

平成30年度 独創的研究助成費 実績報告書

平成 31 年 3 月 28 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	陰陽思想による産後の養生が産後うつ予防に及ぼす影響					
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	看護学科・准教授	精神看護学	統計解析	
		高橋 幸子	看護学科・教授	言語教育学	統計解析	
Vivian Ngai		香港理工大学・准教授	母性看護学	統計解析 香港でのデータ収集		
		笹尾 友香	博士前期課程2年	公衆衛生看護学	データ収集	
		高橋ゆうか	博士前期課程2年	基礎看護学	データ収集	
研究実績の概要	陰陽思想に基づく産後の養生は、中国を中心に広く根付いた文化的慣習である。例えば香港では産後1か月は陰陽思想に基づいた日常生活が行なわれ、産後うつを予防する効果もあるとされている。産後の養生で実践率の高いものとして冷たいものを食べず、熱を通したのものや生姜、豚肉など体を温めるとしたものを食べる、外出を避ける、などがある。本研究では陰陽思想に基づく産後の生活行動が日本で認知、実践されているか、さらに産後うつに影響があるか明らかにすることを目的とした。					

※ 次ページに続く

<p>研究実績 の概要</p>	<p>産後1か月健診時に母親に無記名自記式質問紙調査を依頼し、留め置き式で回収した。質問項目は陰陽思想に基づく生活行動として食行動2項目、動静1項目、産後うつ（EPDS）である。産後うつへの影響因子として、属性、産科歴、育児サポート、疲労、睡眠環境、子どもへの愛着（PBQ）、睡眠障害（PSQI-J）を用いた。本研究は岡山県立大学倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号17-11）。統計ソフトはSPSS22.0 IBM Japanを使用し、記述統計およびクロス集計、カイ2乗検定を行った。</p> <p>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%）。対象者の概要を表1に示す。平均年齢は、31.1±4.6歳、初産婦は54名（51.9%）経産婦は50名（48.1%）、また、初産婦の平均年齢は30.4±4.1歳であった。EPDS、PBQ、睡眠障害と疲労について表2～4に示す。産後うつ疑いである9点以上のものは10人（9.6%）であった。愛着障害をスクリーニングするPBQは4因子からなり、愛着不全12人、拒絶と怒り1人、育児不安5人、虐待リスク1人がカットオフポイントを上回っていた。睡眠障害は77人（74.0%）に見られた。</p> <p>陰陽思想に基づく生活行動として、「冷たいものを摂らない」と答えた者は28名（26.9%）、「生の食べ物を食べない」は4名（3.8%）、「外出を避ける」は60名（58.3%）であった。これらの生活行動と産後うつ（EPDS得点が9点以上の産後うつ疑いと9点未満）との間でカイ2乗検定を行ったところ、「生の食べ物を食べない」と産後うつに有意差が認められた。EPDS得点9点以上である産後うつ疑いの母親は生のものを気にせず食べる母親の割合が多かった。</p>
<p>成果資料目録</p>	<p>【学会発表】</p> <p>○佐藤鈴菜, 安部瑞生, 伊藤菜保子, 築山桃香, 池田理恵, 育児期の父親の産後うつと睡眠障害, 児への愛着の実態, 第59回日本母性衛生学会学術集会, 新潟, 2018年10月19日. (口頭発表)</p> <p>池田理恵, 高橋幸子, 川下菜穂子, 陰陽思想に基づく生活行動が産後うつに及ぼす影響, 第38回日本看護科学学会学術集会, 松山, 2018年12月16日(ポスター発表).</p> <p>○笹尾由香, 池田理恵, 産後1か月の母親の睡眠の質が産後4か月のマタernalボンディングを予測できるか, 第7回日本公衆衛生看護学会学術集会, 宇部, 2019年1月27日. (ポスター発表)</p> <p>阿部野唯, 成田夏苗, 藤家みのり, 池田理恵, 4か月児の父親の睡眠と産後うつ・児の愛着・疲労の関連, 第29回日本医学看護学教育学会学術集会, 米子, 2019年3月16日. (ポスター発表)</p>