

21PO-am383

健康サポート薬局での健康カウンセリングに関するパイロット研究～薬剤師・管理栄養士によるコーチング話法を用いて～

伊藤 崇裕¹, ○近藤 弘一¹, 金子 大亮¹, 山崎 由貴², 神崎 哲人², 佐藤 信範³ (1株式会社マツモトキョシホールディングス, 2千葉大学大学院薬学研究院 医薬品情報学, 3千葉大学大学院薬学研究院 社会薬学)

<目的>健康サポート薬局には、未病状態へ積極的にアプローチすることにより、地域住民の疾病予防および健康増進に貢献する役割が期待されている。本研究では、生活習慣病予備軍に対して薬剤師・管理栄養士による健康カウンセリングを実施し、未病状態へのアプローチの効果についてパイロット研究を行った。

<方法>マツモトキョシグループ健康保険組合員のうち、2016年度の健康診断において収縮期血圧、LDL および HbA1c の3つの検査項目が1つでも『収縮期血圧 130～139mmHg, LDL 120～139mg/dl, HbA1c 5.6～6.4%』の範囲に該当し、かつ特定保健指導対象や治療中でない8名を抽出した。この8名に対して、コーチング話法を習得した薬剤師・管理栄養士により、2週間に1回、3カ月間の健康カウンセリングを実施した。カウンセリングの効果は、カウンセリング実施後のアンケートおよび1年後の健康診断結果により評価した。

<結果>本カウンセリングプログラムへの満足度は高く、参加者8名全員を最後まで追跡可能であった。カウンセリング後の行動変化を5段階の行動変容ステージ(1:無関心期、2:関心期、3:準備期、4:行動期、5:維持期)で評価した結果、開始前と比較して94%に行動変容ステージの上昇が認められた。さらに、1年後(2017年度)の健康診断では1名に健康ステージの悪化が認められたが、他7名は改善または維持であった。

<考察>コーチング話法を用いた薬剤師・管理栄養士の健康カウンセリングは、未病状態の生活習慣病予備軍の健康維持に有用であると考えられた。このような未病状態へのアプローチは、薬剤師の新たな職能拡大、薬剤師と管理栄養士の共同作業、健康サポート薬局の役割強化につながるものと考えられる。