3位「鼻みず」43.7%という結果に。さらに、この1年以内にかぜをひいたことがある人のうち、もっとも多かった症状も「のどの痛み・腫れ」70.6%。多くの人にとって、「のど」がかぜのバロメーターになっていることがうかがえます。実際、「子どものころからかぜはのどからくるので、違和感を感じたら薬をのみます」（50代・玉子焼き）といった声も多く寄せられました。また、薬の利用状況では、「かぜかな？」と感じたときに薬を飲む人の割合は63.3%で、のむタイミングは「なんとなく調子が悪いと感じたら」17.6%、「軽い症状が出たら」67.9%など、かぜのひき始めが85.5%。のむ薬は市販薬が82.3%、処方薬が27.6%で、早めの対策として市販薬を利用する人が多いようです。ちなみに、市販薬をのむ人の約9割は、薬を常備していました。

[Q]かぜをひいたときの気持ちや行動
(n=1220・複数回答から抜粋)

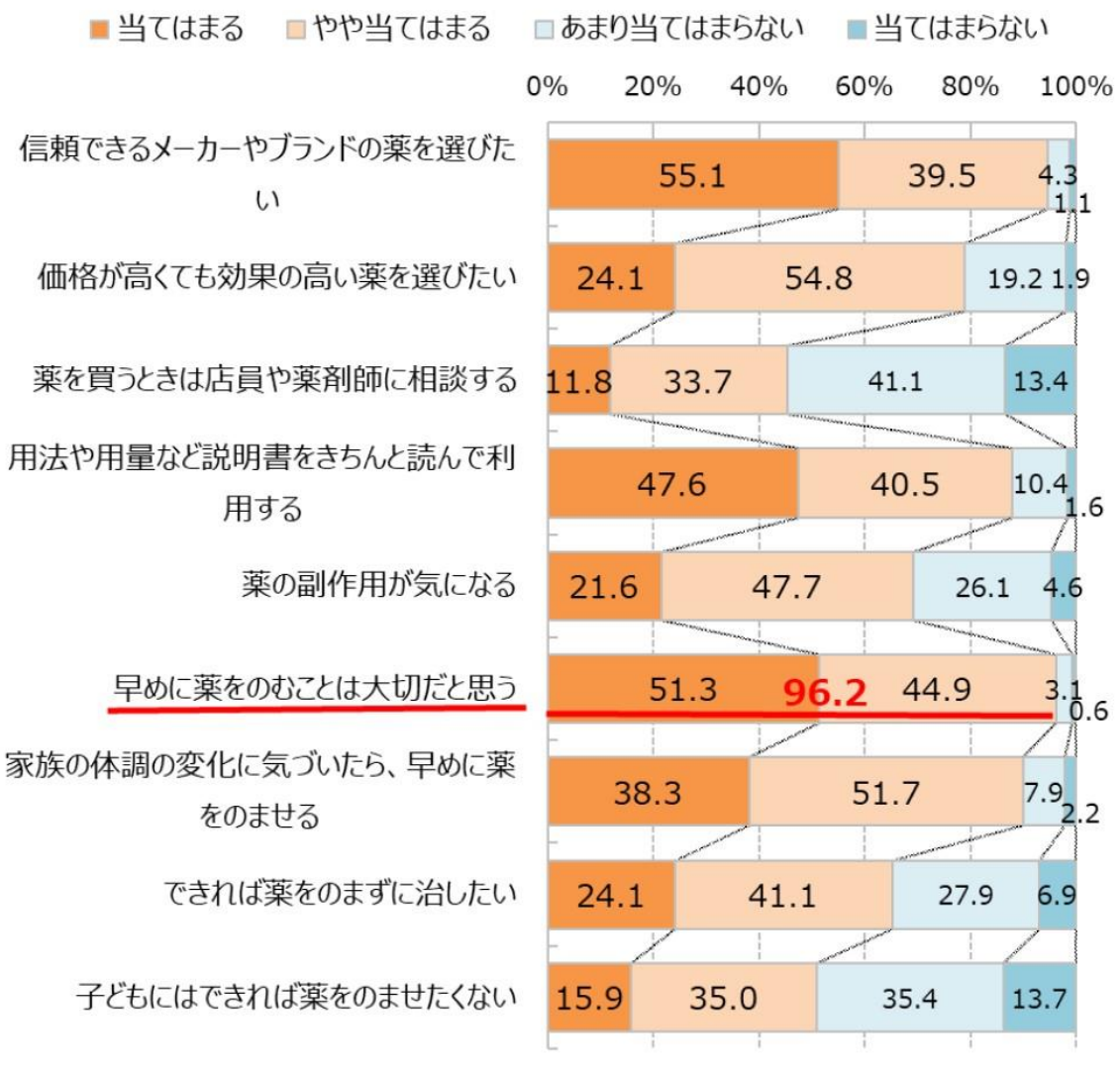


かぜをひいても家事は休めない……。だから早めに市販薬で治したい!?

かぜのひき始めの気持ちや行動としては、「体を休める」が41.1%いる一方で、「家事を家族にお願いする」は8.9%、「食事は惣菜などに頼る」は10.2%どまり。かぜをひいても家事をしなければならず、実際にはゆっくり休めない人が多く、さらに、かぜが悪化した場合でも、「家事を家族にお願いする」は36.6%、「食事は惣菜などに頼る」は24.1%と低い結果に。家族のくらしのために「家事に穴はあけられない」、また、悪化しても家事は休めず自分が苦しい思いをするため、家族や自分のために早めに市販薬をのんで治したいという意識が働くよう。自由回答でも、「悪化する前に薬で症状を抑えて、家事に影響を出さない」(30代・光華)、「発熱しても家事、育児はしないといけないので早めに薬をのむ」(40代・まなまな)といった声が目立ちました。

[Q]市販のかぜ薬を利用するときの気持ちや行動に近いものは？

(n=635・市販薬をのむ人)



「早めの対処が肝心」だけど、「早め」っていつ？

