

参考資料

# 働く人1,040名の片頭痛に関する 経済損失額試算および意識調査結果



2026年5月

ファイザー株式会社

# 調査概要 / 回答者プロフィール

# 調査概要

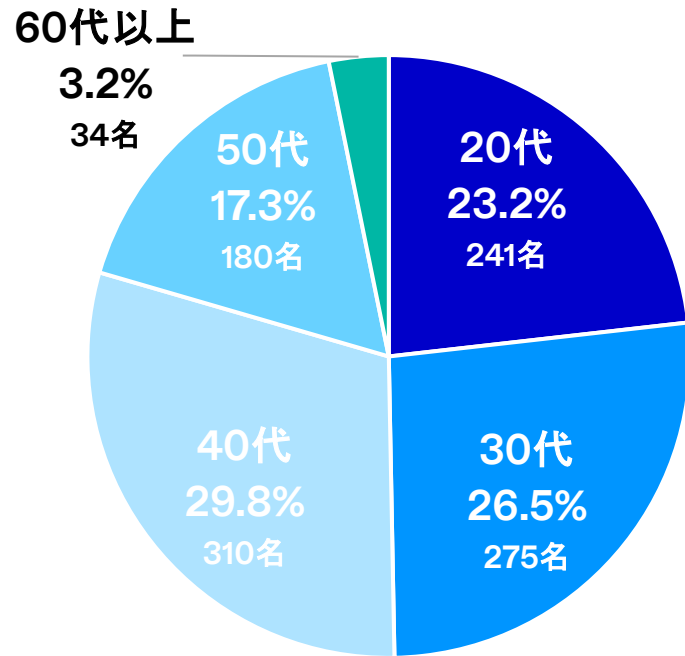
調査主体	ファイザー片頭痛チーム
調査手法	オンラインアンケート調査 / 日本全国
調査期間	2026年3月4日～3月6日
回収サンプル数	1,040人
調査対象者	<p><b>役員または正社員の会社員、公務員（20～69歳）で、直近1年間に「月4日以上、日常生活に支障をきたす頭痛」をもつ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• A群：上記に該当し、片頭痛と診断歴なし（445人）</li><li>• B群：上記に該当し、片頭痛と診断歴あり（595人）</li></ul>
調査除外対象者	<ul style="list-style-type: none"><li>• 職業：派遣・契約、自営、フリー、無職</li><li>• 業種：医薬品関連、医療、放送、出版・印刷、調査・広告</li></ul>

※軽症・一過性の頭痛を持つ人は調査対象者に含まれておりません

※調査は人口構成比に合わせて配信され、結果にはA群・B群の出現率に合わせた補正値を適用しています

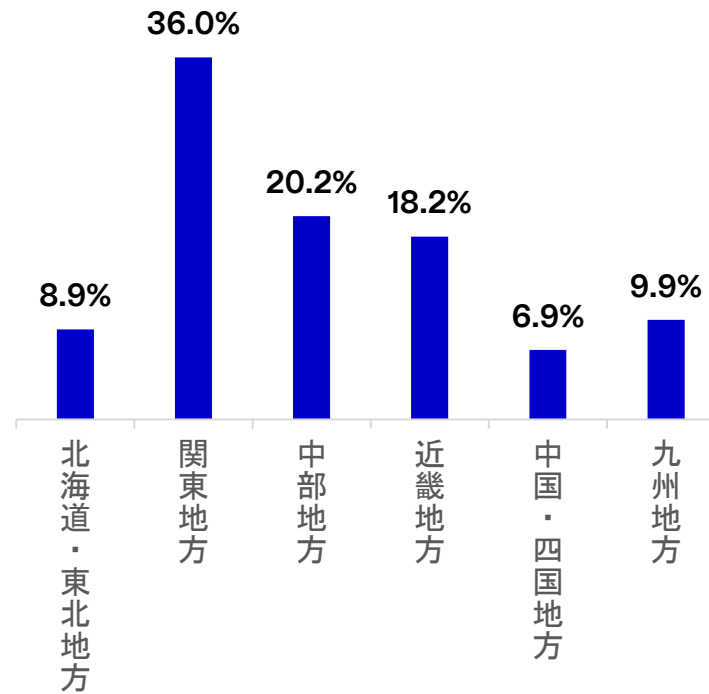
# 回答者プロフィール

年齢



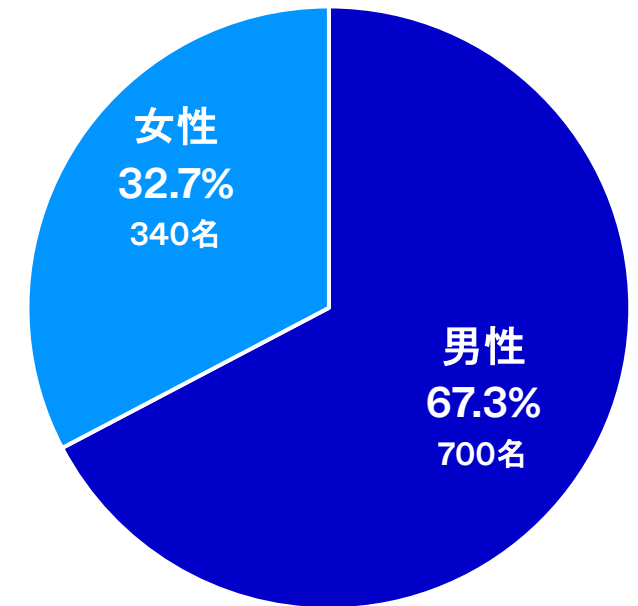
(n=1,040)

居住地



(n=1,040)

性別



(n=1,040)

# 主な調査結果

# 主な調査結果のサマリー

- 働く人の片頭痛に起因する**経済損失額は、年間「約1.5兆円」にのぼる**
- 片頭痛の症状が出て無理をして働く最大の理由として、「**市販薬の使用や我慢で何とか勤務できるから**」と回答した割合が**約75%を占める一方、そのうち約74%で実際には仕事への悪影響が生じていた**
- 過去に片頭痛と診断された経験があるにもかかわらず、現在通院していない人は約20%おり、「市販薬で対処できると思ったから」「通院する時間や手間が負担だから」といった認識が通院をしない背景にあることが示唆された
- 一方で、**市販薬での対処に「完全に満足」している人は20%台にとどまった**
- **片頭痛が原因で、月に合計19日分の、“通院に要する時間を大きく上回る規模”の生活時間が失われていた。**この内訳は、仕事における欠勤・遅刻・早退・生産性低下により月10日分、いつも通りこなせない家庭のことであり月5日分、いつも通り過ごせない趣味・余暇により月4日分であった
- 受診・通院をしない背景には、「症状を言い出しにくい/理解されにくいと感じる」といった、周囲の理解不足や偏見（スティグマ）の存在も示唆され、**仕事においては約84%もの人が「周囲に症状を言えなかった/症状を隠した/症状を理解してもらえなかった」と回答した**
- スティグマが示唆される状況には性差も見られ、片頭痛の症状が出て無理をして働く理由として、女性は「代替が効かないことや、周囲の迷惑への不安」、男性は「職場の評価やキャリアへの不安」が多かった
- 周囲に片頭痛の症状を「言えなかった/理解してもらえなかった」と感じた場面として、女性は「職場」、男性は「家庭」「趣味・余暇」と回答した人が多く、沈黙を強いられる場面にも性差が見られた
- 過去に片頭痛と診断された経験があるにもかかわらず現在通院していない人において、**医療機関で「予防・治療できる」とわかれば、約87%が「受診したい」と回答**しており、片頭痛治療に関する適切な情報提供の重要性が示唆された

# 働く人の片頭痛に起因する経済損失額は、年間「約1.5兆円」

## ➤ 年間総生産性低下損失（プレゼンティーズム）

### 約6,200億円

出勤しながらも、片頭痛が原因で「業務に支障をきたした」時間を年間で集計

計算式：患者数 × 月間の片頭痛の影響があった労働時間 × 12か月 × 平均時給

※プレゼンティーズムとは、世界保健機関（WHO）によって提唱された、健康問題に起因したパフォーマンスの損失を表す指標です。欠勤にはいたっておらず勤怠管理上は表に出てこないが、健康問題が理由で生産性が低下している状態のことです。[※厚生労働省「こころの耳用語解説：プレゼンティーズム」より](#)  
本調査では、そうした「本来得られたはずの成果との差分」を社会的コストとして時間換算で試算しています。

## ➤ 年間総欠勤損失（アブセンティーズム）

### 約9,500億円

片頭痛が原因で、欠勤・遅刻・早退した時間を年間で集計

計算式：患者数 × （月間の欠勤日数 × 1日の労働時間 + 月間の遅刻・早退の時間） × 12か月 × 平均時給

※アブセンティーズムとは、WHOによって提唱された、健康問題に起因したパフォーマンスの損失を表す指標で、健康問題による仕事の欠勤（病欠）のことです。[※厚生労働省「こころの耳用語解説：アブセンティーズム」より](#)  
本調査では、丸1日欠勤した時間と遅刻・早退した時間を合計して「欠勤」と扱っています。

## ➤ 年間の経済損失額

### 1兆5,700億円規模

出勤していても生産性が低下する間接的な損失（プレゼンティーズム）と、直接的な損失（アブセンティーズム）の合計

# 経済損失額試算における変数設定

項目	数値	備考
患者数	1,389,456人	給与所得者数51,370,000人 <sup>1)</sup> × 片頭痛有病率8.4% <sup>2)</sup> × 月4日以上の片頭痛発作患者32.2% <sup>3)</sup>
月間の欠勤日数	2日	今回の意識調査で片頭痛と診断ありの人の回答の中央値
1日の労働時間	7.78時間 <sup>4)</sup>	-
月間の遅刻・早退の時間	7.5時間	今回の意識調査で片頭痛と診断ありの人の回答の中央値
月間の片頭痛の影響があった労働時間	15時間	今回の意識調査で片頭痛と診断ありの人の回答の中央値
平均時給	2,471円	平均給与478万円 <sup>1)</sup> ÷ 年間の平均労働時間1934.1時間※ ※1日の労働時間7.78時間 <sup>4)</sup> × 年間平均労働日数248.6日（365日 - 年間休日総数116.4日） <sup>4)</sup>

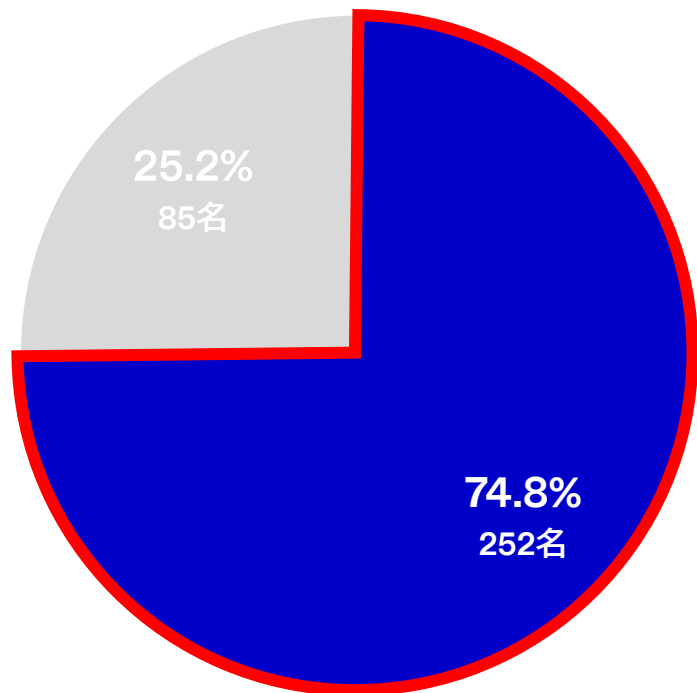
## <出典>

1. 国税庁「[民間給与実態統計調査](#)」
2. [F sakai, H Igarashi. Prevalence of migraine in Japan: a nationwide survey](#)
3. [Dawn C. Buse et al. Demographics, Headache Features, and Comorbidity Profiles in Relation to Headache Frequency in People With Migraine](#)
4. 厚生労働省「[令和6年就労条件総合調査](#)」

