

女性の大敵「冷え症」 改善のカギは漢方薬にあり!

朝晩ぶるっと寒さを感じるこの時期、冬本番の前にすでに冷え症に悩まされている女性が多いのではないのでしょうか。しかし、データをみると意外にも、服薬による冷え症対策を行っている方は少ないようです。

8割の女性は“冷え症”と 関連症状に苦しんでいる

調査によれば、25～30歳代女性で冷え症に悩まされている割合は、実に78.1%。約8割もの女性が冷え症を自覚しています（2013年3月タケダ調査、25～30歳代女性4,107人を対象）。

ただ、一口に「冷え症」といっても、その症状は様々。手足が冷えている、という本来の自覚症状だけでなく、むくみ、頭重、生理痛などのやっかいな症状を、しかも複数伴うケースが多いのです（図1）。

実際、冷え症で他の症状にも悩まされているという方は全体の約8割もいます（図2）。しかも、半分近くは、むくみと頭重、むくみと生理痛など、複数の症状を抱え、5人に1人は、「むくみ・生理痛・頭重」と同時に3つの症状に悩んでいます。このように、冷え症に悩む多くの女性が、様々なからだの不調を日々、自覚しているのです。

市販薬により 対処されていない“冷え症”

それでは、女性たちは冷え症にどのように対処しているのでしょうか？ 湯船に浸ったり、カイロを活用したり、いろいろな対処法がありますが、市販薬を購入して対処している、という方は非常に少ないことがわかっています。

図3は、過去1年間で市販薬を使用した割合が低い症状をランキングにした調査結果です。これを見ると、冷え症に伴う自覚症状である「夏でも手足が冷える」「手足のむくみ」

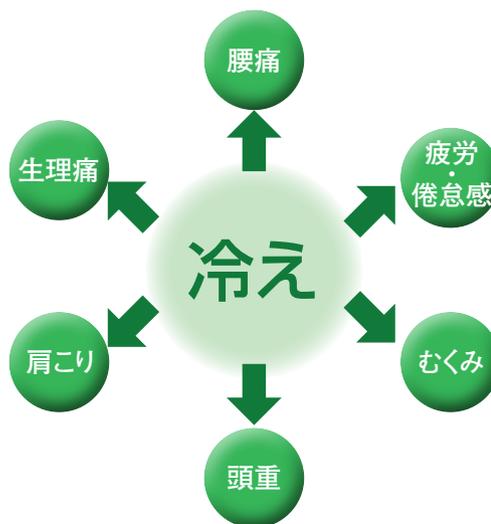
「月経不順」に対して市販薬があまり使われていないことがわかります。

この理由として、「冷え症の市販薬があまり認識されていない」「冷え症に薬を使うほどではないと考えている」などが推察でき、特に前者については、次に示す調査結果から「薬の存在を知らない」という事実が浮かび上がってきています。冷え症改善のカギとなる「漢方薬」はどのくらい認識されているのでしょうか？

冷え症の漢方薬を使う女性は たったの1割

冷え症は、漢方薬の得意領域です。手足の冷え・むくみ・生理痛・頭重といった様々な症状は、実は漢方薬によって

（図1）冷えからくる様々な症状



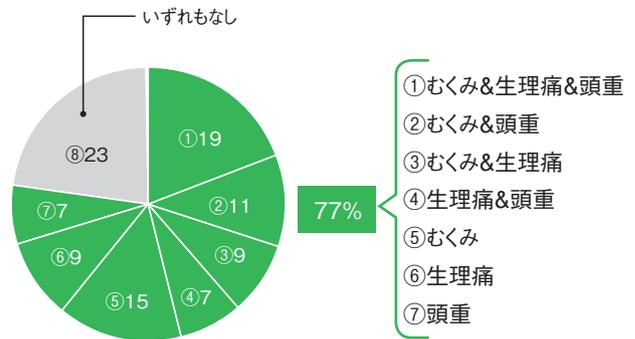


体質からケアできます。

タケダ調査によると、冷え症に対する漢方薬の存在を知らない女性は、約半数近くもいます。逆に、冷え症の漢方薬を知っていて使っている女性は約1割しかいません(図4)。

冷え症は、放っておくと症状が悪化してしまったり、いつも不調を抱えてしまったり、からだに悪影響を及ぼしてしまう可能性もあります。店頭で「漢方薬で体質からケアする」ことを伝えることでお客様のつらい冷え症改善のきっかけになるかもしれません。

(図2) 自覚症状の内容と割合 (%)



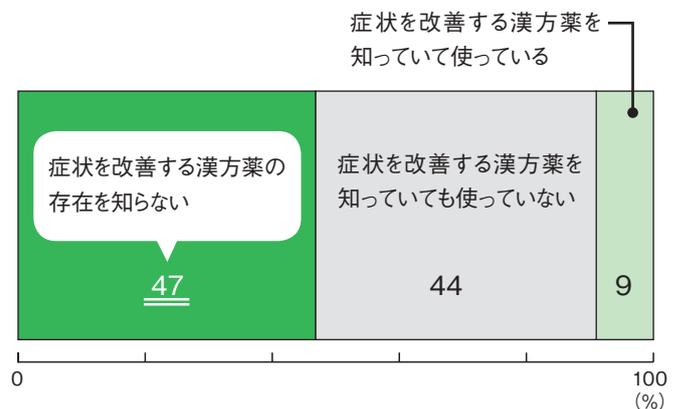
出典：2013年3月タケダ調査 冷え症自覚の25~30歳代女性3,210人

(図3) 最近1年間経験症状への対応策 [各症状経験者ベース] 「市販薬を使用した」が低い症状

市販薬を使う割合が低い症状
1 血圧が高い
2 夏でも手足が冷える
3 手足のむくみ
3 いらいらしやすい・ストレスを感じる
5 尿漏れ
6 月経不順 (女性のみ)
7 動悸・息ぎれがする
7 寝つきが悪い
9 食物などのアレルギーがある
10 疲れやすい

出典：インテージ 生活健康基礎調査2013

(図4) 冷え症に対する漢方薬の認知度と使用状況



出典：2013年6月タケダ調査 冷え症・むくみ・生理痛・頭重の症状のある25~30歳代女性156人