

コンタック総合研究所による
季節の変わり目の“せき”の意識調査

2009年 4月

実施： グラクソ・スミスクライン株式会社

【調査概要】

1.調査目的

せきの辛さ、生活に与える影響、求められる対処法を明らかにする

1.調査対象

全国、20歳～39歳の、男女412名(有効回答数)

1.調査方法

インターネットモニターから、通院はしていない、過去1年間にせきの症状で困ったことがある、サンプルを抽出し、インターネット上で調査を実施

1.調査期間

2009年2月27日～2月28日

1.標本構成(有効回答412名)

(性別)

	N
1 男性	206
2 女性	206
全体	412

(年齢)

	N
3 20才～24才	77
4 25才～29才	129
5 30才～34才	94
6 35才～39才	112
全体	412

(職業)

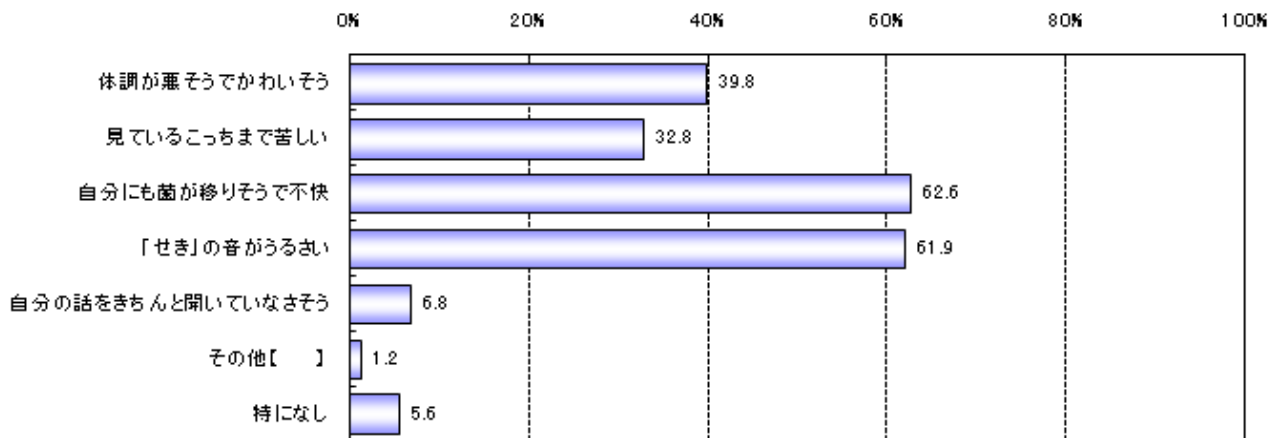
	N
1 公務員	10
2 経営者・役員	3
3 会社員(事務系)	55
4 会社員(技術系)	66
5 会社員(その他)	52
6 自営業	10
7 自由業	6
8 専業主婦	77
9 パート・アルバイト	64
10 学生	39
11 その他	30
全体	412

■ せきをする時、周りの迷惑をかけていないか気になる

せきをしている時、周りの人に「せきの音がうるさい」のではないかとされていると感じる人が61.9%でした。せきをしている自分も苦しい一方で、周囲の人に対しても不快感を与えないか気を遣う傾向があるようです。

[Q]あなたは、「せき」をする時、周りの人にどう思われていると思いますか？
あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)



■ 自分のせきの音は渋谷ハチ公前交差点と同じくらいと思っている人が約6割

周りの人から「自分のせきの音は迷惑」と思われていると感じている人は61.9%でした。仮に自分のせきを音の大きさの単位であるデシベル(dB)*で表わしたらとの問いでは70db以上と思っている人が6割以上いました。これは渋谷ハチ公前交差点(73.2dB)と同程度となります**。地下鉄内とほぼ同じ80dB以上と答えた人も約3割(28.4%)いました。周囲に迷惑をかけてしまっているのではないかと気を使いながら、つらく我慢できないせきをしていることがうかがえます。

*デシベル: 基準値をベースに倍数で計算されます

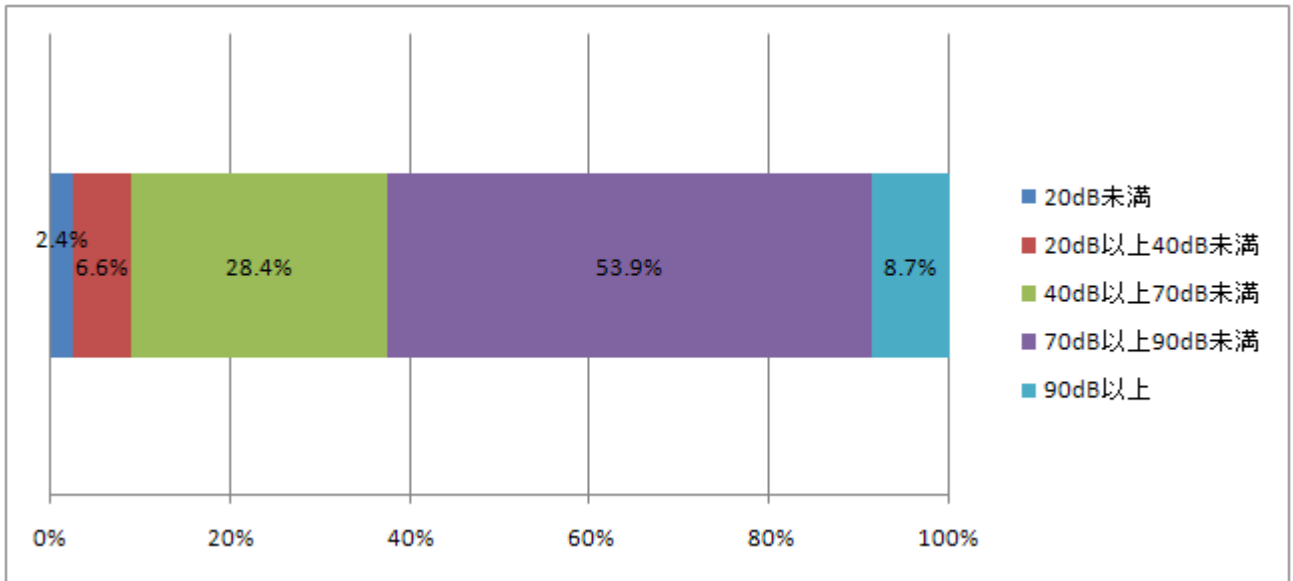
(参考: 60dB=普通の会話、80dB=地下鉄の車内(窓を開けたとき)、100dB=電車の通るときガード下くらしと健康の学習Web http://www.kyoiku.metro.tokyo.jp/buka/shidou/kankyo/t_gakusyu/gakusyu03-08.htm)