# 片頭痛は、市販薬や我慢ではやり過ごせていない

Q：頭痛または片頭痛を原因として、無理をして働いた理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

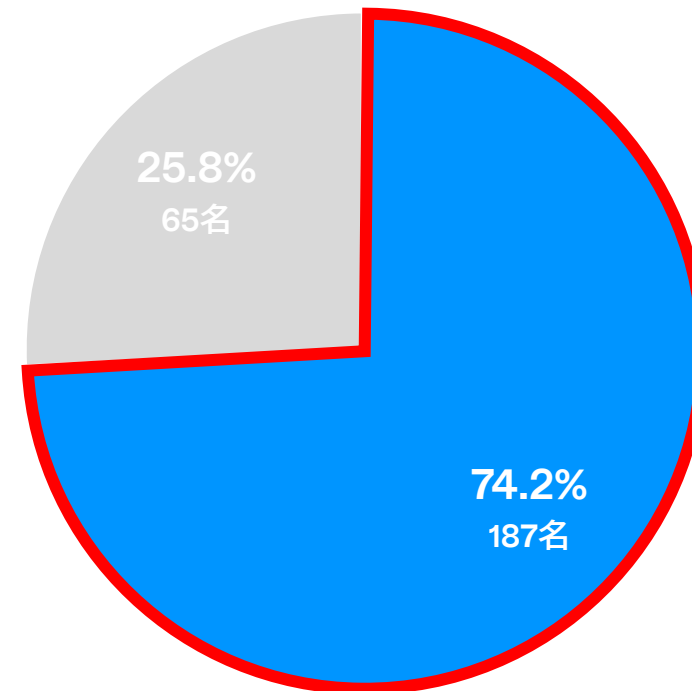
片頭痛の症状があいながらも無理をして働いている片頭痛患者（n=337）



■ 「無理をすればなんとか勤務はできるから」または「市販薬を使用すればなんとか勤務はできるから」のいずれかを回答した人

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛を原因として起こったこととして、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

片頭痛の症状があいながらも無理をして働いている片頭痛患者のうち、その理由として「無理をすればなんとか勤務はできるから」または「市販薬を使用すればなんとか勤務はできるから」のいずれかを回答した人（n=252）

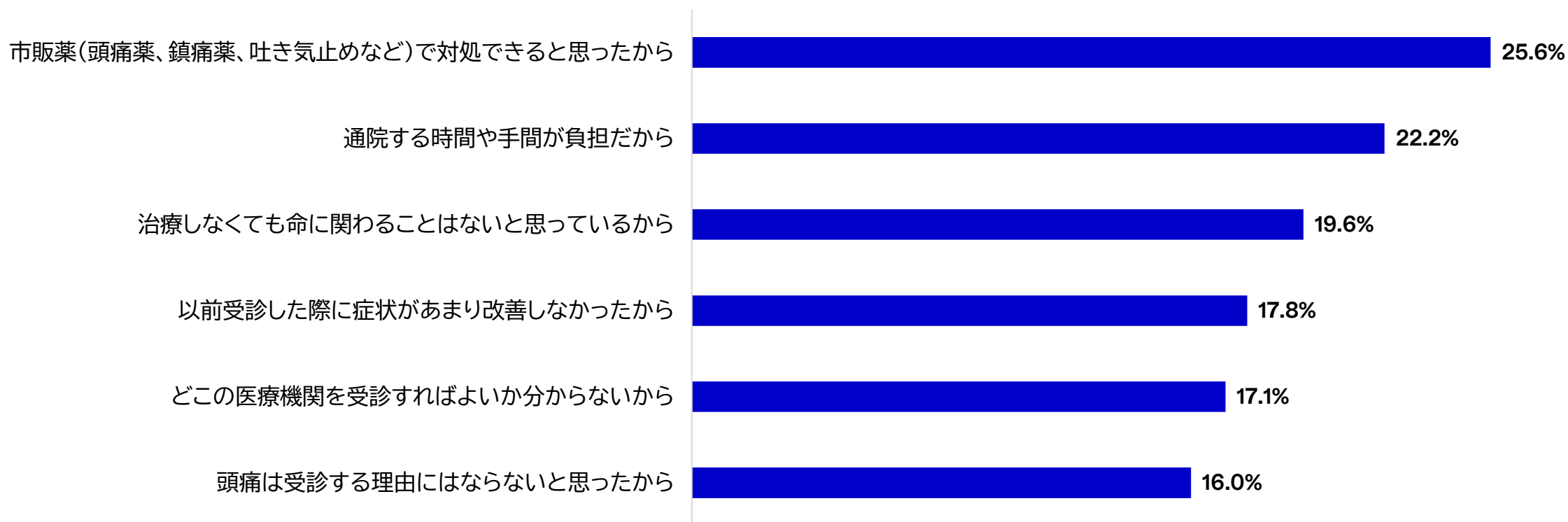


■ 仕事への悪影響（欠勤、遅刻・早退、業務への支障）が生じていた人

# 片頭痛と過去診断されながらも、直近1年間で受診しない理由

Q：頭痛または片頭痛の治療のために医療機関を受診しなかった理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

片頭痛と診断済で、直近1年間で受診していない人（n=117）

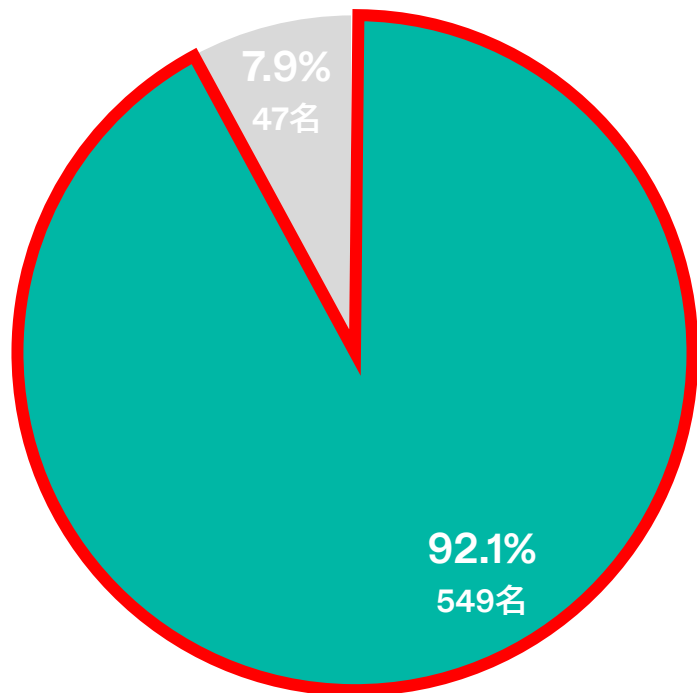


全選択肢の中で、15%以上の人からの選択があった回答を抜粋

# 市販薬は多く使われているが、対処に完全に満足している層は限られる

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛の症状を和らげるために、市販薬（頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど）を使用したことがありますか。

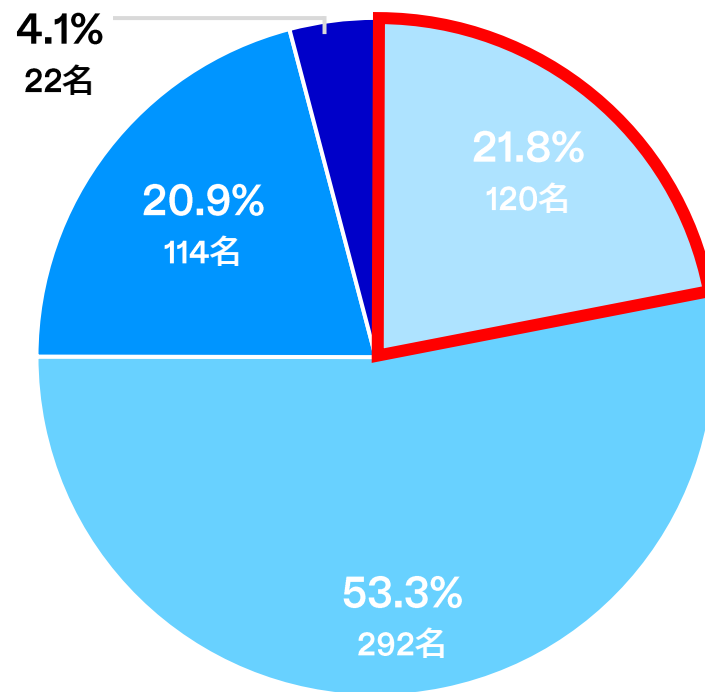
片頭痛患者（n=595）



■ 片頭痛の対処に市販薬を使用している人

Q：あなたは、市販薬（頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど）での頭痛または片頭痛の対処に満足していますか。

片頭痛の対処に市販薬を使用している片頭痛患者（n=549）



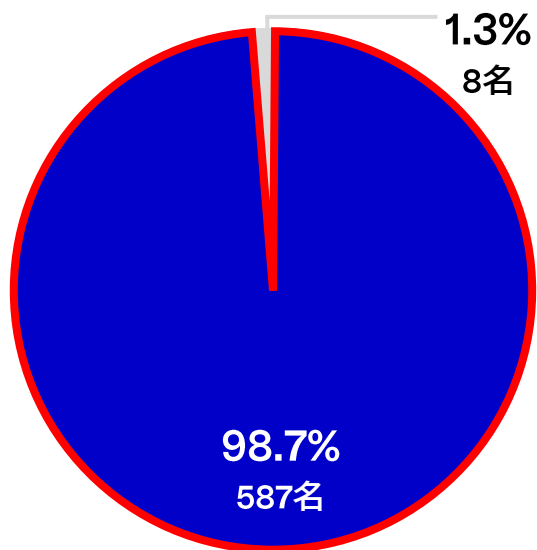
■ 不満 ■ やや不満 ■ やや満足 ■ 満足

# 片頭痛が原因で、“通院する時間よりも”多くの時間が失われている

## 片頭痛が日常生活に影響を及ぼしている人の割合

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛を原因として起こったこととして、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

片頭痛患者 (n=595)



- 「仕事を丸1日休んだ」「職場に遅刻・早退した」  
「仕事の業務に影響を及ぼした」「無理をして働いた」  
「家事・育児・介護など家庭のことをこなすのがいつもより大変だった」  
「趣味の時間・余暇をいつも通り過ごせなかった」  
のいずれかを選択した人