「市販薬をのむときの気持ちや行動」を調べたところ、「早めに薬をのむのは大切だ」に「当てはまる」もしくは「やや当てはまる」と回答した人の合計が96.2%に。大多数の人が、早めの対処が肝心だと思っていることがわかります。ところが、「早め」がいつごろを指すのか聞いてみると、「立っているのがしんどいくらいのレベルになったら」(30代・keikei)、「3日連続してのどの痛みを感じ、頭痛や発熱などほかの症状も感じられるとき」(40代・さきちゃん)、「のどが少し痛いくらいの程度のとき。我慢はぜんぜんできるレベル」(30代・ドンコシイタケ)というぐあいに、人によってかなり違うことが判明しました。

今回の調査で、かぜをひいても家事を休めない実態が明らかに。だからこそ、早めの段階で治しておくことが重要だと考える人も多いよう。その一方で、「早め」の解釈はまちまちで、人によってはのむタイミングが遅く、薬の効果を最大限活かさきれていない可能性があることも明らかに。少しでも体に違和感を感じたらかぜのサインと判断し、適切なタイミングで薬をのむのが、早く効果的に治すポイントかもしれません。

Produced by 大正製薬株式会社

アンケート概要

- 調査対象: オレンジページメンバーズ・国内在住の 20 歳以上の女性 (有効回答数 1220 人)
- 調査方法: インターネット調査
- 調査期間: 2023 年 9 月 15 日～9 月 24 日
- 「ほぼ 1000 人にききました」について

読者モニター「オレンジページメンバーズ」には、さまざまな暮らし情報・暮らし体験によってはぐくまれた生活感度の高い読者が数多く所属しています。そんなメンバーたちの声を集めて、「暮らしのリアル」な数字、リアルな声を集めたのが「ほぼ 1000 人にききました」企画です。WEB 上でのアンケート調査、座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

- 『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊 38 周年を迎えた生活情報誌。30～40 代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

次の暮らしデザイン部

kurashi@orangepage.co.jp