**東京都消費生活総合センター発行 「東京くらしねっと」安全シグナル2008/07月号参照
http://www.anzen.metro.tokyo.jp/tocho/signal/signal_0807.html]

[Q]自分の「せき」を音に例えると何デシベル(dB)くらいだと思いますか？(整数でお答えください)

(例)木の葉のふれあう音=20dB、深夜の市内・図書館=40dB、普通の会話=60dB、地下鉄の車内(窓を開けたとき)=80dB、電車の通るときガード下=100dB

(n=412)



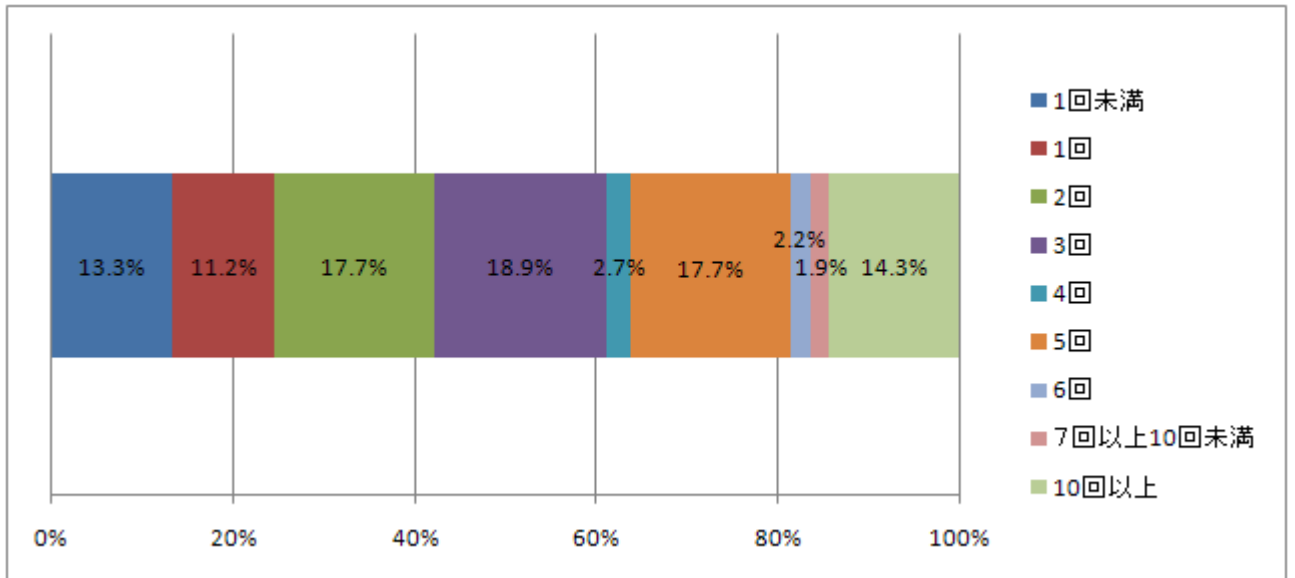
■ 1日にせきが止まらなくなることは平均4.6回

せきが止まらなくなることは「1日3回」が18.9%で最も多く、約6割の人が3回以上と答えています。平均では4.6回でした。

[Q]いったん「せき」が出始めて止まらなくなることは、1日のうち何回くらい起こりますか？

(例) 2回、7回、10回 (整数でお答えください)

(n=412)



