基礎研レター

日本でよくみられる症状と病気

自覚症状がなければ、まず様子をみる?

保険研究部 主席研究員　篠原　拓也
(03)3512-1823　tshino@nli-research.co.jp

1――はじめに

日本の人は、どんな症状に悩まされやすいのか。どんな病気にかかりやすいのか。そして、自覚症状がある場合などには、すぐに病院で受診しているのか。これらは、受療の一断面を映し出すものだ。

本稿では、日本でよくみられる症状と病気、受診までの時間などをみていくこととしたい。

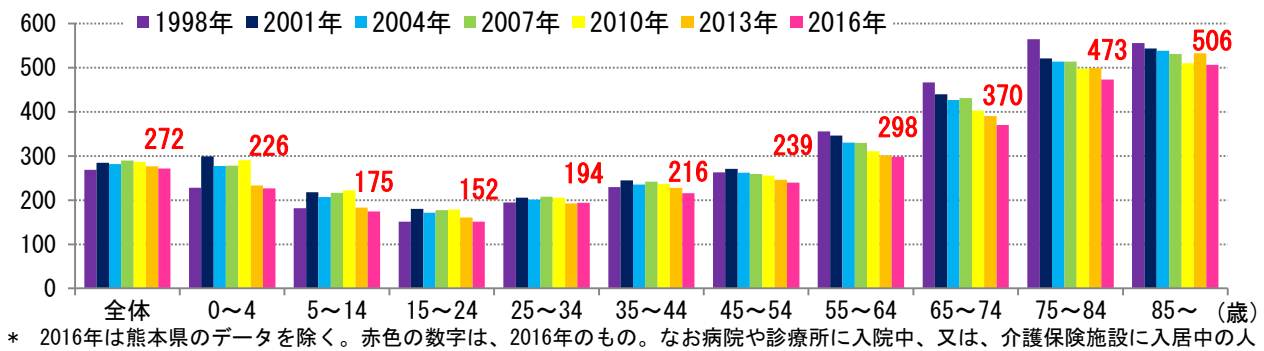
2――有訴者率と通院者率の推移

まず、病気の前兆となる自覚症状の感知からみていこう。

1｜有訴者率は高齢層を中心に低下傾向

自覚症状とは、患者自身が感知する症状のことだ。自覚症状の有無は、医師等による診断ではなく、患者本人に対する調査を通じて明らかになる。「国民生活基礎調査」(厚生労働省)は、3年に1度行う大規模調査で、健康票を用いて健康状況の調査を実施している。そして、病気やけが等で自覚症状のある人の割合を、有訴者率としてまとめている。この有訴者率は、15歳以上では、男性よりも女性のほうが高い。近年(1998～2016年)の推移をみると、男女とも高齢層を中心に低下傾向にある。

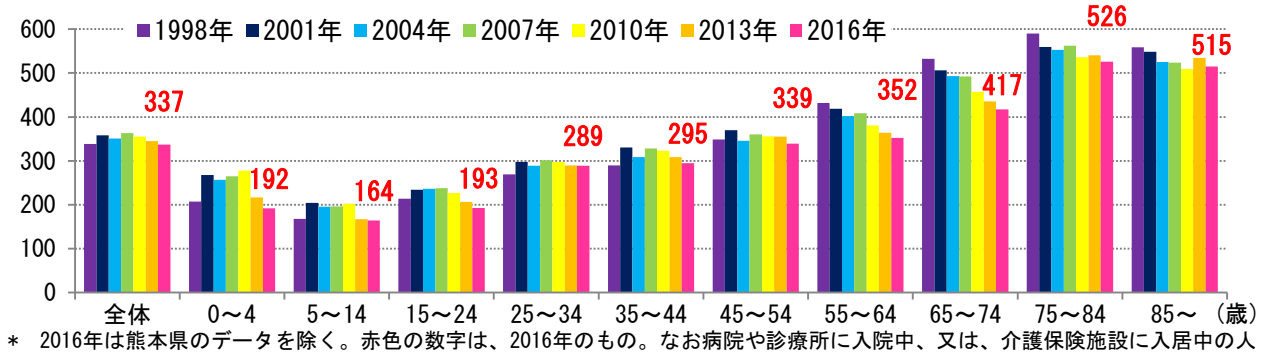
図表1-1. 有訴者率 男性（人口千人当たり）



＊ 2016年は熊本県のデータを除く。赤色の数字は、2016年のもの。なお病院や診療所に入院中、又は、介護保険施設に入居中の人は含んでいない。
※「国民生活基礎調査」(厚生労働省)より、筆者作成