## 片頭痛が原因で失われている生活時間

### 月に19日分

#### ・ 仕事

月に3日分、欠勤・遅刻・早退で失っている

月に2日分、業務パフォーマンスが低下している

月に5日、無理をして働いている

#### ・ 家庭（家事・育児・介護など）

月に5日、いつも通りこなせない日がある

#### ・ 趣味・余暇

月に4日、いつも通り過ごせない日がある

※平均値ではなく中央値

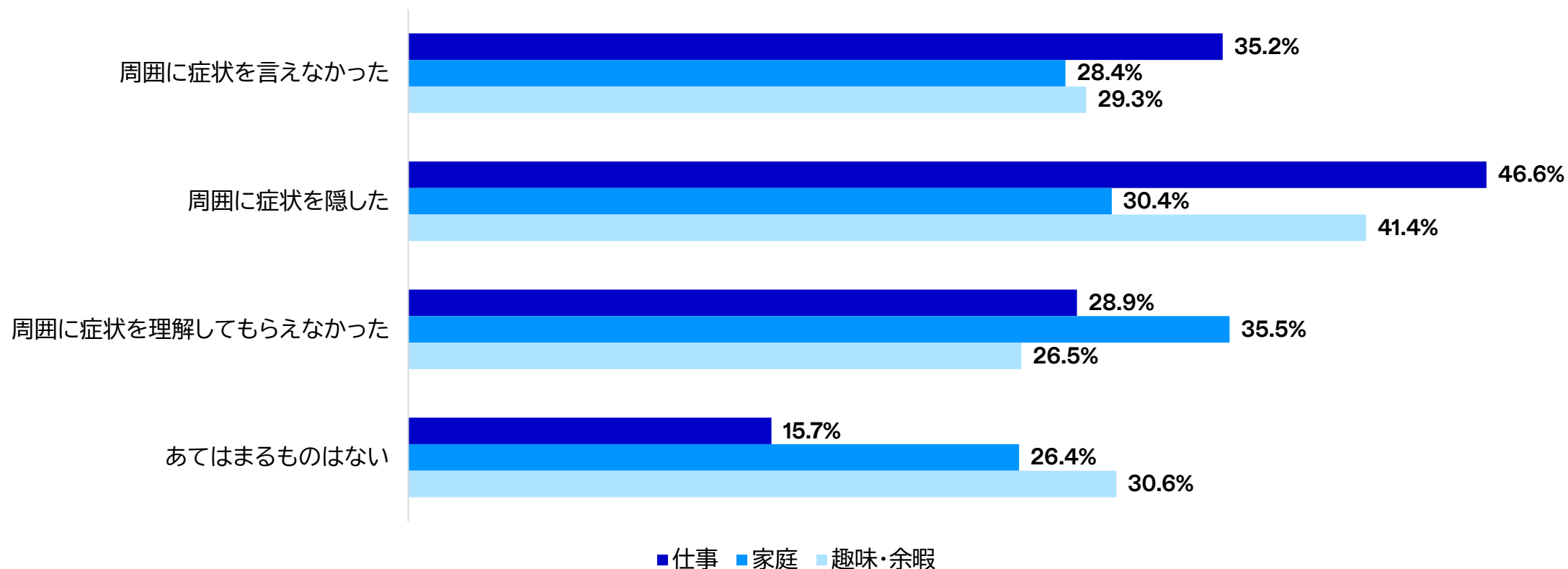
# 片頭痛は“個人の問題”として埋もれやすい

Q：頭痛または片頭痛を原因とした自分のパフォーマンスの低下に対する、周囲の理解に関してあてはまるものを全て選んでください。

【仕事】片頭痛と診断済で、片頭痛が原因で仕事に支障があった人（n=536）

【家庭】片頭痛と診断済で、片頭痛が原因で家庭のことに支障があった人（n=185）

【趣味】片頭痛と診断済で、片頭痛が原因で趣味や余暇に支障があった人（n=261）



## スティグマの性差 一片頭痛の症状があっても無理をして働く理由

Q：頭痛または片頭痛を原因として、無理をして働いた理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

	女性	男性
頭痛や片頭痛で休むことを職場が理解してくれないと思うから	24.0%	31.8%
職場での自分の評価を下げたくないから	14.5%	26.7%
自分の昇進・昇格に悪影響だと思ふから	7.1%	19.3%
職場で急に休みを取るのが難しいから	40.6%	33.0%
休んでしまうと同僚・上司・取引先に迷惑がかかるから	51.9%	42.6%

### 傾向

- ・ 男性は「評価・キャリア不安」→無理して勤務する傾向にある。
- ・ 女性は「現場の代替が効かない／迷惑不安」→無理して勤務する傾向にある。
- ・ 男女を通じて、職場構造（代替の効かなさ・評価不安）が受診を遠ざける傾向にある。

※性別で5ポイント以上の差が出た項目のみ抜粋

## スティグマの性差 一周囲に症状を言えない場面

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛を原因として起こったこととして、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

	女性	男性
【仕事】周囲に症状を言えなかった	40.9%	33.0%
【仕事】周囲に症状を伝えても理解してもらえなかったと感じた	24.4%	30.6%
【家庭】周囲に症状を言えなかった	21.7%	33.7%
【家庭】周囲に症状を隠した	25.8%	34.1%
【家庭】周囲に症状を伝えても理解してもらえなかったと感じた	30.1%	39.7%
【家庭】あてはまるものはない	34.7%	19.8%
【趣味】周囲に症状を隠した	26.7%	49.4%
【趣味】周囲に症状を伝えても理解してもらえなかったと感じた	20.2%	29.9%
【趣味】あてはまるものはない	40.9%	24.9%

### 傾向

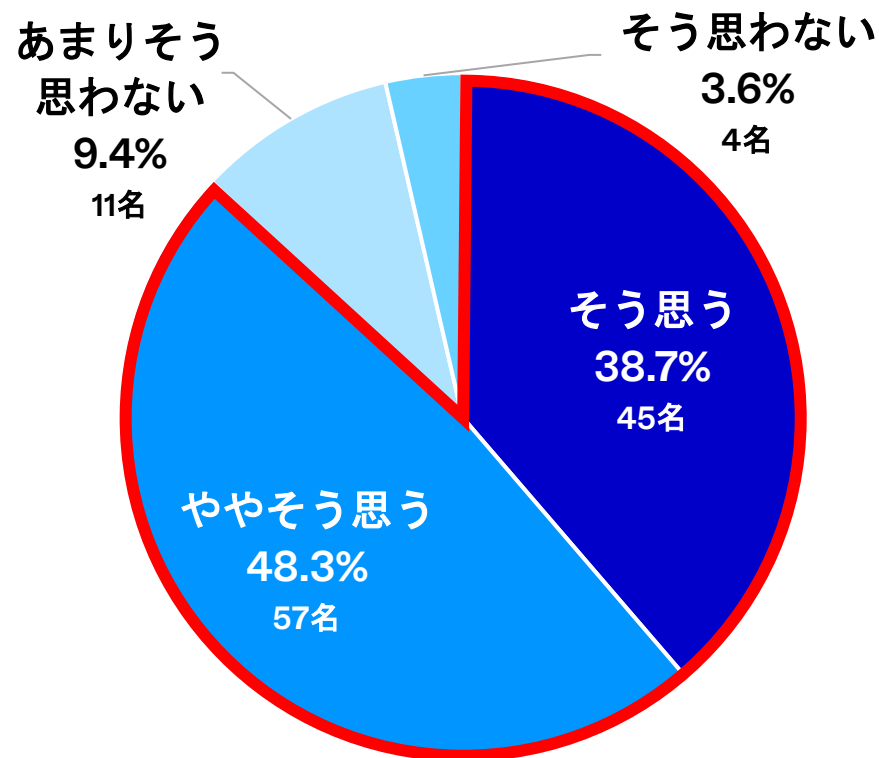
- 女性は職場で言いづらく、男性は家庭・趣味で言いづらい／理解されにくい
- “場面によって沈黙を強いられる”という、男女別のスティグマの構造

※性別で5ポイント以上の差が出た項目のみ抜粋

# 自分や周囲が正しく理解できれば、受診につながる可能性が高い

Q：頭痛や片頭痛が、医療機関への受診によって、適切に予防・治療できると分かれば、受診したいと思いますか。

片頭痛と診断済で  
直近1年間受診していない人 (n=117)



■ そう思う ■ ややそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない

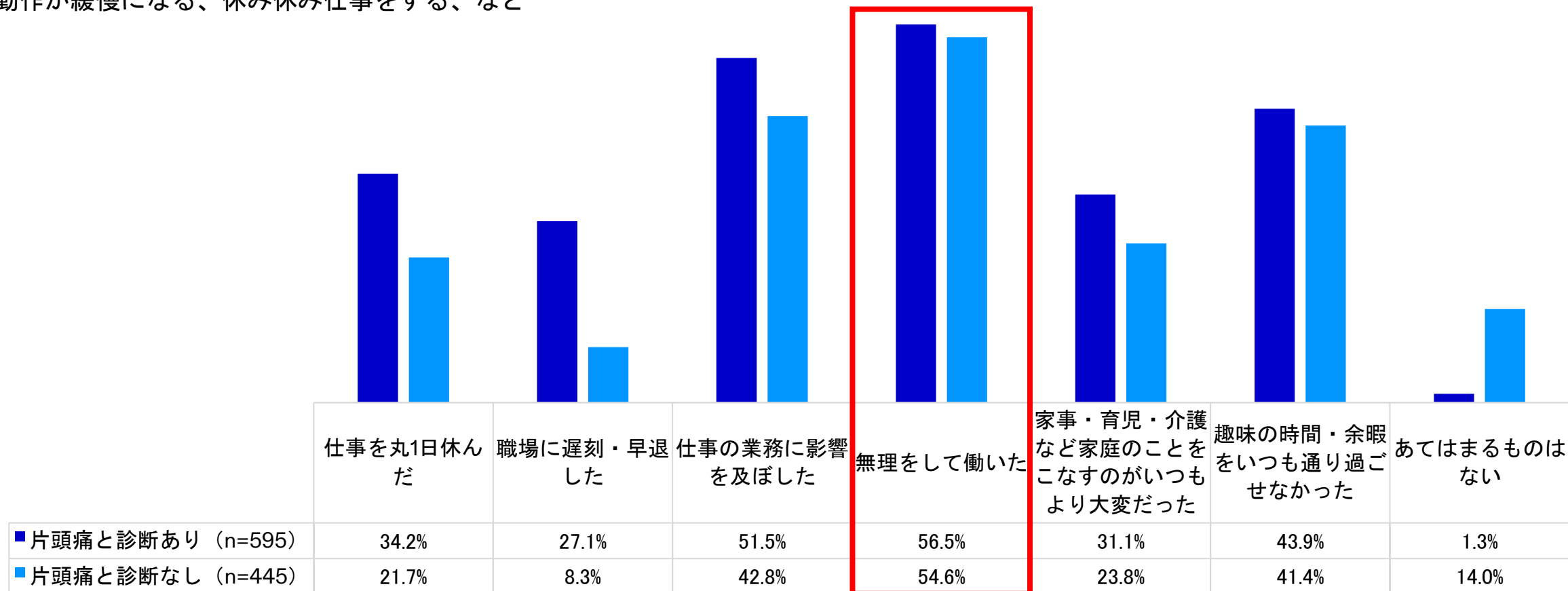
# 全調査結果

※片頭痛と診断あり、片頭痛と診断なしでの比較

## 仕事・生活への支障として、「無理をして働いた」が最も多い割合を占める

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛を原因として起こったこととして、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

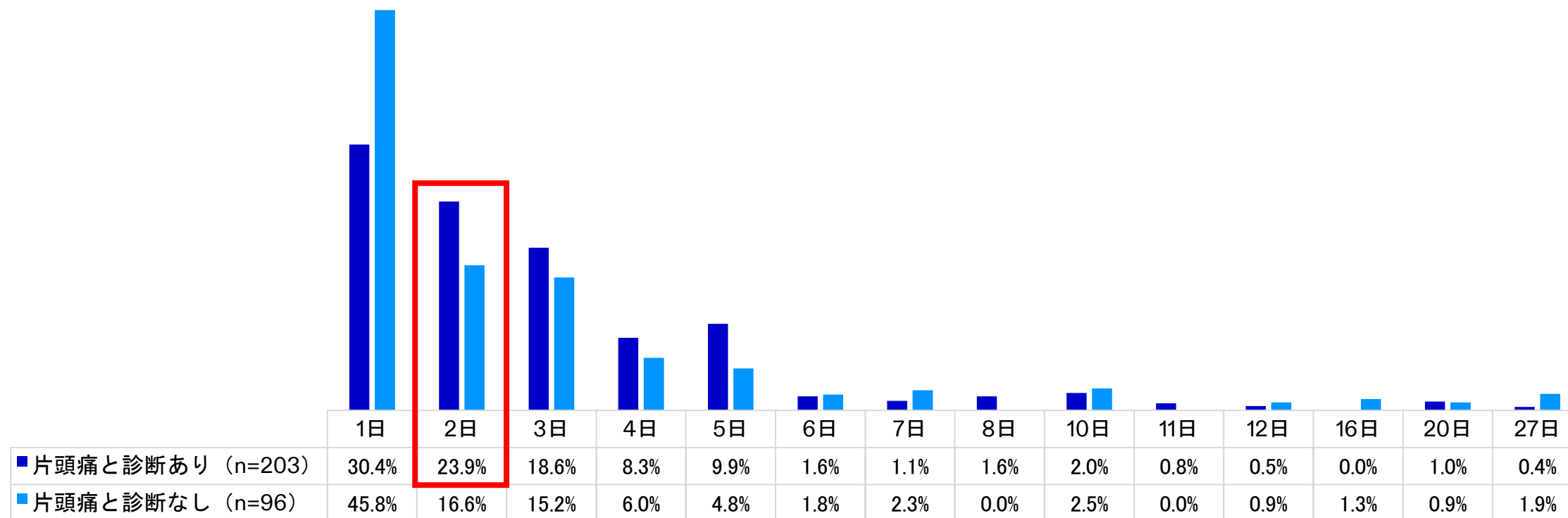
仕事の業務に影響を及ぼした＝思考能力が低下する、考えがまとまらない、PCを見るのが辛い、頭痛が気になって集中できない、動作が緩慢になる、休み休み仕事をする、など



