様式 C-7-2

自己評価報告書

平成 22 年 5 月 24 日現在

研究種目：基盤研究（C）
研究期間： 2007 ～ 2010
課題番号：１９５９２５９２
研究課題名（和文）インターネットを利用した周産期メンタルヘルスサポートプログラムの開発
研究課題名（英文）Development of a perinatal mental health support program utilizing website

研究代表者 玉木 敦子（TAMAKI ATSUKO）
近大姫路大学・看護学部・教授

研究者番号：９０２７１４７８

研究代表者の専門分野：医歯薬学分野
科研費の分科・細目：看護学・地域老年看護学
キーワード：インターネット、周産期、メンタルヘルス、サポートプログラム、産後うつ病、精神看護

１．研究計画の概要

本研究の目的は、産後の女性と、産後の女性を取りまく専門職および家族や地域社会の人々が利用できる「インターネットを利用した周産期メンタルヘルスサポートプログラム」を開発し、その有用性を評価することである。

ホームページは、「妊産婦用支援サイト」、「周産期メンタルヘルスに関する家族・一般向けページ」、「周産期メンタルヘルスに携わる看護専門職用ガイドライン」の３つから構成されるものとした。

(1)ホームページの開発

①それぞれのページについて筆者が行った先行研究および周産期メンタルヘルスに関する文献をもとに原案を作成し、②助産師、保健師、精神看護専門看護師、精神科医、産科医等の専門家および産後うつ病の体験を持つ一般女性に協力を得、妥当性を評価し、原案を修正して web 上に公開、さらに③周産期メンタルヘルスに関わっている助産師、保健師を対象に質問紙調査を行い、表面妥当性、有用性を評価する。その結果に基づいて修正版を精錬し、④web にアクセスし、かつ研究協力に同意した者を対象として内容妥当性、表面妥当性、有用性の調査を継続することとした。

(2)周産期メンタルヘルスに携わる看護専門職用ガイドラインに基づいた教育プログラムの開発

①周産期メンタルヘルスに関わる看護職が、それに関する知識・技術をより効果的に習得することを目的として、「看護専門職用ガイドライン」をもとに教育プログラムを作成する。②保健センターに勤務する保健師、助産師、および産科に所属する助産師、看護師で教育プログラムへの参加および調査協力に応じた人を対象として、教育プログラムを実施し、事前・事後調査、およびグループインタビューを通して教育プログラムを評価検討する。その結果をもとに教育プログラムを精錬することとした。

２．研究の進捗状況

(1)妊産婦用支援サイト（周産期にある女性が産後うつ病を予防し、さらに自分自身の精神的健康を維持・増進するために利用できるもの）を開発した（19～20年度）。

(2)周産期メンタルヘルスに関する家族・一般向けページ（周産期にある女性をとりまく家族や地域住民が産後のメンタルヘルス、周産期にある女性への関わり方について理解を深め、そのことによって女性自身が適切なサポートを得たり、また専門家に気兼ねなく相談できるようになることを目的とするもの）を開発した（19～20年度）

(3)周産期メンタルヘルスに携わる看護専門職用ガイドライン（周産期の女性に関わる保健師、助産師、看護師が周産期メンタルヘルスに関する理解を深め、女性の精神健康状態を正確に把握し、かつ精神健康状態に応じた援助方法を習得することを目的

とするもの）を開発した（20～21年度）

①玉木が行った先行研究結果を基盤に、周産期メンタルヘルスに関する文献等を参考にして妊産婦用支援サイト、周産期メンタルヘルスに関する家族・一般向けページ、周産期メンタルヘルスに携わる看護専門職用ガイドラインを作成した。
②作成された原案の内容妥当性について周産期メンタルヘルスに関する専門家および産後うつ病の体験を持つ当事者7名によって評価した。
③調査結果をもとに支援サイトを精錬し、Web上で公開した。
④修正されたページの表面妥当性・有用性について、周産期メンタルヘルスに関わる助産師、保健師等に質問紙調査を行い評価した。
⑤調査結果をもとにホームページを精錬した。

(4)周産期メンタルヘルスに携わる看護専門職用ガイドラインに基づいた教育プログラムを開発した（21年度）
①看護専門職用ガイドラインに基づいた教育プログラムを開発した。
②教育プログラムを用いた教育の効果を測定するためのツールについて、文献をもとに検討し、決定した。

３．現在までの達成度
②おおむね順調に進展している。
原案作成後、専門家や周産期メンタルヘルスに関わる助産師、保健師を対象とした調査を経て修正されたホームページは Web 上に公開されている。看護専門職用ガイドラインに基づいた教育プログラム案も 21 年度中に作成し、評価方法も決定するなど、おおむね当初研究計画に沿って研究が実施できている。

４．今後の研究の推進方策
Web 上に公開されたホームページの閲覧者を増やすために、当初予定通りチラシを作成し、配布する予定である。それによって Web 上で行う調査の研究協力者も増やすことが出来ると期待できる。
教育プログラムについては、周産期メンタルヘルス研究会（岡野禎治三重大学教授代表）の協力を得、プログラムの内容をさらに充実するとともに、研究協力者の参加を促す予定である。

５．　代表的な研究成果
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 2 件）
①Atsuko Tamaki, Effectiveness of home visits by mental health nurses for Japanese women with post-partum depression, International Journal of Mental Health Nursing, 査読有, 17, 2008, pp.419-427

②玉木敦子、産後うつ状態にある女性のセルフケアレベルと生活の質、近大姫路大学看護学部紀要、査読有、１、2008、pp.13-23

〔学会発表〕（計３　件）
①玉木敦子、看護職による周産期メンタルヘルスケアの実践：精神看護の立場から、第 4 回周産期メンタルヘルス研究会、平成 19 年 11 月 23 日、東京

②玉木敦子、産後うつ状態にある女性への精神保健看護の早期介入の効果、第 27 回日本看護科学学会学術集会、平成 19 年 12 月 8 日、兵庫

③玉木敦子他 1 名、産後のメンタルヘルス支援に関わる看護専門職のニーズ、第 28 回日本看護科学学会学術集会、平成 20 年 12 月 14 日、福岡

〔図書〕（計 1 件）
①玉木敦子、メヂカルフレンド社、第Ⅳ章-６　女性のメンタルヘルス（in　吉沢豊予子，鈴木幸子編著　女性看護学）、2008、pp.200-214

〔その他〕
①ホームページ
http://u2.cnas.ojaru.jp/