■ 4人に3人が1回のせきで10秒以上止まらない

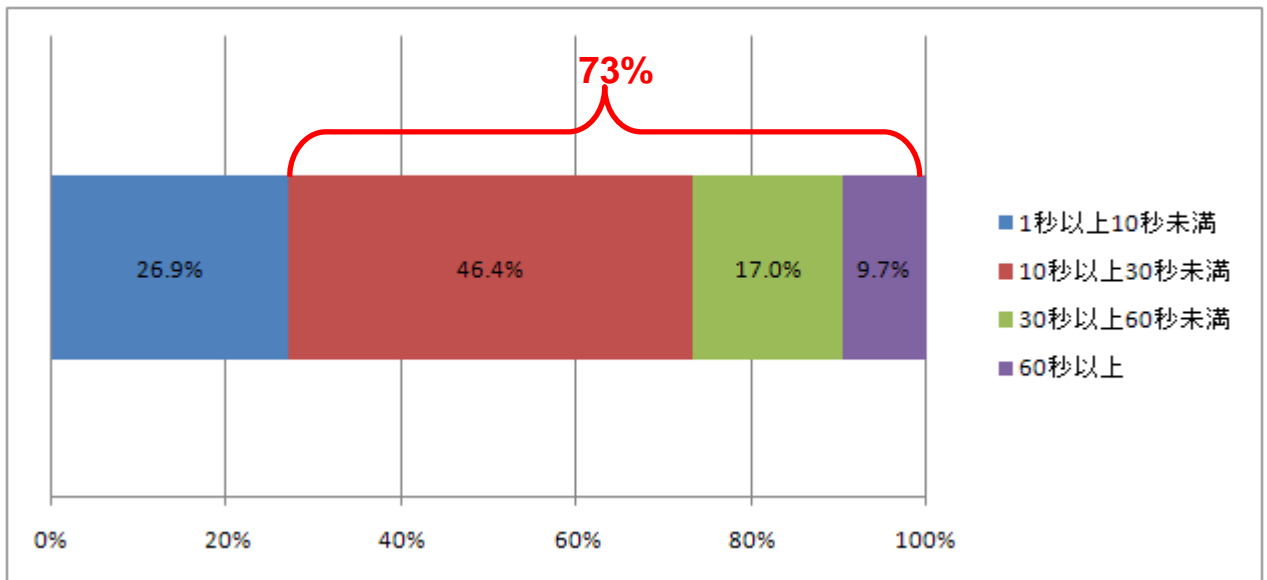
一度せきが出始めて止まらなくなった場合に、落ち着くまで10秒以上かかる人は4人に3人近くいました。一日に10秒以上のせきが何度も続いてしまうと疲れてしまい、大事な体力までも消耗してしまいます。

[Q]いったん「せき」が出始めて止まらなくなった場合、それが落ち着くまでに何秒くらいかかりますか？

※「せき」をせざるをえない状態が落ち着くまでを指します。

※「せき」を1度したら、1秒とお考えください。

(n=412)

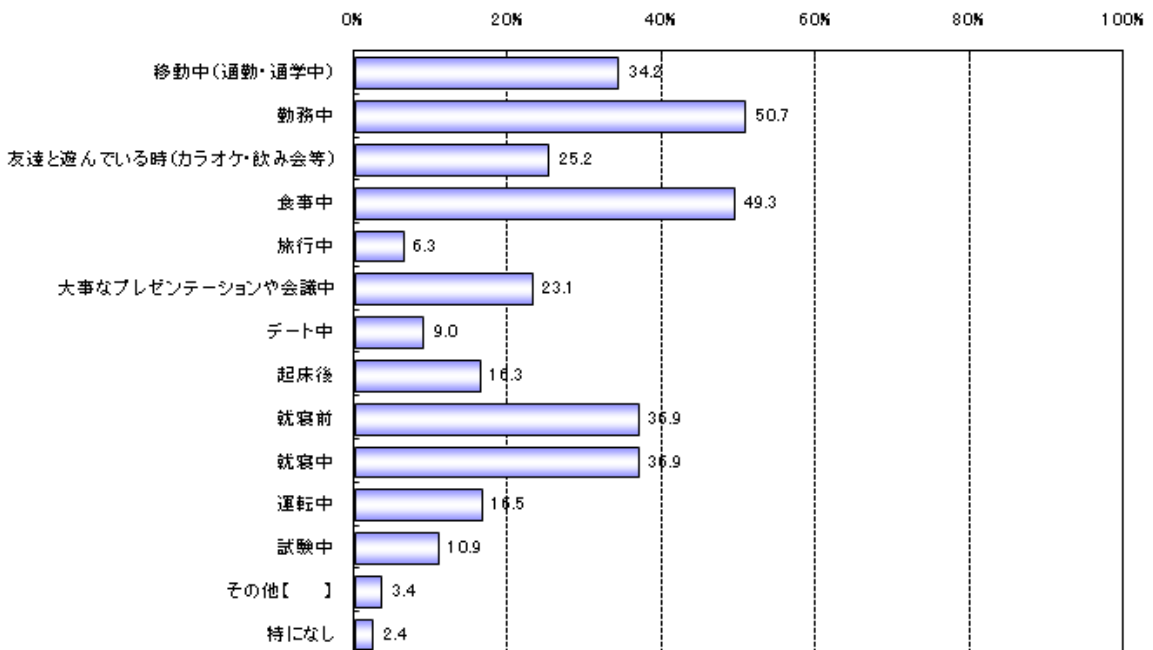


■ せきが気になるのは工作中、食事中、睡眠中・・・1日中！

せきが気になる時は、「勤務中」(50.7%)、「食事中」(49.3%)、「就寝前」「就寝中」(各36.9%)で、一日中せきが気になっていることがわかりました。特に勤務中は「接客業なので、お客様の前で我慢できなくなった時がつらい」といった声もあるように、長時間せきを我慢している様子が見えます。

[Q]あなたが「せき」をするのが特に気になるタイミングはいつですか？
あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)