Copyright ©2019 NLI Research Institute All rights reserved

図表1-2. 有訴者率 女性（人口千人当たり）



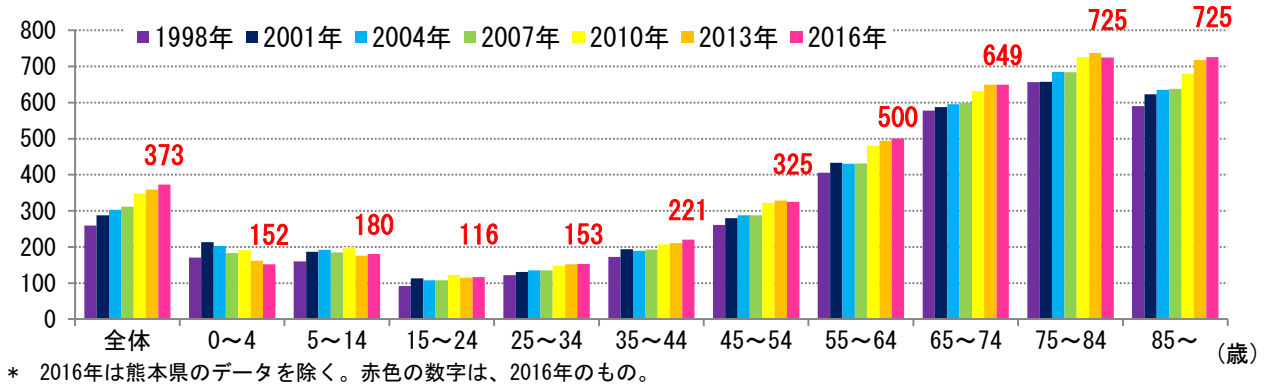
＊ 2016年は熊本県のデータを除く。赤色の数字は、2016年のもの。なお病院や診療所に入院中、又は、介護保険施設に入居中の人は含んでいない。
※「国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

2｜通院者率は、緩やかな上昇傾向にある

つぎに、傷病で通院している人の割合である、通院者率をみてみよう。通院者率は、全体では男性よりも女性のほうが高い。ただし、年齢層別にみると、男女の高低はまちまちとなっている。

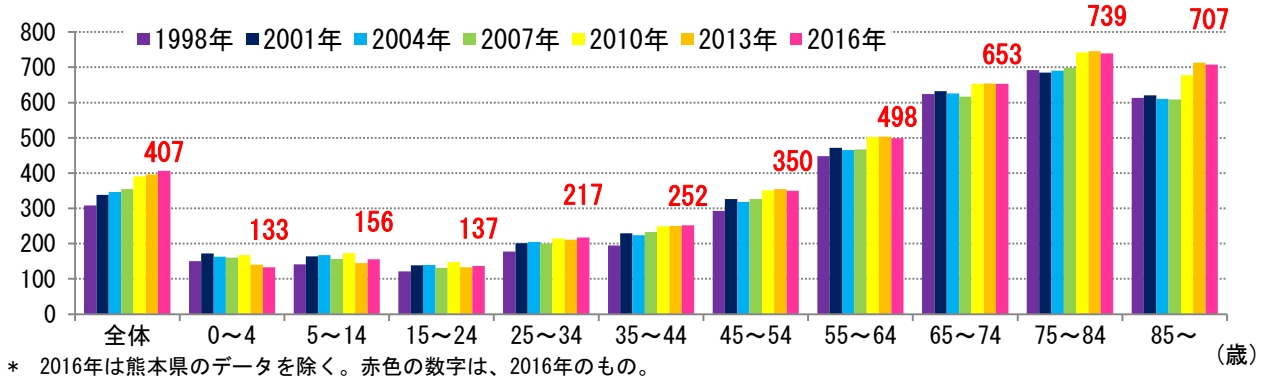
また有訴者率とは異なり、通院者率は、25 歳以上でおおむね緩やかな上昇傾向を示している。45 歳以上では、男女とも通院者率が有訴者率を上回っている。こうした傾向の原因として、中高齢層を中心に、自覚症状はないが、健康診断などによって生活習慣病に罹患していることが判明して、通院するようなケースが増えていることが考えられる。

