

平成29年度 独創的研究助成費 実績報告書

平成 30 年 3 月 30 日

報告者	学科名	看護学科	職名	准教授	氏名	池田 理恵
研究課題	乳児を養育する母親の産後うつと睡眠、生活状況に関する香港との比較研究					
研究組織	氏名	所属・職		専門分野	役割分担	
	代表	池田 理恵	看護学科・准教授	母性看護学	全体統括	
	分担者	井上 幸子 高橋 幸子 岡田 優希 笹尾 友香 高橋ゆうか Ngai Vivian	看護学科・准教授 看護学科・教授 博士前期課程2年 博士前期課程1年 博士前期課程1年 香港理工大学助理教授	精神看護学 言語教育学地 域看護学 母性看護学 基礎看護学 母性看護学	統計解析 統計解析 データ収集 データ収集 データ収集 データ収集	
研究実績の概要	<p>「日本における産後うつと睡眠の研究に関する文献検討」</p> <p>日本の妊産婦死亡率は、第二次世界大戦後、医療技術の進歩、経済力の増大、社会保障制度の整備により減少した。しかし、2005年から2014年の10年間に東京23区内で自殺した妊産婦は63人であり、23人は妊娠中、40人が産後であった。この数は妊産婦死亡に入っていないが、出産数10万に対し8.5となる。妊娠中の35%はうつ病、産後の33%が産後うつ、10%がうつ病であり、産後うつを予防することが、妊産婦の命を守ることにつながると思われる。</p> <p>さてうつ病と睡眠の間には密接な関係があるとされている。また、産後は子供の世話に関連し睡眠が障害されやすい。そこで、日本における研究論文を検討し現在明らかになっている産後うつと睡眠の関係を整理することを目的とする。</p> <p>医学中央雑誌 web 版を用いて2000年から2016年までに「産後うつ」「睡眠」をキーワードとし検索した。15文献が該当し、産後うつに関係しない1文献を除く14文献を検討した。妊娠期から産後にかけての継続調査4文献、産後の調査8文献、症例報告2文献であった。産後うつと睡眠に関連があることが裏付けられたが、信頼性の低い研究も散見され、今後、さらなる研究の余地があると思われた。</p> <p>「1 か月児を養育する母親の産後うつと睡眠に関する研究」</p> <p>【目的】本研究の目的は、1 か月児を養育する母親の産後うつ病と睡眠障害の実態を明らかにすることである。</p> <p>【方法】1 か月健診時、母親に、属性、EPDS、PSQI、PBQ、疲労度を問う自記式質問紙調査を実施した。統計パッケージ SPSSver.22 を用い、産後うつ病が疑われる EPDS9 点以上（以後、高群とする）と9点未満（以後、低群とする）に分け、平均値の差の比較には t 検定、カテゴリカルデータにはカイ二乗検定を実施し、その後重回帰分析を行った。睡眠障害は PSQI の下位項目まで検討した。本研究は岡山県立大学倫理委員会の承認を得た（承認番号 17-11）。</p>					

※ 次ページに続く

<p>研究実績 の概要</p>	<p>【結果】 研究対象者 112 名のうち回収数 107 名（回収率 95.5%）、欠損データを除く 104 名を分析した（有効回答率 97.2%）。EPDS 高群は 10 名で全体の 9.6%であった。EPDS 低群と比べ、初産婦（$p < 0.01$）、産後うつ病の既往（$p < 0.01$）、世帯収入の低さ（$p < 0.01$）、児の夜泣き（$p < 0.05$）、母親の育児休業取得予定期間の短さ（$p < 0.05$）で有意差が認められた。PSQI 得点による睡眠障害の程度は障害なし 27 名（26.0%）、軽度障害 37 名（35.6%）、高度障害 40 名（38.5%）で、7 割上の母親が睡眠障害と判断された。EPDS 低群の睡眠障害の割合が 72.3%であるのに比べ、EPDS 高群は 90.0%で、統計的な有意差は無いものの、EPDS 高群のほとんどが睡眠障害であることが明らかになった。睡眠時間は EPDS 高群が短い傾向にあった（$p = 0.051$）。PSQI の下位項目である睡眠の質は、睡眠の質が非常に悪いとした人は入眠時間や睡眠時間が短い傾向にあり、また睡眠の質が良いほど PSQI 得点が低かった。EPDS 高群では、疲労度が有意に高く（$p < 0.05$）、PBQ における愛着形成不全（$p < 0.05$）、育児不安（$p < 0.01$）が有意に高かった。産後うつ病の疑いの有無を従属変数として、重回帰分析を行った結果、育児不安（$\beta = 0.45$）、初産婦（$\beta = 0.25$）、世帯収入（$\beta = -0.20$）に有意な関連が認められた。</p> <p>【考察】 初産婦、産後うつ病の既往、世帯収入の低さ、児の夜泣き、母親の育児休業取得予定期間の短さ、疲労、愛着不全、育児不安を産後うつ病のリスクととらえ、アセスメントシケアにつなげることが大切である。育児支援、家族を含む支援、社会資源の活用、地域住民のネットワークや地域で活動する他職種との連携を強化することが求められている。EPDS 高群は顕著に睡眠障害の割合が高く、産後うつ防止のために育児のために睡眠が障害される状況に適応することを支える必要性が示唆された。</p> <p>【結論】 1) 産後 1 か月の母親の産後うつ病疑いの有無に影響を与えている要因は初産婦、産後うつ病の既往、世帯収入の低さ、児の夜泣き、母親の育児休業取得予定期間の短さ、疲労、愛着不全、育児不安であった。2) 産後 1 か月の母親の睡眠障害の割合は 7 割で、特に EPDS 高群の母親は 90%に上り、その睡眠の特徴は睡眠時間が短く、入眠するまでの時間が長く、睡眠の質が悪かった。</p>
<p>成果資料目録</p>	<p>「A Literature Review on the Association between Postnatal Depression and Sleep」 TNMC & WANS International Nursing Research Conference 2017, October 20-22, 2017</p>