## 片頭痛患者の、仕事を丸一日休んだ日数は2日（中央値）

Q：直近1年間の平均として、頭痛または片頭痛を原因として、仕事を丸1日休んだ日数は、1か月の中でどの程度ですか。

（労働基準法による法定休日から、1か月における休日が最低限の4日だった場合を考慮し、回答最大値を27日としている）

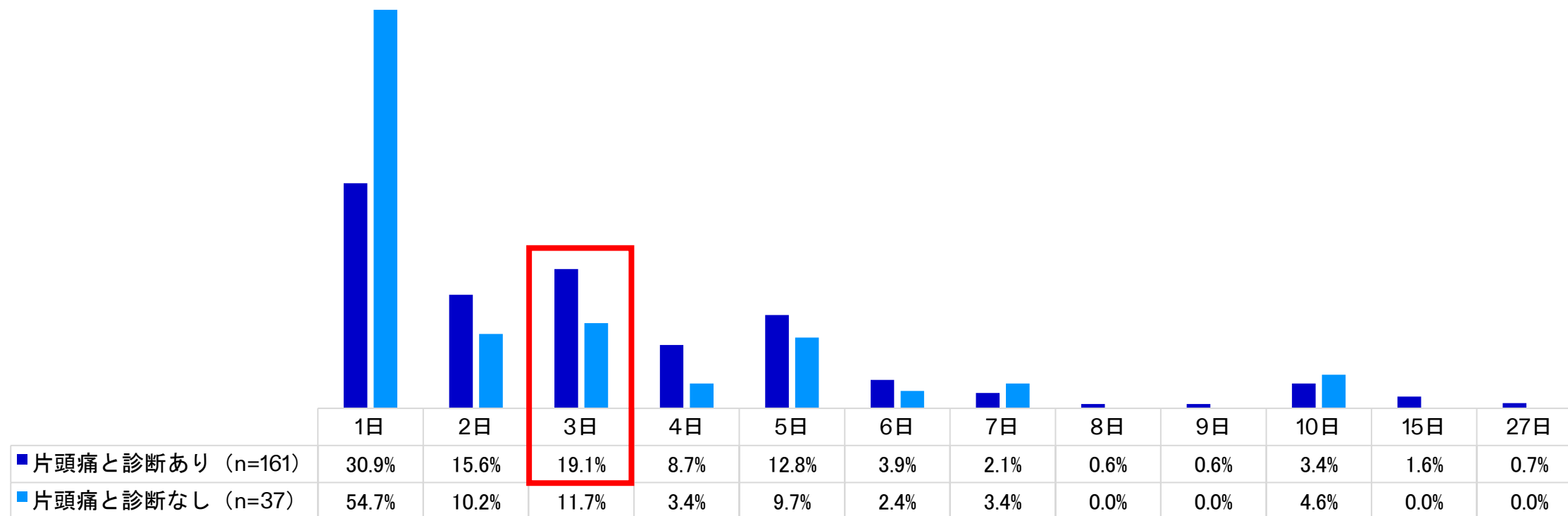


回答数がゼロの日数は除外

## 片頭痛患者の、職場に遅刻・早退した日数は3日（中央値）

Q：直近1年間の平均として、頭痛または片頭痛を原因として、職場に遅刻・早退した日数は、1か月の中でどの程度ですか。

（労働基準法による法定休日から、1か月における休日が最低限の4日だった場合を考慮し、回答最大値を27日としている）



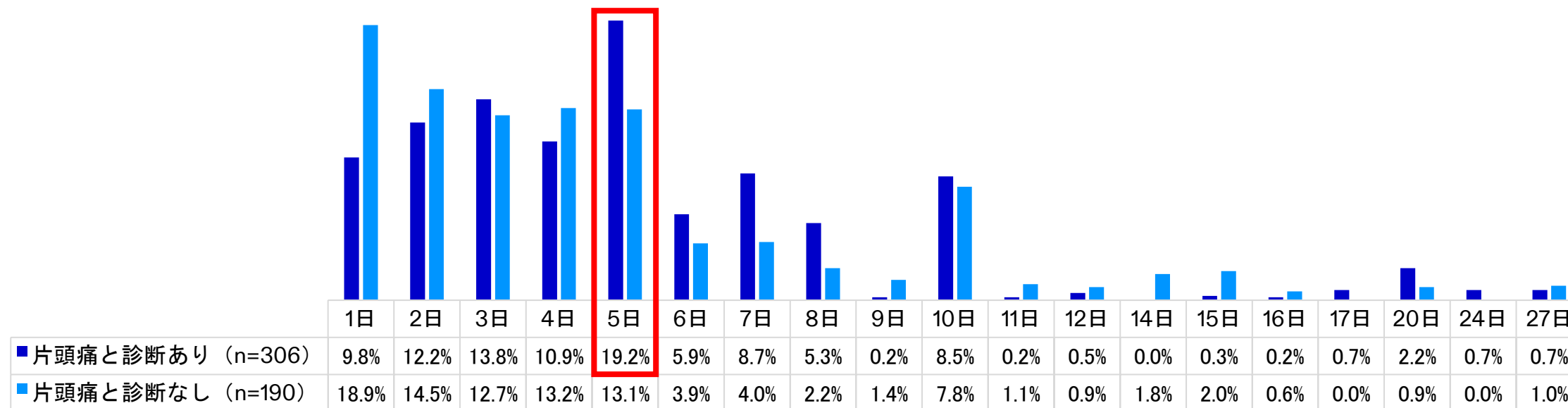
回答数がゼロの日数は除外

## 片頭痛患者の、仕事の業務に影響を及ぼした日数は5日（中央値）

Q：直近1年間の平均として、仕事を丸1日休んだり遅刻・早退したりした日を除いて、頭痛または片頭痛を原因として、仕事の業務に影響を及ぼした日数は、1ヶ月の中でどの程度ですか。

（労働基準法による法定休日から、1か月における休日が最低限の4日だった場合を考慮し、回答最大値を27日としている）

仕事の業務に影響を及ぼした＝思考能力が低下する、考えがまとまらない、PCを見るのが辛い、頭痛が気になって集中できない、動作が緩慢になる、休み休み仕事をする、など

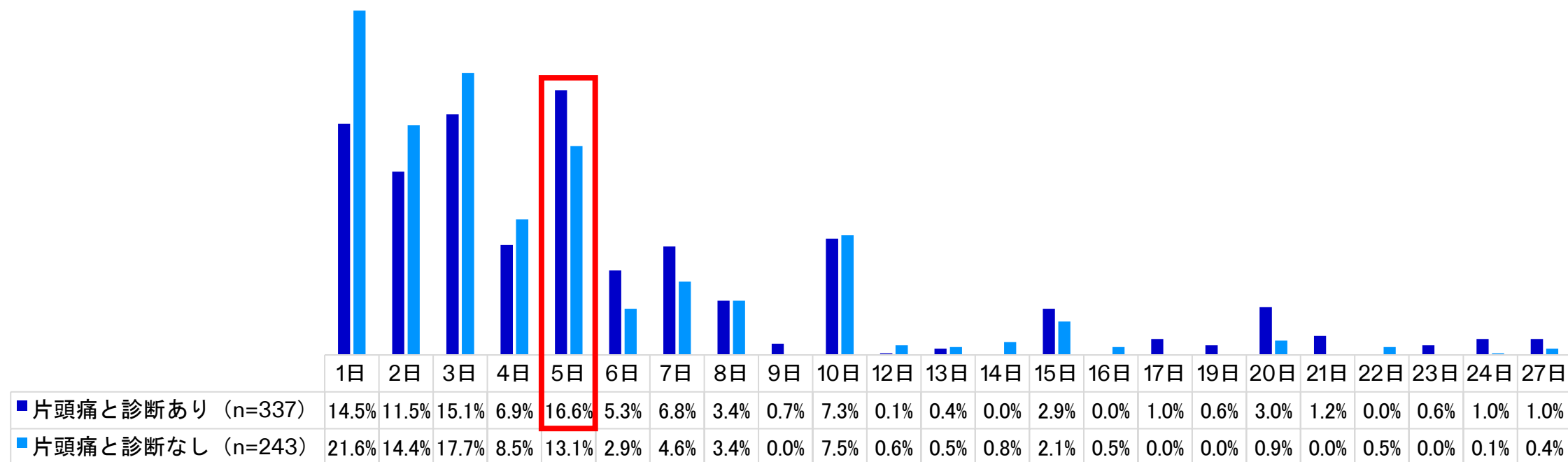


回答数がゼロの日数は除外

## 片頭痛患者の、無理をして働いた日数は5日（中央値）

Q：直近1年間の平均として、仕事を丸1日休んだり遅刻・早退したりした日を除いて、頭痛または片頭痛を原因として、無理をして働いた日数は、1か月の中でどの程度ですか。

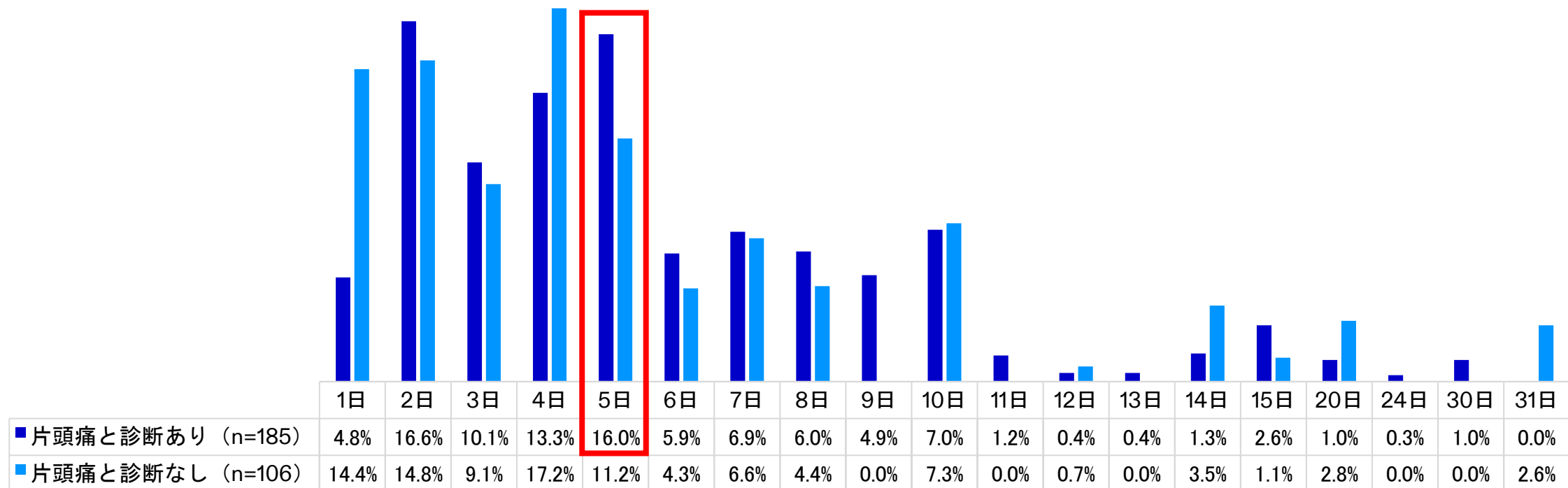
（労働基準法による法定休日から、1か月における休日が最低限の4日だった場合を考慮し、回答最大値を27日としている）