図表2-1. 通院者率 男性（人口千人当たり）



＊ 2016年は熊本県のデータを除く。赤色の数字は、2016年のもの。
※「国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

図表2-2. 通院者率 女性（人口千人当たり）



＊ 2016年は熊本県のデータを除く。赤色の数字は、2016年のもの。
※「国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

Copyright ©2019 NLI Research Institute All rights reserved

3――主な症状と疾病

つづいて、有訴者率と通院者率の内訳をなす、主な症状と疾病についてみていこう。

1｜男性は腰痛、女性は肩こりが主な症状

症状をみると、男性は 25 歳から 84 歳にかけて「腰痛」が第 1 位となっている。「肩こり」や、「体がだるい」などがこれに続いている。また、高齢層では「頻尿(尿の出る回数が多い)」が目を引く。

女性は、15 歳から 64 歳にかけて「肩こり」、65 歳以上は「腰痛」が第 1 位となっている。若齢から中高齢にかけて「頭痛」が上位に含まれている点や、高齢層で「手足の関節が痛む」が上位にランクインしている点が特徴的といえる。

図表 3-1. 上位 5 症状　男性（人口千人当たり）［複数回答］

	第 1 位		第 2 位		第 3 位		第 4 位		第 5 位	
全体	腰痛	92	肩こり	57	せきやたんが出る	51	鼻がつまる・鼻が出る	49	手足の関節が痛む	41
0～4 歳	鼻がつまる・鼻が出る	145	せきやたんが出る	94	かゆみ	37	熱がある	36	発疹	27
5～14 歳	鼻がつまる・鼻が出る	74	せきやたんが出る	38	かゆみ	26	切り傷・やけどなどのけが	17	発疹	17
15～24 歳	鼻がつまる・鼻が出る	46	せきやたんが出る	26	体がだるい	24	腰痛	23	かゆみ	21
25～34 歳	腰痛	58	肩こり	48	鼻がつまる・鼻が出る	42	体がだるい	42	せきやたんが出る	37
35～44 歳	腰痛	78	肩こり	61	体がだるい	44	鼻がつまる・鼻が出る	36	せきやたんが出る	34
45～54 歳	腰痛	91	肩こり	72	体がだるい	44	手足の関節が痛む	36	せきやたんが出る	34
55～64 歳	腰痛	120	肩こり	81	手足の関節が痛む	55	せきやたんが出る	48	手足のしびれ	46
65～74 歳	腰痛	147	肩こり	77	頻尿	74	手足の関節が痛む	72	せきやたんが出る	66
75～84 歳	腰痛	195	頻尿	123	きこえにくい	120	もの忘れする	105	目のかすみ	102
85 歳～	きこえにくい	192	腰痛	183	もの忘れする	143	手足の動きが悪い	140	頻尿	136

＊　5～14 歳の第 4 位と第 5 位は、同率第 4 位。かゆみは、湿疹・水虫など。発疹は、じんま疹・できものなど。頻尿は、尿の出る回数が多いことを表す。なお順位付けにおいて、「その他」「不詳」は除いている。数字は人数。

