

19. 長野市の産後うつ病対策（その2）～市民・地域とともに進める健康づくりへ～

清水美枝子、町田和世、山下さや香（長野市保健所健康課）

小泉典章（長野県精神保健福祉センター所長）

キーワード：エジンバラ産後うつ病質問票、夫、育児支援、赤ちゃんへの気持ち、相談

要旨：母親の心身の状態は、母子関係や子どもの発達にも大きな影響を及ぼし、場合によっては養育不全や児童虐待のリスク要因ともなりうる。

今回、どのような事項が母親の精神状態に影響しているのかを、新生児訪問時に母親に記入してもらった質問紙の内容を分析した。その結果、夫には何でも打ち明けられることが、母親の育児を支える上で大きな役割を果たすことがわかった。

A. 目的

女性にとって妊娠・出産は、一生の中で大きな変革期である。女性ホルモンの急激な変動が、身体の変化と共に心にも様々な影響を与える。さらに、出産後は育児中心の生活に変化することからストレスもたまりやすく、心にもからだにも疲れが出てくる時期でもあり、その疲れは育児に大きく影響する。

産後の母が、育児環境上どのような点に支援を必要としているのか、今後の相談・支援に活用するために分析をしたので、その結果を報告する。

B. 方法

1. 対象者：新生児訪問の1回目を受けた母親
2. 方法：3種類の質問票について、自己記入方式で回答してもらい、内容を評価する。

質問票Ⅰ 育児支援チェックリスト

質問票Ⅱ エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）

質問票Ⅲ 赤ちゃんへの気持ち質問票（ボンディング）

質問票Ⅰ 育児支援チェックリスト <表1>

- 質問1 今回の妊娠中に、おなかの中の赤ちゃんやあなたの体について、または、お産のときに医師から何か問題があると言われていましたか？
- 質問2 これまでに流産や死産、出産後1年間にお子さんを亡くされたことがありますか？
- 質問3 今までに心理的な、あるいは精神的な問題で、カウンセラーや精神科医師、または心療内科医師などに相談したことがありますか？
- 質問4 困った時に相談する人についてお尋ねします。
① 夫には何でも打ち明けられますか？
② お母さんには何でも打ち明けられますか？
③ 夫やお母さんの他にも相談できる人がいますか？
- 質問5 生活が苦しかったり、経済的な不安がありますか？
- 質問6 子育てをしていく上で、今のお住まいや環境に満足していますか？
- 質問7 今回の妊娠中に、家族や親しい方が亡くなったり、あなたや家族や親しい方が重い病気になったり事故があったことがありますか？
- 質問8 赤ちゃんが、なぜむずかかったり、泣いたりしているのかわからないことがありますか？
- 質問9 赤ちゃんを叩きたくなることがありますか？
※回答は「はい」「いいえ」に○印

C. 結果

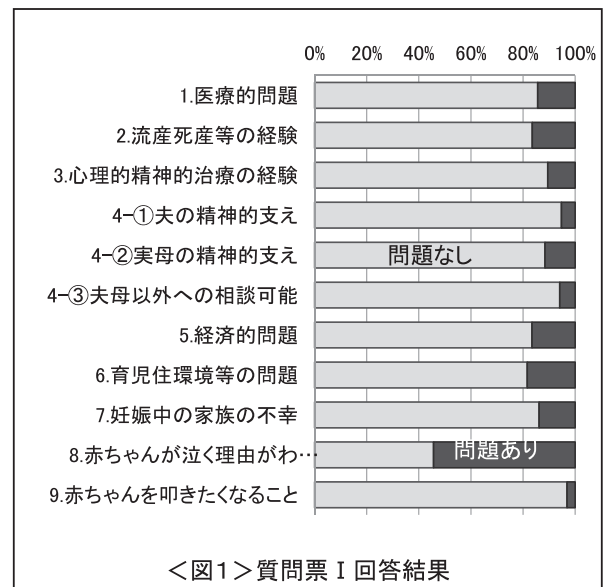
1. 期間：平成28年4月～平成29年3月の新生児訪問時に回答を得た3種類の質問票 2,468件について検証した。

2. 新生児訪問1回目のEPDSの平均値は4.51

3. 質問票Ⅰの集計結果

(1) 質問票Ⅰの集計結果<図1>

集計したほとんどの質問で、問題がある場合が20%以内だったのに対し質問8「赤ちゃんがなぜむずかかったり、泣いたりしているのかわからないことがある。」と回答した人が54.8%と半数以上が回答していた。