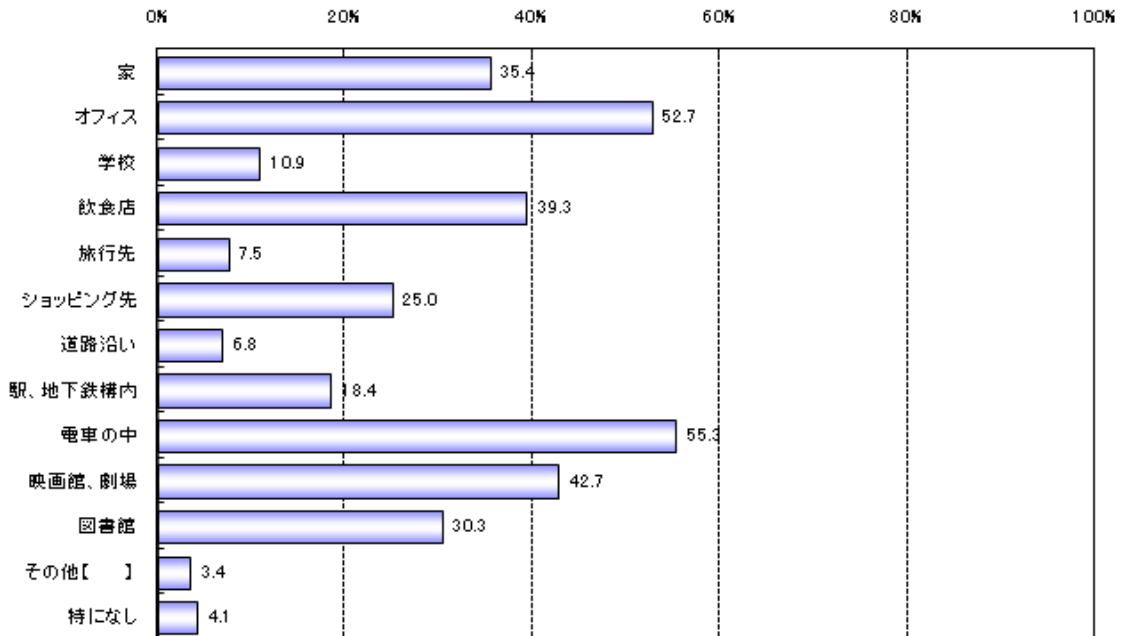
■ 多くの人が集まる空間と、静かな場所ではせきがしづらい

「電車の中」(55.3%)や「オフィス」(52.7%)など、多くの人と同じ空間にいる環境や、「映画観・劇場」(42.7%)や「図書館」(30.3%)など、静かにすることがマナーの場所では、せきをする時に周囲の反応が特に気になるようです。

[2]あなたご自身が「せき」をする時、特に周囲の反応が気になる場所はどこですか？

あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)

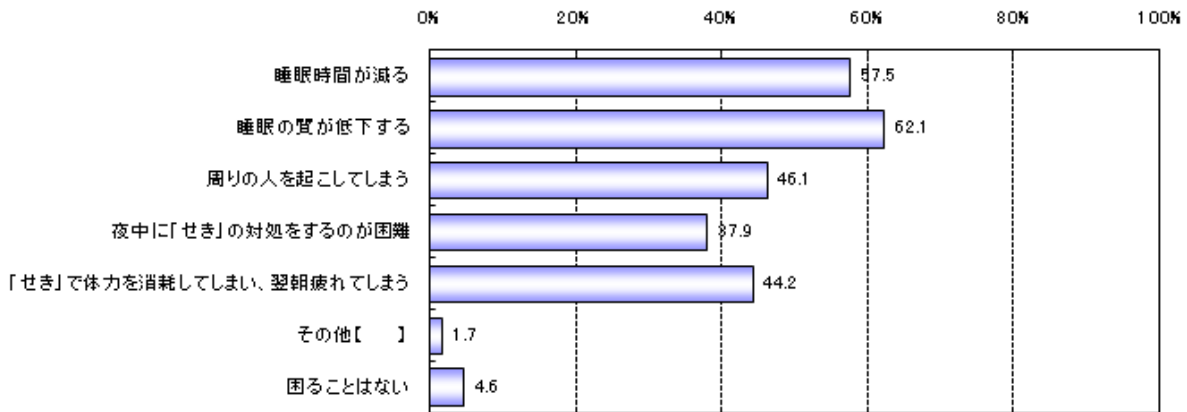


■ せきは睡眠の質を低下させると感じる人は約6割

就寝時においては、睡眠時にせきが止まらないと「睡眠の質が低下する」が62.1%と最も多く、「睡眠時間が減る」(57.5%)、「周りの人を起こしてしまう」(46.1%)が続く、せきは自分や周りの人の睡眠を妨げてしまうと感じているようです。

[Q]睡眠時に「せき」が止まらなくて困ることは何ですか？
あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)