※「平成 28 年国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

図表 3-2. 上位 5 症状　女性（人口千人当たり）［複数回答］

	第 1 位		第 2 位		第 3 位		第 4 位		第 5 位	
全体	肩こり	118	腰痛	115	手足の関節が痛む	70	体がだるい	54	頭痛	51
0～4 歳	鼻がつまる・鼻が出る	117	せきやたんが出る	82	熱がある	37	かゆみ	31	発疹	21
5～14 歳	鼻がつまる・鼻が出る	60	せきやたんが出る	35	かゆみ	25	頭痛	20	発疹	17
15～24 歳	肩こり	49	鼻がつまる・鼻が出る	47	頭痛	46	体がだるい	39	月経不順・月経痛	34
25～34 歳	肩こり	130	頭痛	81	腰痛	79	体がだるい	69	鼻がつまる・鼻が出る	63
35～44 歳	肩こり	135	腰痛	92	頭痛	81	体がだるい	66	鼻がつまる・鼻が出る	51
45～54 歳	肩こり	164	腰痛	118	頭痛	74	体がだるい	73	手足の関節が痛む	65
55～64 歳	肩こり	148	腰痛	132	手足の関節が痛む	91	目のかすみ	56	体がだるい	53
65～74 歳	腰痛	168	肩こり	139	手足の関節が痛む	115	目のかすみ	81	物を見づらい	63
75～84 歳	腰痛	231	手足の関節が痛む	163	肩こり	146	もの忘れする	127	目のかすみ	118
85 歳～	腰痛	207	きこえにくい	182	手足の動きが悪い	169	手足の関節が痛む	166	もの忘れする	165

＊　かゆみは、湿疹・水虫など。発疹は、じんま疹・できものなど。なお、順位付けにおいて、「その他」「不詳」は除いている。数字は人数。

※「平成 28 年国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

2｜男女とも高齢層の主な疾病は高血圧症

つぎに疾病をみると、男性は、45 歳以上で「高血圧症」が第 1 位となっている。中高齢層では、「脂質異常症」や「糖尿病」が上位に入っている。また、高齢層の「前立腺肥大症」も目立っている。

女性は、55 歳以上で「高血圧症」が第 1 位となっている。「脂質異常症」も、上位に入っている。また、高齢層で「骨粗しょう症」が上位に入っている点が注目される。

「高血圧症」、「脂質異常症」、「糖尿病」は、初期の段階では自覚症状が乏しいケースがある。このことが、前章でみた有訴者率と通院者率の傾向の違いにつながっているものとみられる。

Copyright ©2019 NLI Research Institute All rights reserved

図表 4-1. 上位 5 疾病　男性（人口千人当たり）［複数回答］

	第 1 位		第 2 位		第 3 位		第 4 位		第 5 位	
全体	高血圧症	120	糖尿病	58	歯の病気	47	眼の病気	42	腰痛症	41
0～4 歳	急性鼻咽頭炎	29	その他の皮膚の病気	28	アトピー性皮膚炎	27	喘息	17	耳の病気	12
5～14 歳	アレルギー性鼻炎	44	歯の病気	26	アトピー性皮膚炎	25	喘息	24	その他の皮膚の病気	16
15～24 歳	アトピー性皮膚炎	18	歯の病気	17	アレルギー性鼻炎	16	骨折以外のけが・やけど	11	その他の皮膚の病気	10
25～34 歳	歯の病気	32	うつ病やその他のこころの病気	19	アトピー性皮膚炎	17	腰痛症	16	アレルギー性鼻炎	12
35～44 歳	歯の病気	39	うつ病やその他のこころの病気	27	腰痛症	26	高血圧症	25	脂質異常症	16
45～54 歳	高血圧症	88	脂質異常症	43	糖尿病	42	歯の病気	42	腰痛症	31
55～64 歳	高血圧症	197	糖尿病	93	脂質異常症	73	歯の病気	56	腰痛症	49
65～74 歳	高血圧症	287	糖尿病	144	眼の病気	94	脂質異常症	82	歯の病気	79
75～84 歳	高血圧症	301	眼の病気	148	糖尿病	142	腰痛症	122	前立腺肥大症	113
85 歳～	高血圧症	287	眼の病気	147	前立腺肥大症	140	腰痛症	122	糖尿病	104

＊　急性鼻咽頭炎は、かぜ。その他の皮膚の病気は、アトピー性皮膚炎以外の皮膚の病気。脂質異常症は、高コレステロール血症等。なお順位付けにおいて、「その他」「不明」は除いている。数字は人数。