回答数がゼロの日数は除外

## 片頭痛患者の、 家庭のことをこなすのがいつもより大変だった日数は5日（中央値）

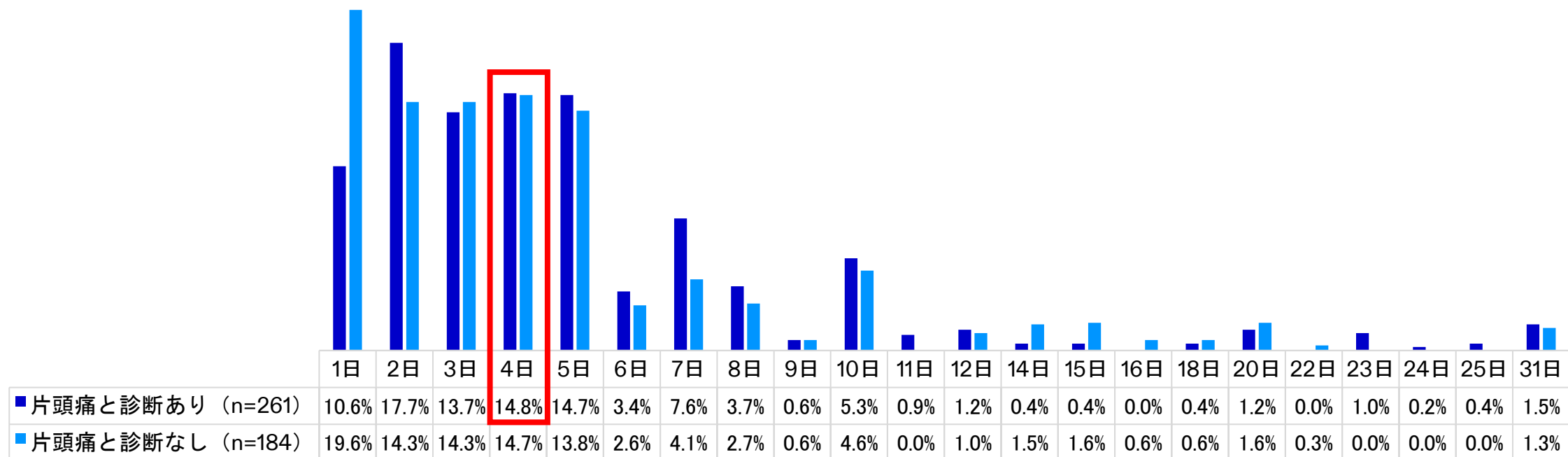
Q：直近1年間の平均として、頭痛または片頭痛を原因として、家事・育児・介護など家庭のことをこなすのがいつもより大変だった日数は、1か月の中でどの程度ですか。



回答数がゼロの日数は除外

# 片頭痛患者の、 趣味の時間・余暇をいつも通り過ごせなかった日数は4日（中央値）

Q：直近1年間の平均として、頭痛または片頭痛を原因として、趣味の時間・余暇をいつも通り過ごせなかった日数は、1か月の中でどの程度ですか。

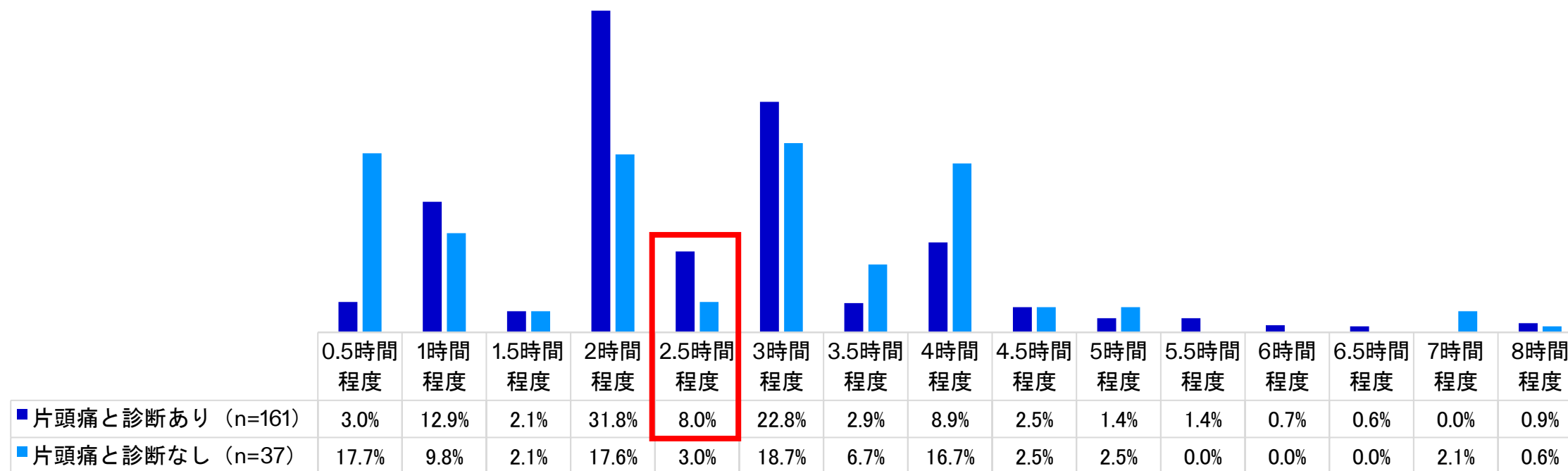


回答数がゼロの日数は除外

## 片頭痛患者の、職場に遅刻・早退した時間は2.5時間（中央値）

Q：出勤日1日あたりの平均で、頭痛または片頭痛を原因として、職場に遅刻・早退した時間はどの程度ですか。  
 ※1日の中で遅刻と早退を両方している場合は、合計をお答えください。