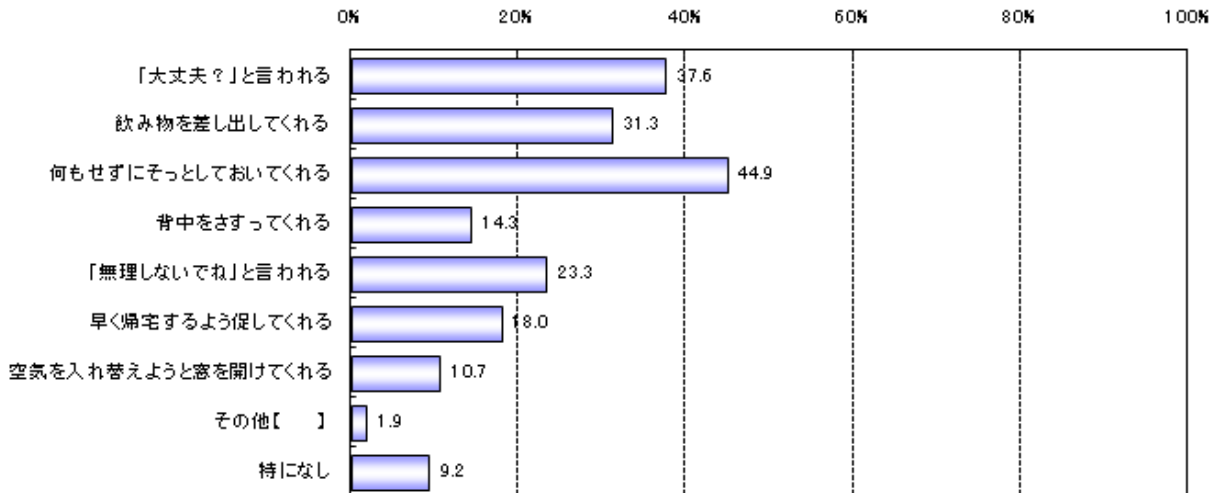


■ せきをしている人は、何もせずそっとしておくのも優しさ

せきをしている時に周りの人にしてほしいことは「何もせずにそっとしておいてくれる」が44.9%でトップでした。せきをしている人がいたら思わず何かしてあげたくなるかもしれませんが、そっとしておいてあげるのも優しさのようです。

[Q]「せき」をしている時に、あなたが、周りの人からされたらうれしいことは何ですか？
下記より、最大3つまでお答えください。

(n=412)



■ 苦しきだけではないせきの辛い体験

せきが原因で起きた失敗談や辛い体験について、以下の体験談が集まりました。大きく分類すると、仕事上の失敗談や、日常生活で他人に迷惑をかけたか恥ずかしくなったりした体験談、睡眠時の辛い体験談などが多くみられました。

[Q] 「せき」が原因で起きた失敗談または辛い体験談があれば教えてください。

【仕事・試験】

- 接客業なので、お客様の前で我慢できなくなった時がつらいです。
- 仕事上の会話や電話中に突然きて、相手にいやな思いをさせた。
- 会議の時に咳の音で注目され、意見を言わなければならなくなった。
- 仕事上、咳が激しすぎて嗚咽になり涙も出るので特に接客、飲食関係というのもあるので周りの目が冷たいです。
- 会議中にせきがとまらなくなり、プレゼンに失敗した。
- 英語のリスニングのときにせきが止まらなくて集中できなかった。
- 試験中にせきが出て来て試験に集中できなかった。
- 仕事上や運転中は集中出来なくて大変です。
- 飲食店にアルバイトの面接に行き、せきを理由に断られたことがあります。

【他人への迷惑】

- 満員電車内で止まらなくなり恥ずかしくて途中下車した。
- クラシックコンサートで、咳を我慢ができなくて、指揮者が次の曲へ進めるのを、会場が静まるまで待っているのがわかったとき。
- 一度カラオケ中にせきがひどくなったことがあり、心配はされたが、居辛く感じた。
- 相手と話している最中に急にせきが出て、あわてて停めようとしたが相手の顔につばが飛んでしまった。
- 飲み物を口に含んだ瞬間に咳が出て、飲み物を撒き散らして周りの人に迷惑をかけたことがある。

【睡眠】

- 子供を寝かしつけたのに自分の咳のせいでまた起こしてしまう。
- なかなか寝られずに翌日寝坊した。
- 寝る前にせきがとまらなくなり、涙が出た。
- 就寝中に咳きが出始めて、夜中に2～3度ほど目が覚めてしまうので、睡眠不足になる。朝起きてても身体が疲れている。

【その他】

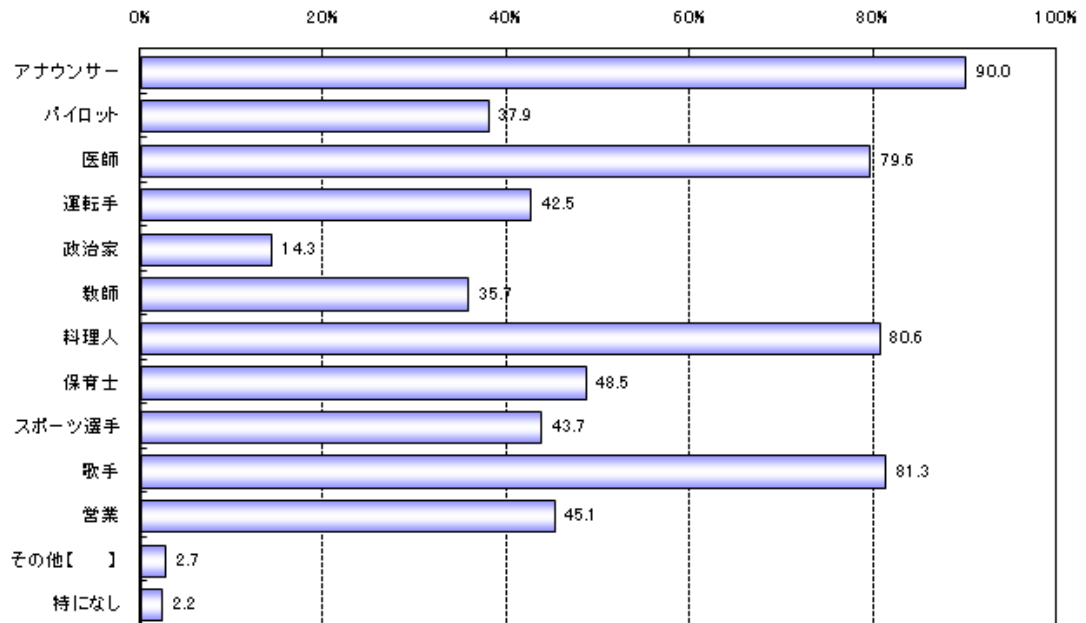
- 魚売り場等、ラップのかかってない食材の前で咳が出たとき。
- 咳をして持っていた珈琲をこぼしました。
- 肋骨を骨折した。
- あまりにも激しく咳きこんで最後には「おえ」となり、涙も出て顔がグシャグシャになる。
- パソコン入力中にせきが出始めアンケートを強制終了してしまった。
- 金箔が飛んだ。
- おならが一緒に出た。
- 車両運転中に咳き込んで、構造物に激突。
- ギックリ腰になった。