※「平成 28 年国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

図表 4-2. 上位 5 疾病　女性（人口千人当たり）［複数回答］

	第 1 位		第 2 位		第 3 位		第 4 位		第 5 位	
全体	高血圧症	116	眼の病気	60	歯の病気	57	腰痛症	57	脂質異常症	56
0～4 歳	急性鼻咽頭炎	27	その他の皮膚の病気	25	アトピー性皮膚炎	19	歯の病気	12	アレルギー性鼻炎	11
5～14 歳	歯の病気	32	アレルギー性鼻炎	30	アトピー性皮膚炎	20	その他の皮膚の病気	18	喘息	15
15～24 歳	歯の病気	23	その他の皮膚の病気	16	アトピー性皮膚炎	15	アレルギー性鼻炎	14	うつ病やその他のこころの病気	12
25～34 歳	歯の病気	38	うつ病やその他のこころの病気	29	肩こり症	20	アトピー性皮膚炎	18	妊娠・産褥	18
35～44 歳	歯の病気	45	うつ病やその他のこころの病気	30	肩こり症	28	腰痛症	26	アレルギー性鼻炎	20
45～54 歳	歯の病気	58	高血圧症	53	腰痛症	41	肩こり症	41	うつ病やその他のこころの病気	30
55～64 歳	高血圧症	144	脂質異常症	99	歯の病気	74	眼の病気	57	腰痛症	56
65～74 歳	高血圧症	255	脂質異常症	150	眼の病気	123	腰痛症	94	歯の病気	92
75～84 歳	高血圧症	320	眼の病気	179	腰痛症	161	骨粗しょう症	119	脂質異常症	114
85 歳～	高血圧症	331	眼の病気	170	腰痛症	141	骨粗しょう症	132	関節症	90

＊　急性鼻咽頭炎は、かぜ。その他の皮膚の病気は、アトピー性皮膚炎以外の皮膚の病気。脂質異常症は、高コレステロール血症等。妊娠・産褥は、切迫流産、前置胎盤等。なお順位付けにおいて、「その他」「不明」は除いている。数字は人数。

※「平成 28 年国民生活基礎調査」（厚生労働省）より、筆者作成

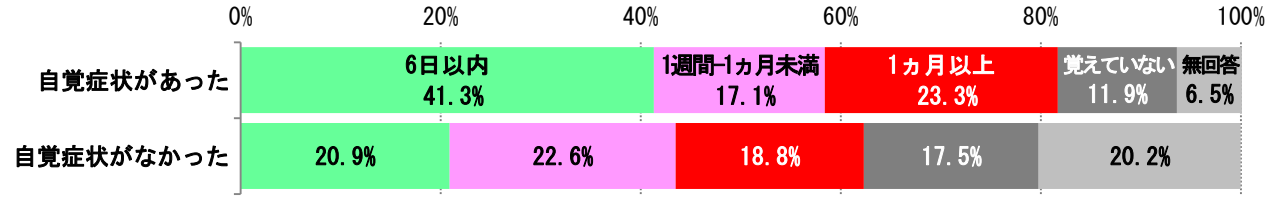
4――受診までの時間

前章までに、症状と疾病についてみていった。中高齢層では、生活習慣病などで自覚症状はないが通院している患者が増えている様子がみられた。それでは、症状を自覚したり、自覚はしないが健康診断で指摘を受けたりしてから、実際に受診するまでにどれくらいの時間がかかっているのだろうか。「受療行動調査」（厚生労働省）をもとにみていくこととしたい。

1｜自覚症状がない場合、6 日以内での受診は約 20%

最初の受診までの期間を自覚症状の有無ごとにみると、自覚症状があった場合は 6 日以内での受診が 41.3%なのに対し、自覚症状がなかった場合には約半分の 20.9%にとどまっている。自覚症状がない場合、すぐには受診しない傾向がうかがえる。