（労働基準法による法定労働時間から、回答最大値を8時間としている）



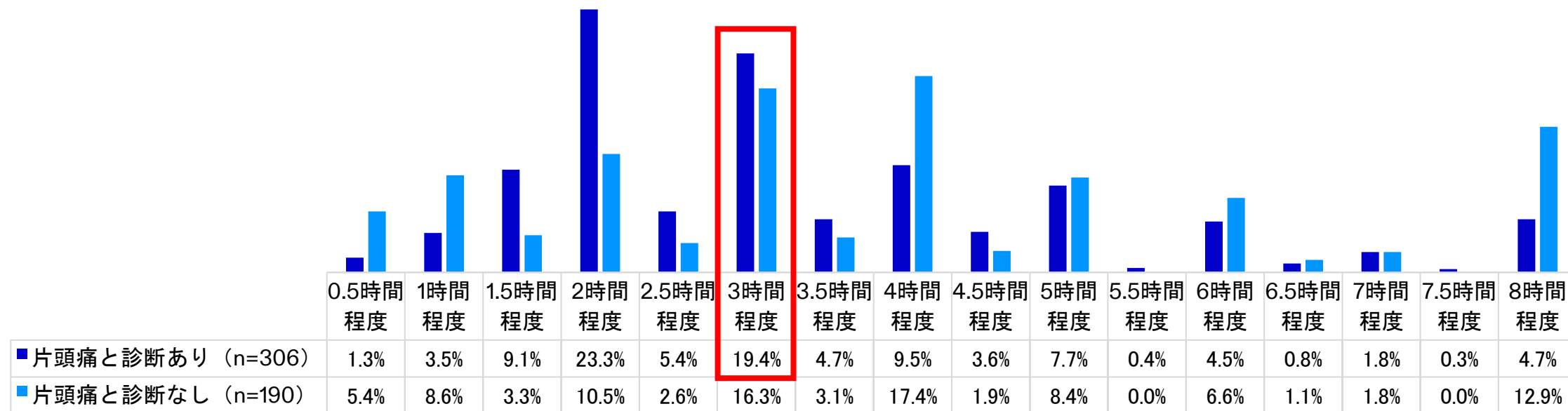
回答数がゼロの時間は除外

## 片頭痛患者の、仕事の業務に影響を及ぼした時間は3時間（中央値）

Q：出勤日1日あたりの平均で、頭痛または片頭痛を原因として、仕事の業務に影響を及ぼした時間はどの程度ですか。

（労働基準法による法定労働時間から、回答最大値を8時間としている）

仕事の業務に影響を及ぼした＝思考能力が低下する、考えがまとまらない、PCを見るのが辛い、頭痛が気になって集中できない、動作が緩慢になる、休み休み仕事をする、など

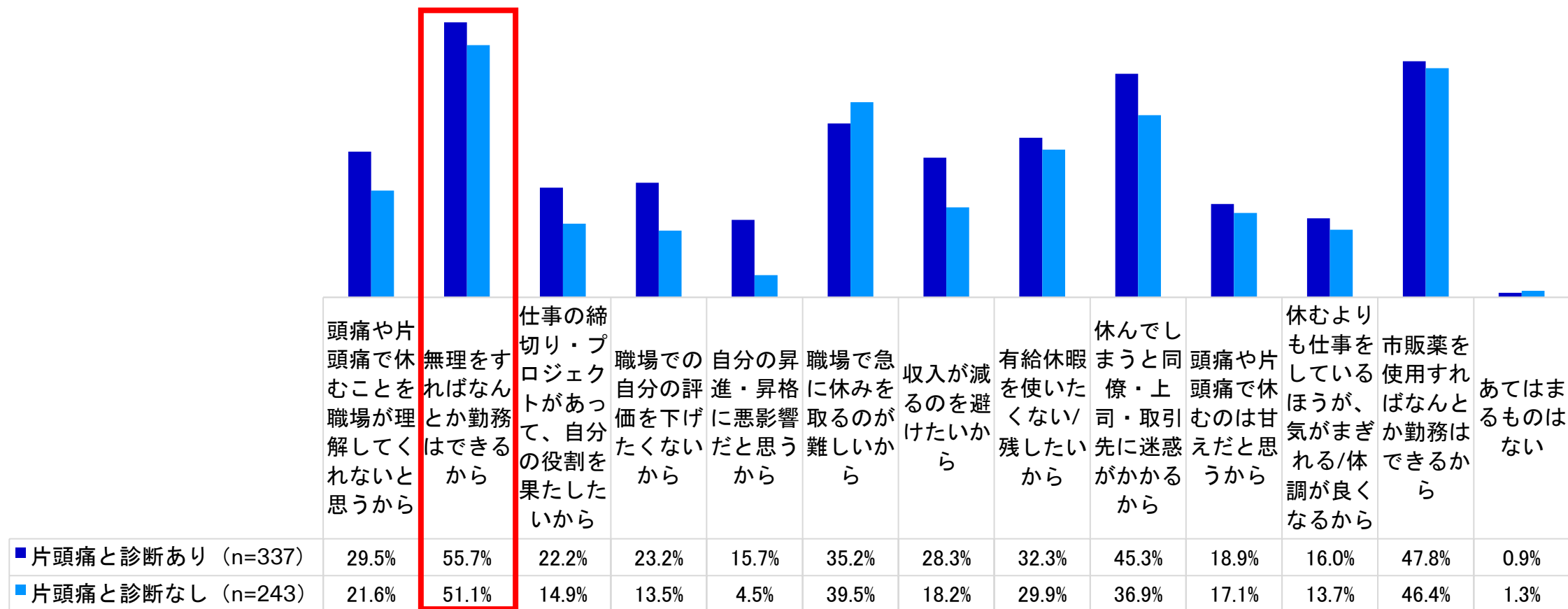


回答数がゼロの時間は除外

# 無理をして働いた理由の最多は、「無理をすればなんとか勤務できるから」

Q：頭痛または片頭痛を原因として、無理をして働いた理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

市販薬＝頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど



# 片頭痛患者の約84%は、仕事での周囲のスティグマが存在する可能性がある

※仕事領域で「あてはまるものはない」を選択した方以外の割合

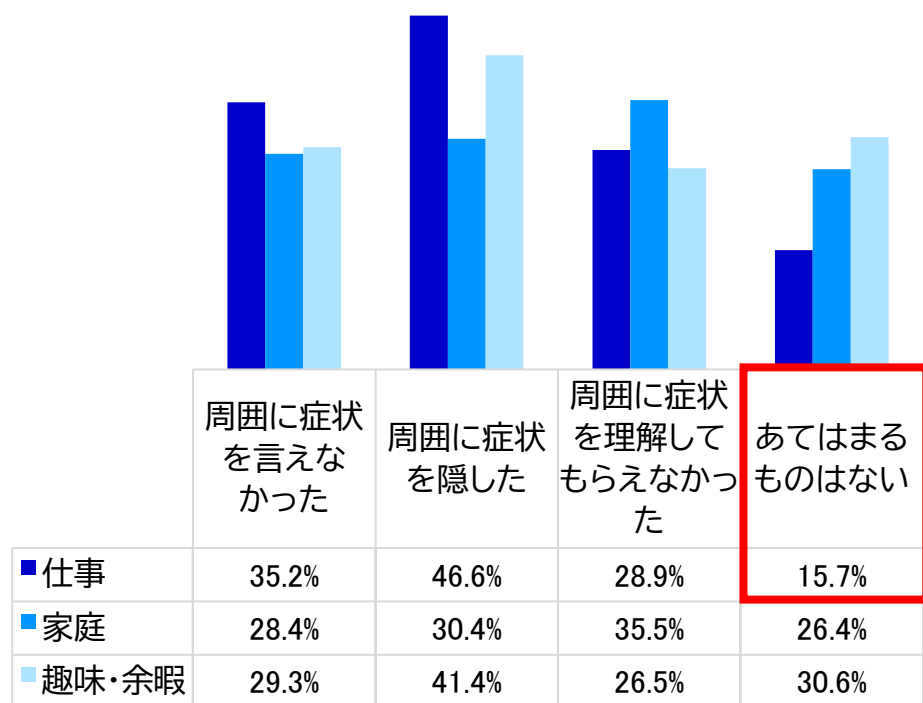
Q：頭痛または片頭痛を原因とした自分のパフォーマンスの低下に対する、周囲の理解に関してあてはまるものを全て選んでください。

## 片頭痛と診断あり

【仕事】片頭痛が原因で仕事に支障があった人 (n=536)

【家庭】片頭痛が原因で家庭のことに支障があった人 (n=185)

【趣味】片頭痛が原因で趣味や余暇に支障があった人 (n=261)

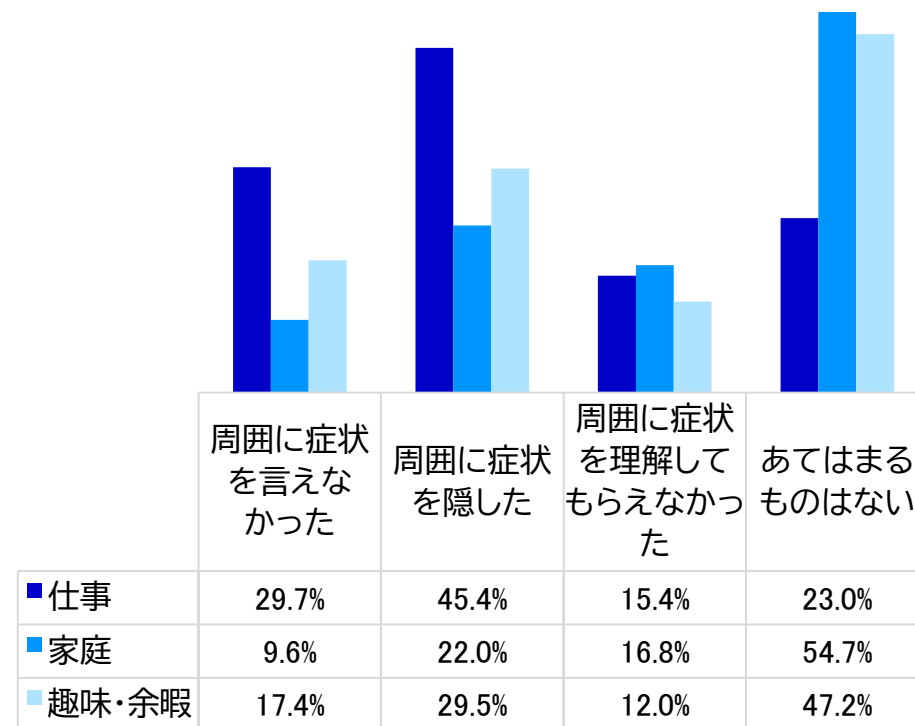


## 片頭痛と診断なし

【仕事】片頭痛が原因で仕事に支障があった人 (n=344)

【家庭】片頭痛が原因で家庭のことに支障があった人 (n=106)

【趣味】片頭痛が原因で趣味や余暇に支障があった人 (n=184)

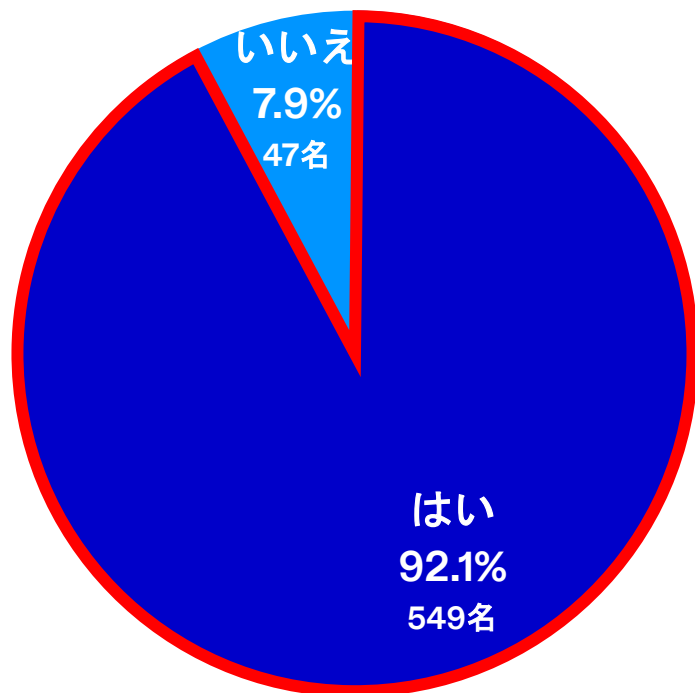


## 片頭痛患者における、症状緩和のための市販薬の使用は約92%

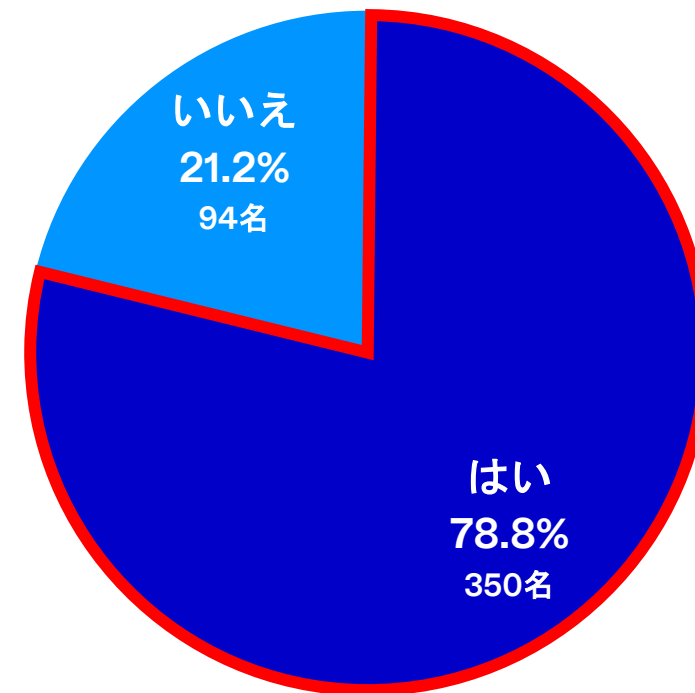
Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛の症状を和らげるために、市販薬を使用したことがありますか。

市販薬＝頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど

片頭痛と診断あり (n=595)



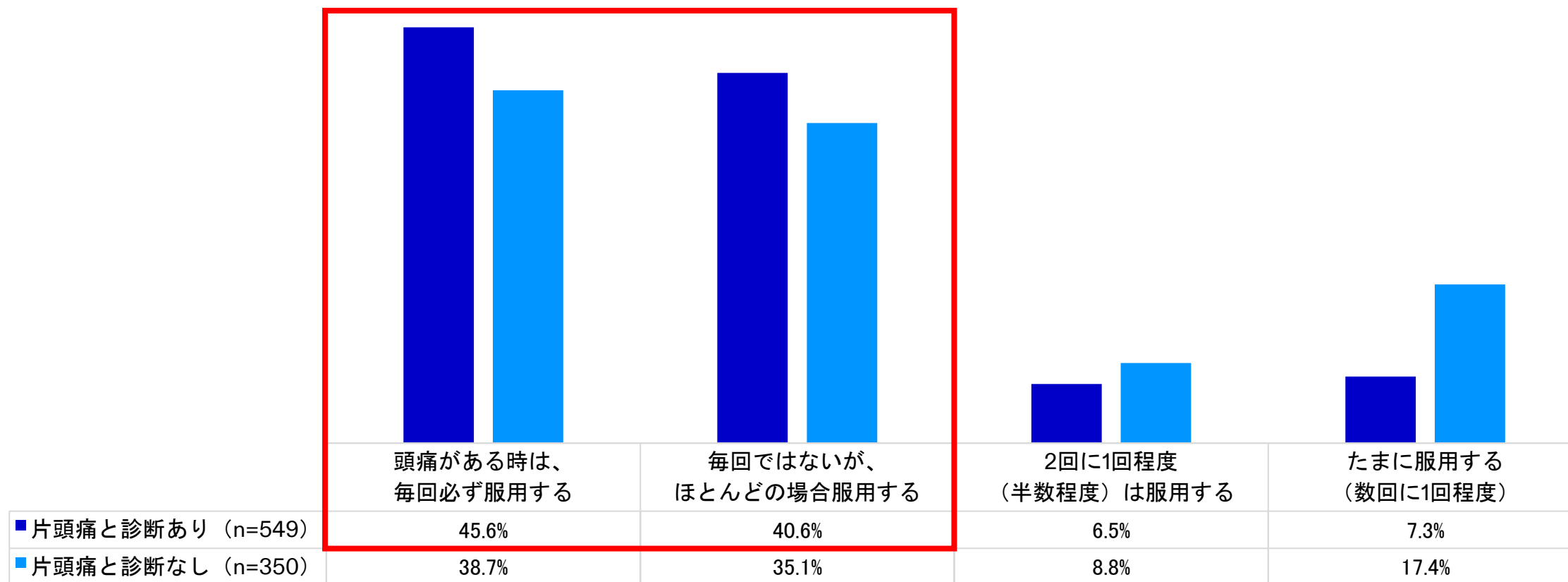
片頭痛と診断なし (n=445)