■ 声の職業や、うつしてはいけない職業は、せきがしづらイメージ

声が命とも言われる「アナウンサー」(90.0%)や「歌手」(81.3%)、せきをうつしてはいけないイメージのある「医師」(79.6%)や「料理人」(80.6%)は、せきをしたら困りそうな職業として選ばれました。

[Q]あなたが思う、「せき」をすると困りそうな職種は何ですか？
あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)



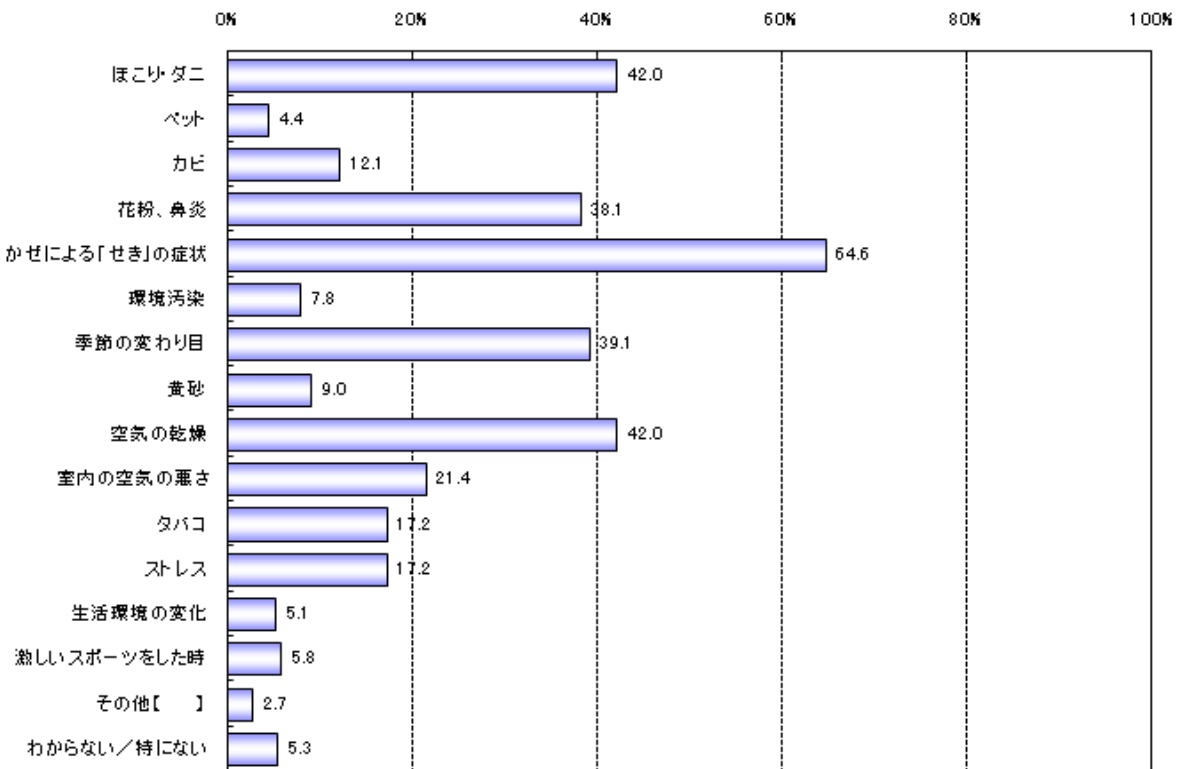
■ かぜだけではないせきの原因 - 「季節の変わり目」は“せき”シーズンの可能性

せきは「かぜによるせきの症状」や「ほこり・ダニ」、「空気の乾燥」以外に「季節の変わり目」、「花粉・鼻炎」が原因だと思っている人が4割近くいました。春は季節の変わり目でもありネットでの“せき”の検索数も増えている可能性があります(リリース参照)

[Q]あなたは「せき」の原因は何だと思いますか？

あてはまるものを下記より全てお選びください。

(n=412)