図表5. 最初の受診までの期間



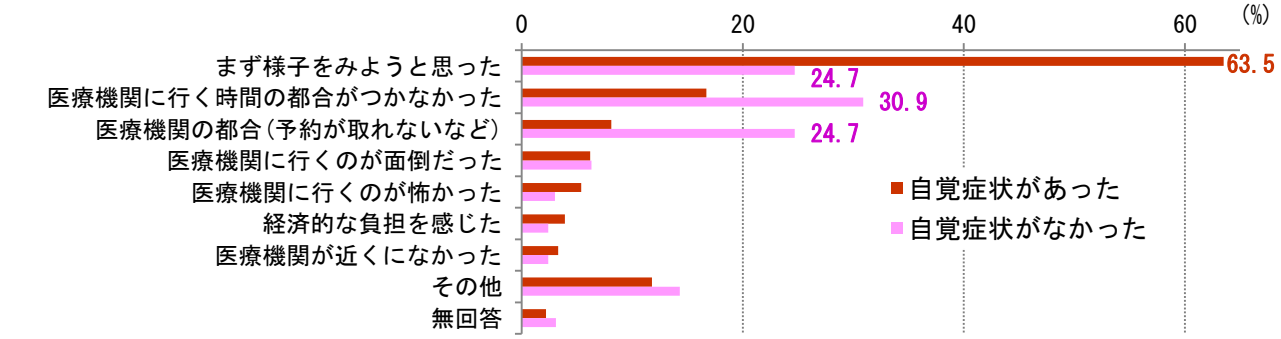
※　「平成29年受療行動調査」（厚生労働省）より、筆者作成

Copyright ©2019 NLI Research Institute All rights reserved

2｜受診までに時間を要した理由のトップは、まず様子見

つづいて、最初の受診までの期間に１週間以上を要した理由をみてみよう。自覚症状があった人の理由のトップは、まず様子をみようと思ったことにある。自覚症状がなかった場合は、様子見とあわせて、時間の都合がつかない、予約が取れないなどの要因があげられている。

図表6. 最初の受診までの期間に1週間以上を要した理由（自覚症状の有無別） ［複数回答］

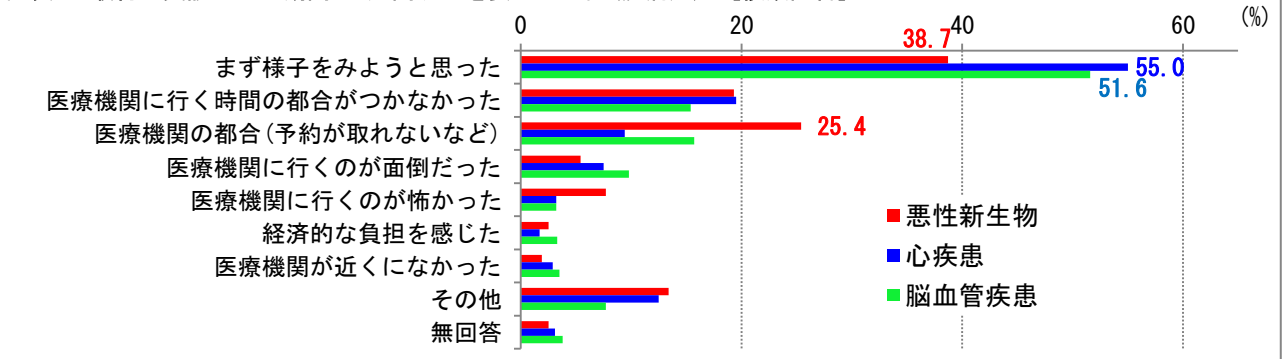


※ 「平成29年受療行動調査」（厚生労働省）より、筆者作成

3｜悪性新生物、心疾患、脳血管疾患でも、まず様子見

最初の受診までの期間に１週間以上を要したケースを、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の疾病別にみていく。いずれも、まず様子をみようと思ったことが理由のトップとなっている。悪性新生物の場合は、予約が取れないなど医療機関の都合も理由の上位にあげられている。これらの疾病は、時間とともに、病状が進行する可能性がある。このため、時間をおかずに受診して、早期に治療を開始する必要性が高いものと考えられる。

図表7. 最初の受診までの期間に1週間以上を要した理由（疾病別） ［複数回答］



＊ 心疾患は、高血圧性のものは除く。
※ 「平成29年受療行動調査」（厚生労働省）より、筆者作成

5――おわりに（私見）

本稿では、自覚症状や疾病の様子を概観し、受診にいたるまでの時間をみていった。近年、自覚症状を有するケースは減少傾向にある。しかし、健康診断などによって生活習慣病に罹患していることが判明して、受診するケースは増加しているものとみられる。現状では、自覚症状がない場合、6 日以内に受診するケースは低い水準にとどまっている。受診が遅れる理由の多くは、様子見である。

疾病によっては、様子見をしているうちに病状が進行してしまう可能性もある。早期の治療開始のためには、まず速やかに医療機関に受診する必要がある。

今後も引き続き、症状や疾病の様子と患者の受療行動等について、注視していくこととしたい。

Copyright ©2019 NLI Research Institute All rights reserved