# 片頭痛患者の約86%が、症状が出たほとんどの場合で市販薬を服用している

Q：頭痛または片頭痛の症状を和らげるために、月にどの程度市販薬を服薬していますか。

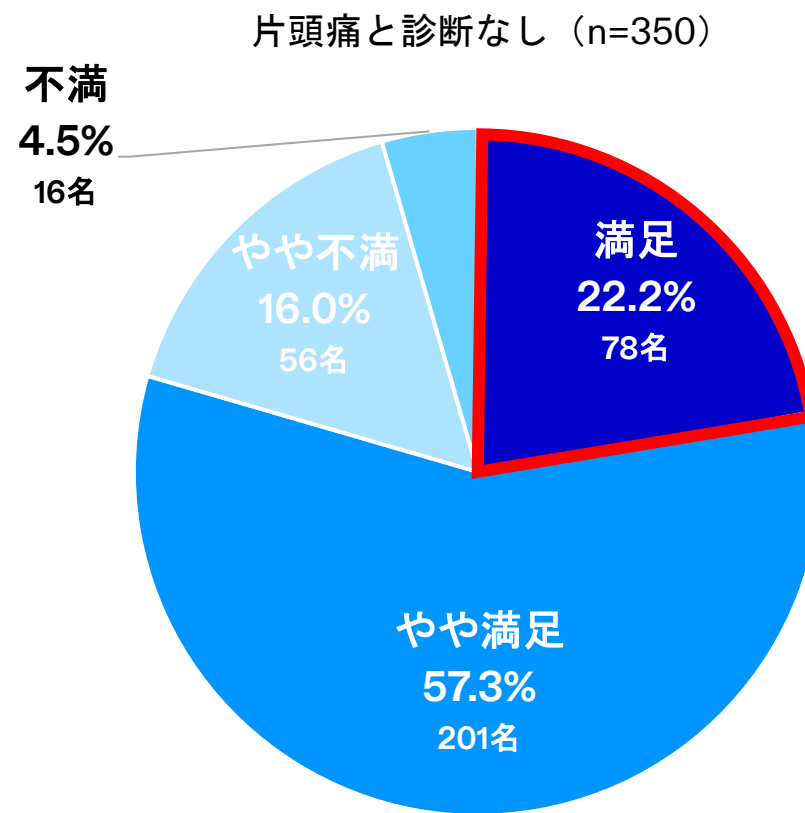
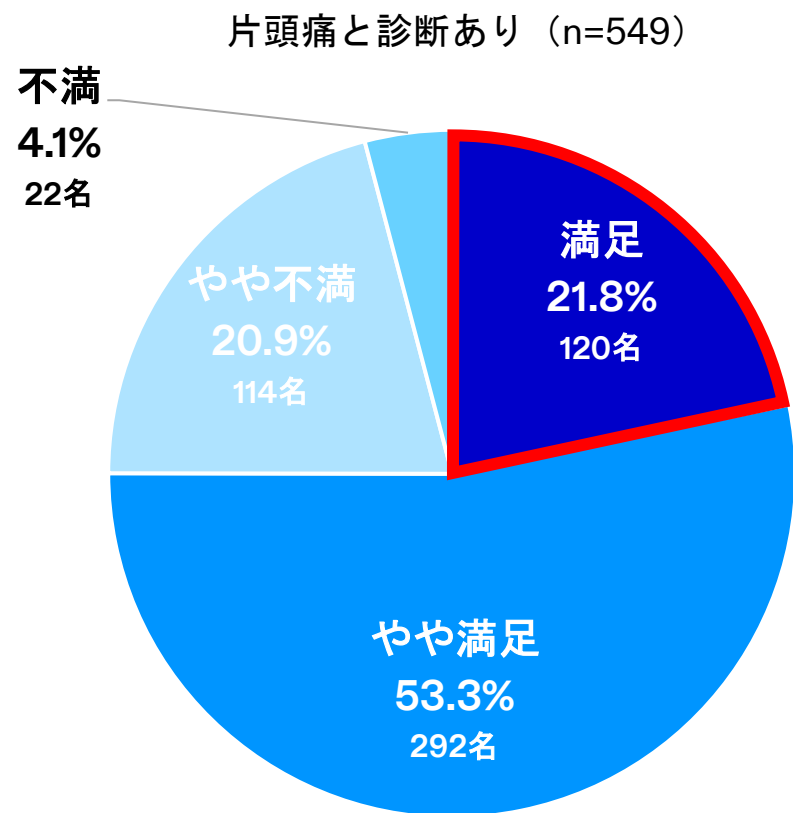
市販薬＝頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど



# 市販薬でのやり過ぎしに完全に満足している人は20%程度にとどまる

Q：あなたは、市販薬での頭痛または片頭痛の対処に満足していますか。

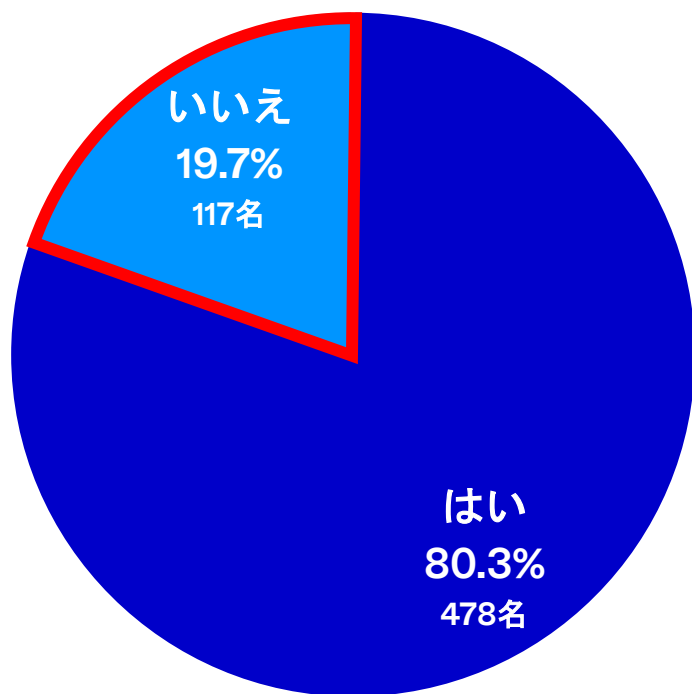
市販薬＝頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど



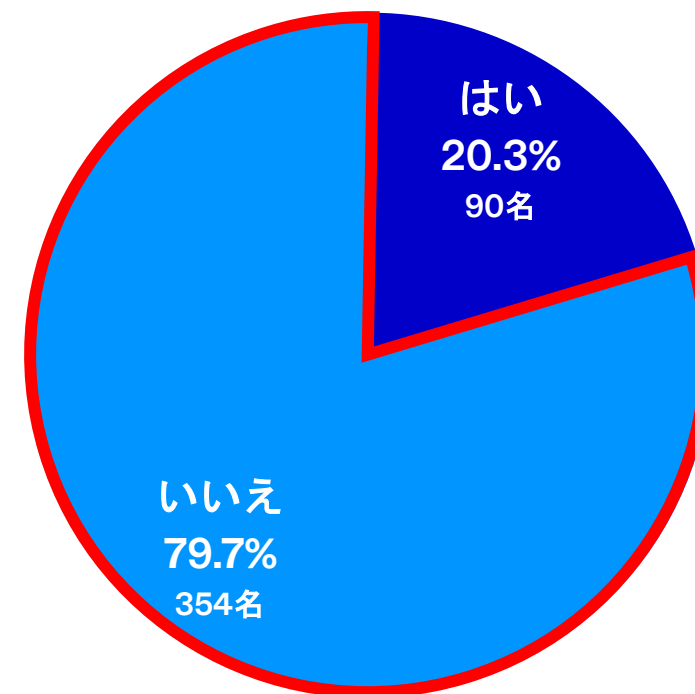
# 片頭痛患者においても、約20%の人が医療機関へ継続的に受診していない

Q：直近1年間で、頭痛または片頭痛の治療を目的として、医療機関を受診したことはありますか。

片頭痛と診断あり (n=595)



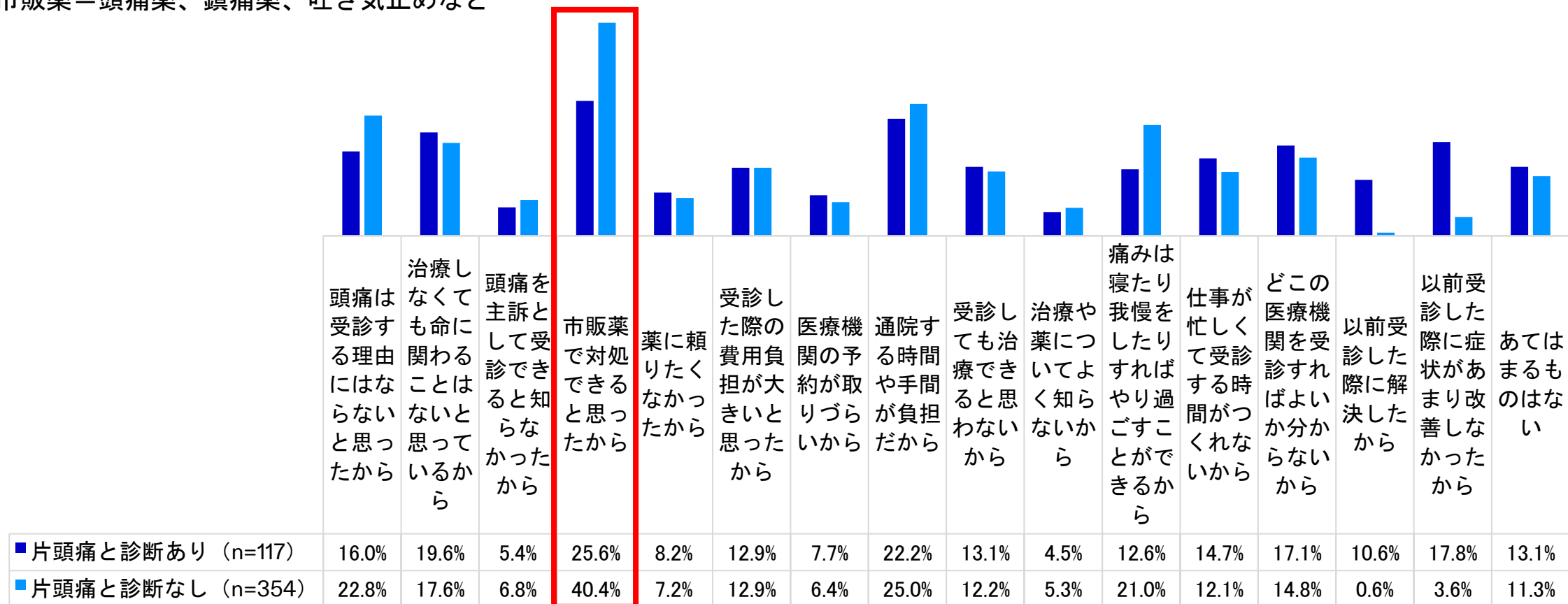
片頭痛と診断なし (n=445)