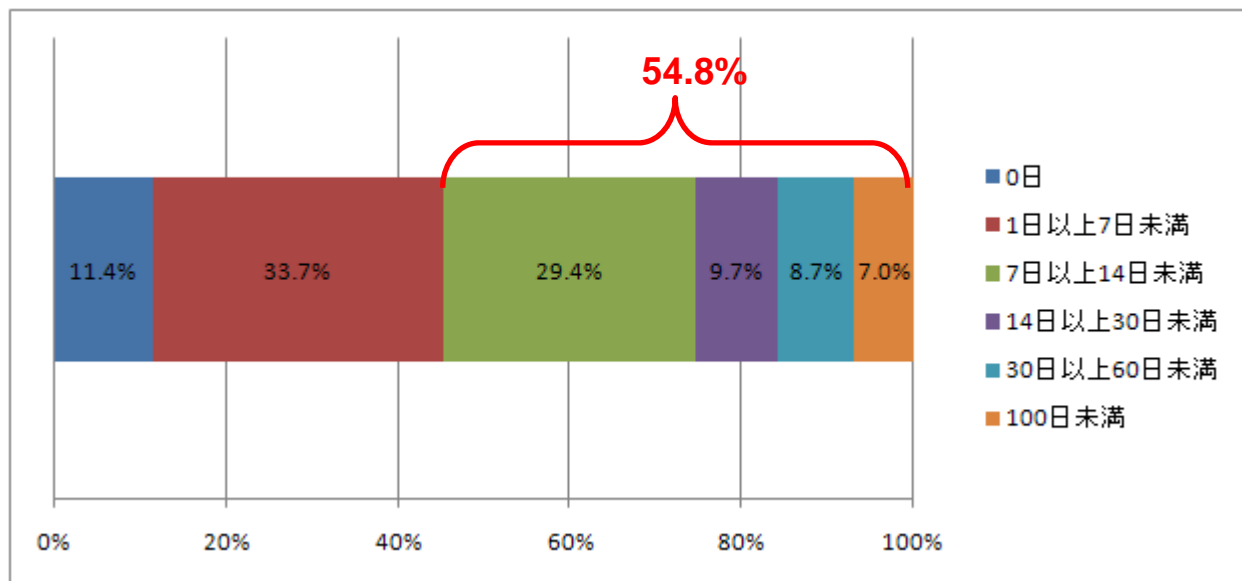
■ 約半数が1週間以上立て続けにせきが出ている！

せきが出る時期が1週間以上続く人は半数(54.8%)以上にのぼり、2週間以上せきが続く人も25.4%いました。体力の消耗や睡眠の質への影響のみならず、周囲への気遣いなど、気になることが多いせきが1週間以上続いたら、体だけでなく、気持ちまでも疲れてしまいます。

[Q]あなたは、連日立て続けに「せき」が出る時期がありますか？ある場合、何日間くらい連日立て続けに「せき」が出ますか？

(例) 3日間、14日間など(整数でお答えください)。

(n=412)

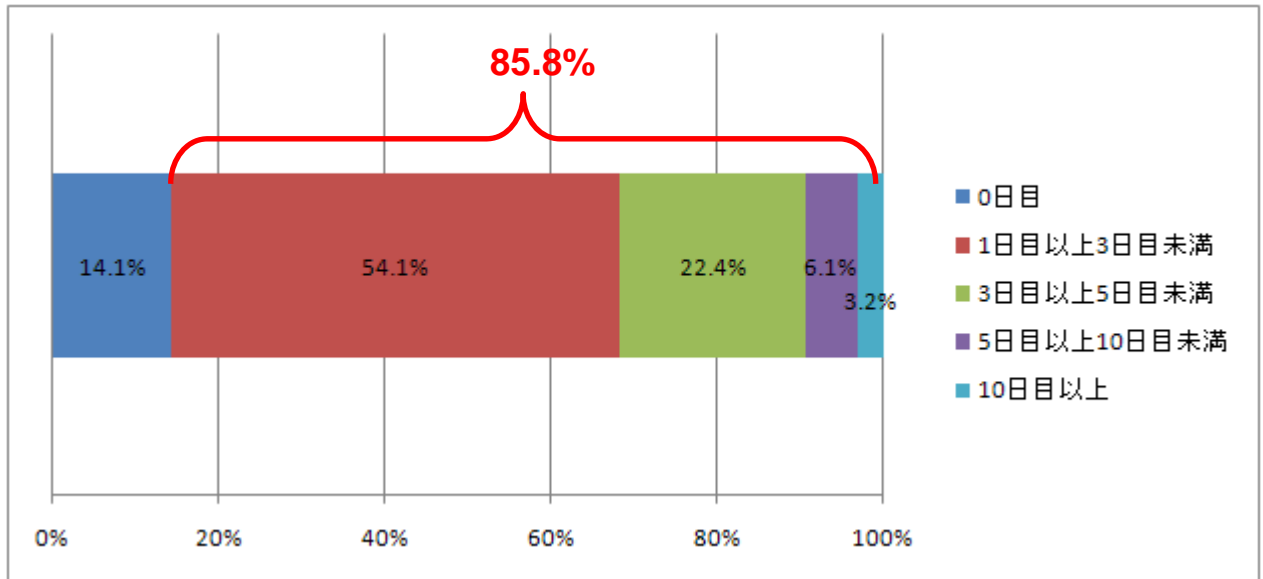


■ それでもせきが出始めて、その日のうちに対処しない人が約10人中9人！

せきは生活への影響が大きいと考えているにもかかわらず、85.8%の人が、症状が出たその日には何も対処しないと回答しています。さらに、3日目まで何も対処せず「治まるのを待つ」という人も3分の1程度いました。せきは数日経てば自然に治るのではないかと思っている人が多いようです。

