

山本直子 論文内容の要旨

主 論 文

Mental health problems and influencing factors in Japanese women 4 months after delivery

出産後 4 か月女性の精神的健康問題と影響を及ぼす要因

山本直子 安部恵代 有馬和彦 西村貴孝 赤星衣美 大石和代 青柳潔
(Journal of Physiological Anthropology 33 巻 32 号 2014 年)

長崎大学大学院医歯薬学総合研究科医療科学専攻
(主任指導教員：青柳 潔教授)

緒 言

出産後の精神的問題は主要な公衆衛生問題である。その中でも通常出産後 4-6 週に発症し、出産後 1 年まで発症しうる産後うつが最も普遍的な精神的問題である。産後うつ病は母親だけでなく、子どもの発達や家族全体にまで影響を及ぼす。しかし産後うつ病の要因に関する調査の多くは出産後 8 週と 1 年になされ、他の時期においては十分と言えない。母親の養育環境の生理学的適応を評価するため、精神的健康に影響を及ぼす要因を明らかにすることは必要である。

対象と方法

2011 年 11 月～2012 年 7 月に長崎市内 2 か所の保健センターにて 4 か月健康診査を受けた児を持つ女性 646 人を対象に質問紙調査を行った。自記式質問紙にて母親の年齢、身長、体重、在胎週数、出産経験、分娩様式、婚姻状況、妊娠の計画性、栄養方法、食事の規則性、食欲、外出頻度、経済状況、ストレスの多いライフイベント経験の有無、うつ病歴を聞いた。General Health Questionnaire(GHQ12)を用い精神的健康度を評価した。評価に際し、4 点未満を精神的健康度良好、4 点以上を精神的健康度不良とした。

結 果

有効回答の得られた 584 人を分析対象とした。母親の平均年齢は 31.4(標準偏差 5.1) 歳だった。86.8%は規則的な食生活であり、20.0%は経済的に困窮しており、6.2%は

うつ病歴があった。45人が精神的健康度不良(7.7%)であった。

精神的健康度不良群と精神的健康度良好群を単回帰分析した結果、統計学的に有意に精神的健康度不良群の母親は年齢が高く、不規則な食生活をしており、食欲がなく、経済的に困窮しており、うつ病歴のある母親が多かった。多変量解析を行った結果、高年齢、不規則な食生活、うつ病歴が精神的健康度不良と有意に関連が見られた。経済的困窮はボーダーラインの関連であった。

考 察

本研究では出産後4か月女性の精神的健康不良(GHQ12 4点以上)は7.7%であった。我々の調査結果は出産後6-8週の調査,出産後3-6か月の調査より有病率は低かった。理由として文化的背景や環境が影響しているのかもしれない。また精神的健康度を国ごとで比較した調査では国ごとに精神的健康度に違いがあった。国によってストレスの表現に違いがあるのかも知れないので、精神的健康度の解釈には注意が必要である。

先行研究において我々の調査より一般女性の方が精神的健康度不良であった。これまで出産後女性と一般女性ではどちらが精神的健康度不良であるのかまだ十分には検証がなされていない。出産後女性の調査では精神的健康度不良と高年齢が関連するもの、若年齢が関連するものと、意見が一致していない。今後更なる調査が必要である。

経済的困窮と精神的健康度不良は一般人口の調査においても出産後女性の調査においても関連が指摘されている。我々の調査では経済的困窮と精神的健康度不良との関連はボーダーラインの関連であった。経済的困窮している母親は精神的健康度不良を予防するためのターゲットとなるべき対象なのかもしれない。

我々の調査ではうつ病歴の有る母親は精神的健康度不良であり、これは先行研究と同様の結果であった。出産後の精神的健康問題を予防するために早期に介入する必要があるのかも知れない。

一般人口を対象とした研究で、不規則な食生活と精神的健康度不良には関連があった。これは我々の調査結果と一致する。しかしながら出産後女性を対象とした調査では食生活と精神的健康についての調査は見当たらない。食事パターンは国ごとに習慣に違いがあるため国際的な尺度で評価するのが困難だと考えられる。しかし不規則な食生活習慣は精神的健康度不良につながる可能性もあり更なる研究が必要である。

出産後4か月女性の精神的健康度とその要因について調査した結果、出産後4か月女性の精神的健康度不良は7.7%であり、彼女らの精神的健康度は概ね良好であった。高年齢、不規則な食生活、うつ病歴は精神的健康度不良と関連していた。経済的困窮と精神的健康度不良との関連はボーダーラインであった。この結果は専門家が出産後女性の精神的健康不良を同定する助けとなり、また産後うつを予防するための早期介入の助けとなると考える。