(2) 質問票Ⅰの項目ごとのEPDSの平均点

各項目で問題がある場合とない場合についてそれぞれEPDSの平均を出した。<表2>

「夫に何でも打ち明けることができない」場合に、EPDSの平均が7.54と高かった。また、「夫や母以外には相談できる人がいない」場合に点数が高かった。

質問票Ⅰの項目別EPDSの平均点 <表2>

質問項目	問題あり	問題なし	p値
全体	4.51		—
質問1	4.61	4.49	0.58
質問2	4.19	4.57	0.06
質問3	6.92	4.22	<0.01
質問4①	7.54	4.33	<0.01
質問4②	5.93	4.32	<0.01
質問4③	6.85	4.36	<0.01
質問5	6.40	4.14	<0.01
質問6	5.82	4.21	<0.01
質問7	4.84	4.46	0.08
質問8	5.42	3.42	<0.01
質問9	7.00	4.46	<0.01

反対に、「赤ちゃんがなぜむずかたり泣いたりしているのかわからない」に「いいえ」と回答した人の平均点数が3.42とかなり低く、「夫に何でも打ち明けることができる」に「はい」と回答した場合も、全体の平均より値が低くなった。

質問票Ⅲ 赤ちゃんへの気持ち質問票(ボンディング)

<表3>

質問1: 赤ちゃんをいとしと感じる
 質問2: 赤ちゃんのためにしないといけないことがあるのに、おろおろしてどうしていいかわからない時がある。
 質問3: 赤ちゃんのことが腹立たしくいやになる
 質問4: 赤ちゃんに対して何も特別な気持ちがわかない。
 質問5: 赤ちゃんに対して怒りがこみあげる。
 質問6: 赤ちゃんの世話を楽しみながらしている。
 質問7: こんな子でなかったらなあと思う。
 質問8: 赤ちゃんを守ってあげたいと感じる。
 質問9: この子がいなかったらなあと思う。
 質問10: 赤ちゃんをととても身近に感じる。
 ※回答は、「ほとんどいつも強くそう感じる」～「全然そう感じない」の4段階の回答

4. 質問票Ⅲ (ボンディング) とのクロス集計

質問票Ⅲの項目別EPDSの平均点 <表4>

	チェックあり	チェックなし	p値
全体平均点	4.51		—
質問1	6.52	4.19	<0.01
質問2	6.12	3.19	<0.01
質問3	6.81	4.05	<0.01
質問4	7.95	4.37	<0.01
質問5	7.34	4.19	<0.01
質問6	5.93	3.47	<0.01
質問7	8.54	4.34	<0.01
質問8	6.71	4.33	<0.01
質問9	8.74	4.29	<0.01
質問10	7.36	4.16	<0.01

(1) ボンディング項目別 EPDS の平均値

各質問への回答で、赤ちゃんへの愛着に問題がない場合をチェックなし、その他の回答をチェックありとした。<表4>

質問9、質問7、質問4に問題ありと回答した人のEPDSの点数が高かった。反対に質問2、質問6に問題がない場合にEPDSの点が低かった。

D. 考察

「育児支援チェックリスト」からみたEPDSは、夫へ何でも打ち明けられる場合とそうでない場合の差が大きく、育児をしていく上で夫の果たす役割が重要であることが伺われる。また、夫や母親以外に相談できる環境も大切であることが示された。そのような相談・支援先として、保健センターは期待される存在でありたいと思う。

さらに、①カウンセラーや精神科医師等との相談既往の有無②赤ちゃんがなぜむずかるのか分からない、おろおろしてどうしていいかわからないなど、赤ちゃんの世話についての不安や迷いの有無③経済的な問題等も、EPDSを左右する大きな要因となっていた。これら要因に対する具体的な支援、例えば訪問時の観察のポイントや育児手技に関することはこれまでも日常的に実施してきた保健指導そのものである。今後、さらに支援技術の研鑽を積み、切れ目のない支援を適切に実施していきたい。この支援が母親の育児不安や困難感を解消し、母と子の幸せな生活の一助となること、さらに母親のうつ病予防やひいては児童虐待の予防につながると思う。

E. おわりに

多くの方からのご教示、ご協力をいただきながら発進した産後うつ病対策事業です。EPDS等の質問票という一つの介入方法を得、これを元に関係機関との連携を継続的かつ綿密におこなう中で、母と子が安心して幸せな日々を過ごすことができるよう支援して参りたいと思います。

F. 利益相反 なし

G. 倫理的配慮

集計にあたってはプライバシーを保護するためにIDを作成し、コンピューター上でデータを処理した。

また保健所所内会議において倫理的・科学的妥当性の観点から実施の適否について承認を得ている。

参考文献：長野県精神保健福祉協議会：産後うつ病早期発見・対応マニュアル。平成27年1月