[Q]あなたは、連日立て続けに「せき」が出る時期に「せき」が出始めた場合、何日目くらいから対処を開始しますか？1日かからないで対処をし始める場合は0日目と書いてください。

(n=412)



■ せきの対処法は「即効性」「持続性」で一日中ケアするのがポイント！

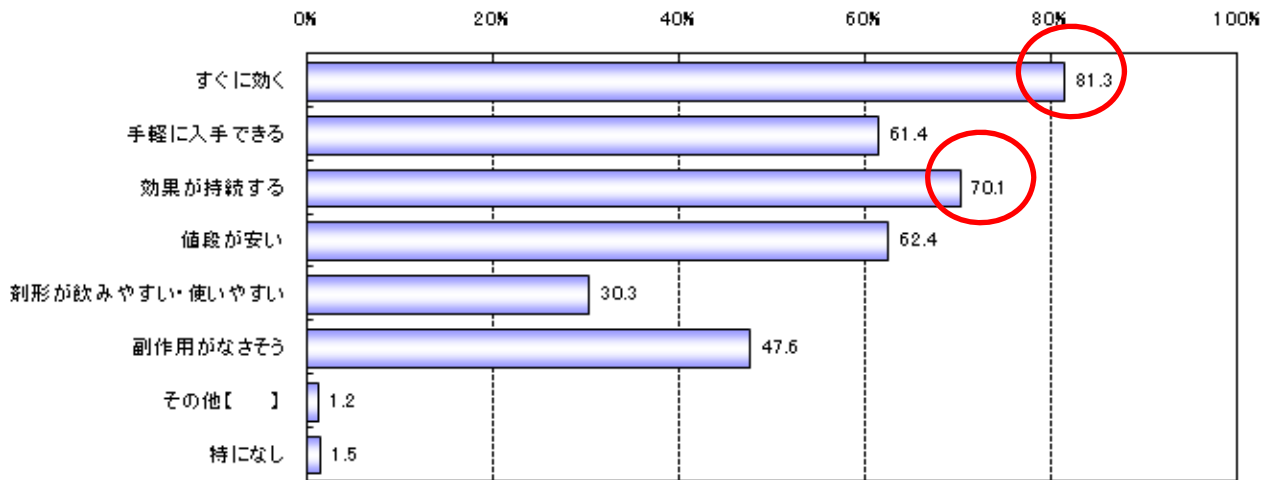
せきの対処法には何を求めるかという問いには「早く効く」(81.3%)と「効果が持続する」(70.1%)を求めている人が多くいました。突然始まり、長引きがちなせきで日常生活が乱されていることを考えると、即効性と持続性が両立する対処法で、気になる“せき”を一日中ケアしたいところです。

[Q]「せき」の対処法に求めるのは以下のうちどれですか？

あてはまるものを下記より全てお選びください。

※「せき」が出たときに、特に何も対処をしていない方は、イメージでお答えください。

(n=412)



■67%が1日にせきの対処をする回数は少ない方がよいと思っている

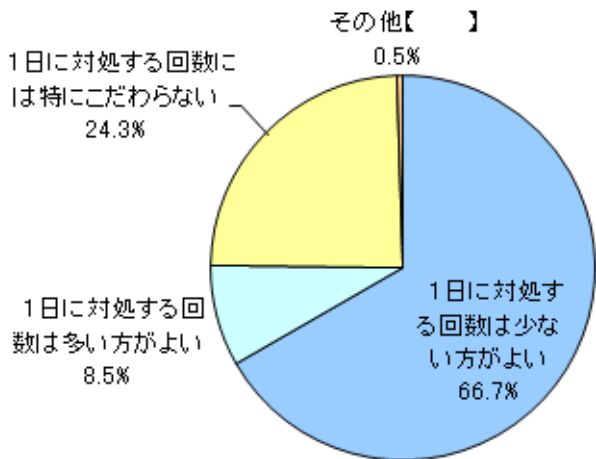
1日にせきの対処をする回数は少ない方がよいと思っている人は66.7%と多数でした。OTC医薬品の「コンタックせき止め ST」は、1日2回の服用でせきやたんに、持続性に優れた効き目を発揮し、忙しくても、気になる“せき”をナントカしたい現代人にピッタリな、せき対策です。

[Q]もし効果が同じようであれば、「せき」が出たときに、1日に対処する回数についてどう思いますか？

あてはまるものを下記より1つお選びください。

※「せき」が出たときに、特に何も対処をしていない方は、イメージでお答えください。

(n=412)



※せきが長引く場合には、背後に喘息や結核などの疾患が潜んでいる可能性もあります。心配な方はかかりつけの医療機関にご相談ください。

【本件に関するお問い合わせ先】

コンタックせき止め ST 広報代理 エデルマン・ジャパン株式会社
仲里/中尾/吉武 Tel: 03-6403-5293/5712/5709, Fax: 03-6403-5201
E-mail: maki.nakazato@edelman.com,
shiori.nakao@edelman.com, ayako.yoshitake@edelman.com
グラクソ・スミスクライン株式会社 担当: 中村
Tel: 03-5786-5030, Fax: 03-5786-5215
E-mail: kazuaki.nakamura@gsk.com
<http://glaxosmithkline.co.jp>
「コンタック」のウェブサイト: <http://contac.jp>