# 医療機関を受診しない理由の最多は、「市販薬で対処できると思ったから」

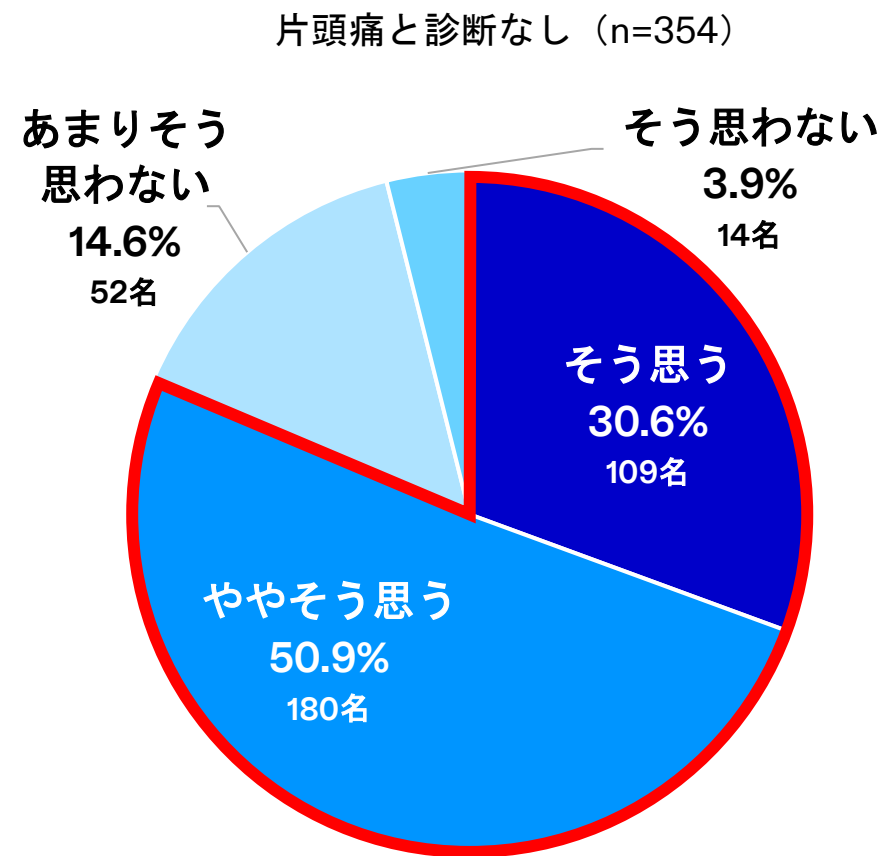
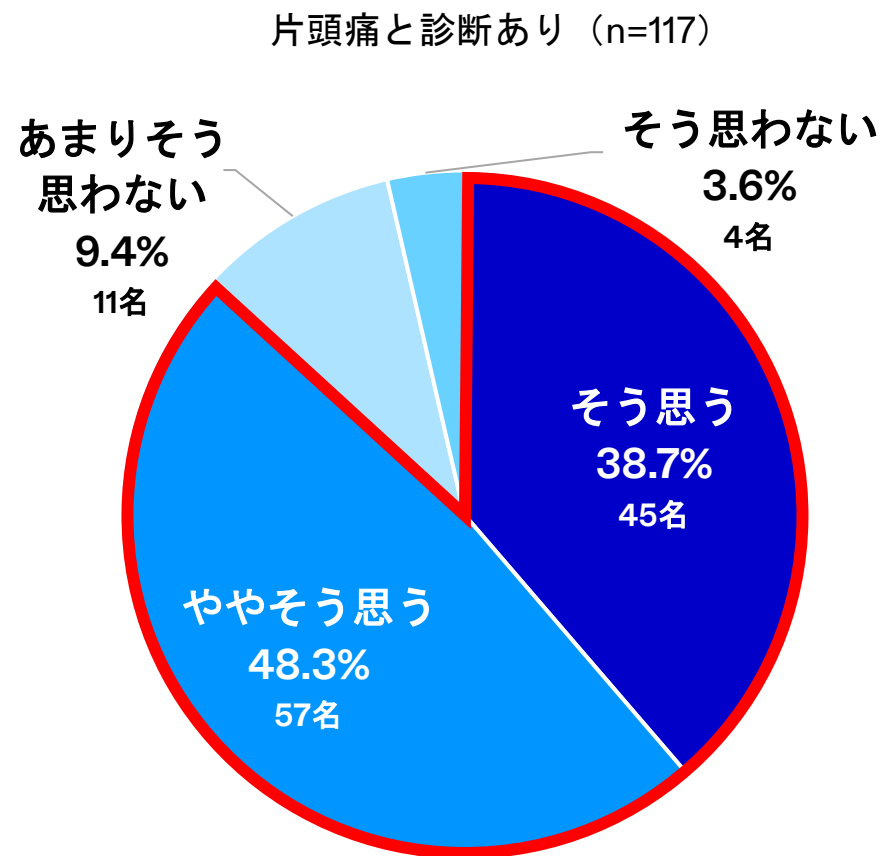
Q：頭痛または片頭痛の治療のために医療機関を受診しなかった理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

市販薬＝頭痛薬、鎮痛薬、吐き気止めなど



# 医療機関で適切に予防・治療できると分かれば、受診意向は高まる

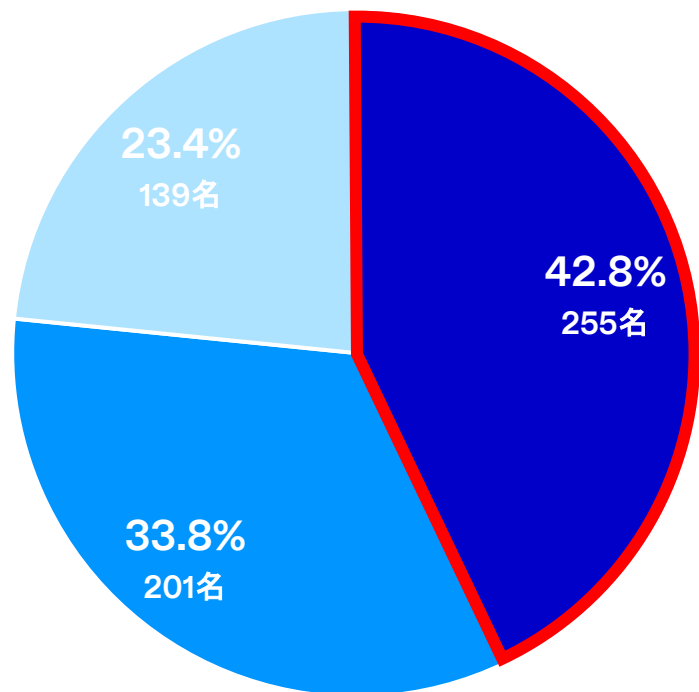
Q：頭痛や片頭痛が、医療機関への受診によって、適切に予防・治療できると分かれば、受診したいと思いますか。



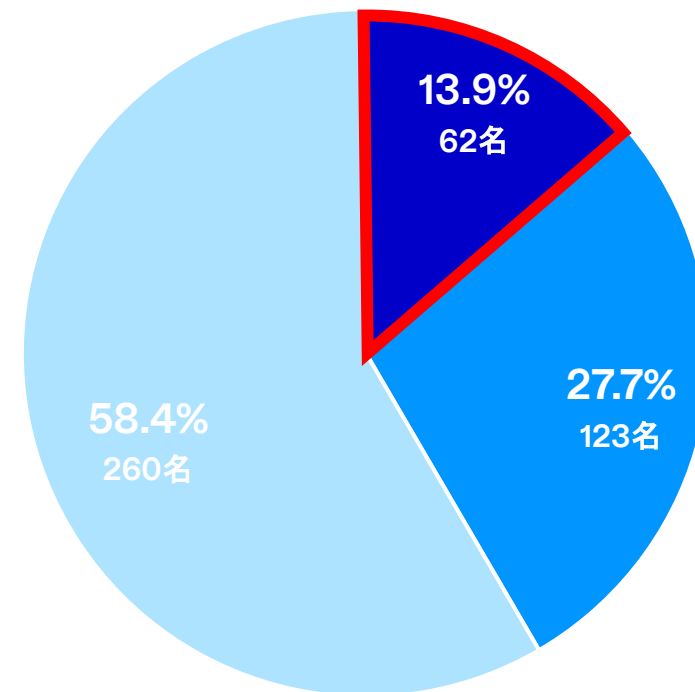
## 片頭痛患者であっても、**薬物乱用頭痛 / MOHの認知度は約43%にとどまる**

Q：あなたは、市販の頭痛薬の飲みすぎによって、逆に頭痛の頻度や程度が悪化してしまう、「薬剤の使用過多による頭痛（薬物乱用頭痛、MOH）」の存在を知っていますか。

片頭痛と診断あり (n=595)



片頭痛と診断なし (n=445)

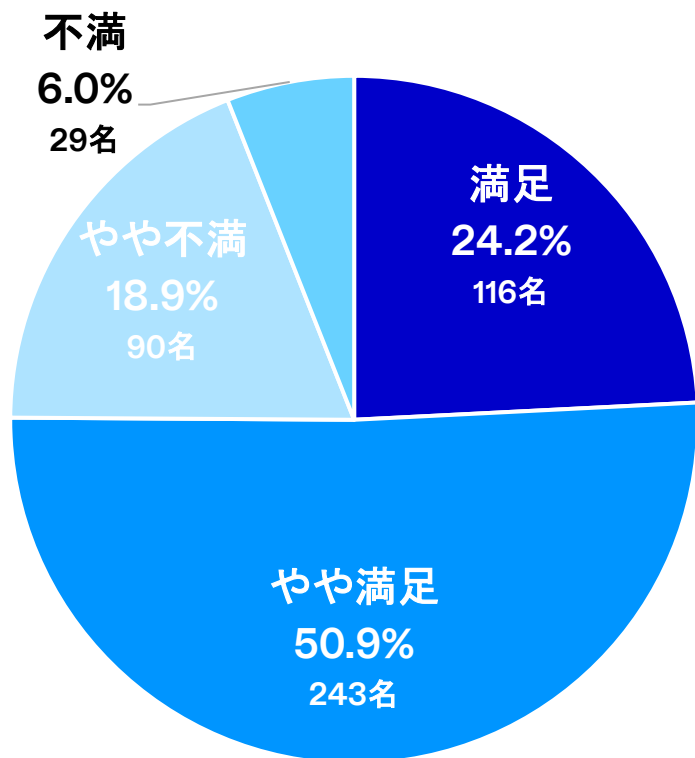


- 名前も内容も知っていた
- 名前は知らなかったが、そのような症状・現象があることは知っていた（飲みすぎが逆効果になることは知っていた）
- 知らなかった（今回初めて知った）

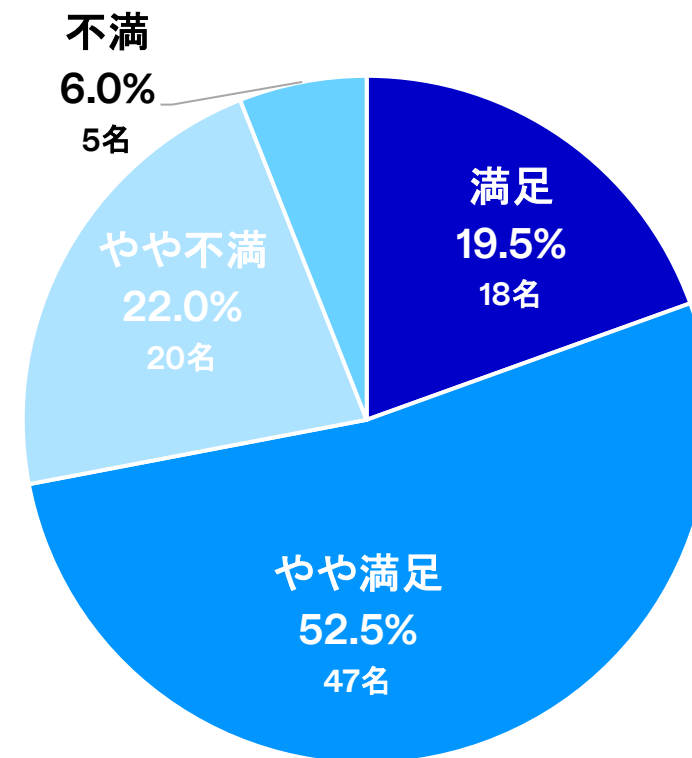
## 片頭痛・頭痛のための、医療機関での治療に対する満足度

Q：あなたは、医療機関での頭痛や片頭痛の治療に満足していますか。

片頭痛と診断あり (n=478)



片頭痛と診断なし (n=90)



## 片頭痛・頭痛のための、医療機関での治療に満足していない理由

Q：医療機関での頭痛または片頭痛の治療に満足していない理由として、下記の中であてはまるものを全て選んでください。

