

令和 4 年 6 月 10 日現在

機関番号：15301

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2016～2021

課題番号：16K12094

研究課題名(和文) 不育症女性の精神的支援-ピア・カウンセリングの効果-

研究課題名(英文) Psychological Support for Women with recurrent pregnancy loss - Effectiveness of Peer Counseling -.

研究代表者

片岡 久美恵 (KATAOKA, Kumie)

岡山大学・保健学域・准教授

研究者番号：20613780

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：不育症女性においてピア・カウンセリングにおける精神的支援の効果を明らかにすることを目的とした。不育症女性は、ピア・カウンセリングの開会直後は【これまで気持ちを理解してもらえなかった経験を重ねてきた】から【自分の体験を話してもよいか迷い】が生じていた。会が進行し【経験を安心して話せる環境】であると認識できると、それまで経験できなかった【共感を実感する】【亡くなった子どもの存在を共有できる】という経験をしていた。さらに【共感が癒しとなる】【支えあう仲間の存在を意識できる】ことが明らかとなった。

ピア・カウンセリング参加前後の自律神経活動や心理指標テストによる調査では、有意な差は認められなかった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

不育症女性およびカップルの精神的支援の必要性が示唆され、ピア・カウンセリングへのニーズが明らかとなった。また、ピア・カウンセリングを開催するためには、参加者にとって安心して話せる精神的に安全な場であることを保証する必要があることがわかった。今後、広がっていくことが予測できるピアによる支援の在り方の一助となる。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to clarify the effects of emotional support for women with recurrent pregnancy loss who participated in peer counseling. Immediately after the opening of the peer counseling sessions, the women with recurrent pregnancy loss were unsure whether they could talk about their experiences because they had experienced a number of times when their feelings were not understood. As the meeting progressed and they became aware that they were in an environment where they could talk about their experiences in peace, they experienced empathy, which they had not experienced before, and were able to share the existence of their deceased children. Furthermore, it became clear that "empathy is healing" and "awareness of the existence of friends who support each other".

Surveys of autonomic nervous system activity and psychological index tests before and after participation in peer counseling showed no significant differences.

研究分野：臨床看護学

キーワード：不育症 流産 死産 ピア・カウンセリング 精神的支援

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

不育症とは、2回以上の流産(反復流産や習慣流産)・死産もしくは生後1週間以内に死亡する早期新生児死亡によって児が得られない状態と定義されている。そのリスク要因として、女性側では、子宮形態異常、内分泌異常、凝固異常があり、夫婦では染色体異常などが明らかになってきてはいるものの、詳しくスクリーニング検査をしても要因が見つからないケースが半数以上存在する。不育症は、流死産を繰り返し体験することとなり、その喪失体験からの悲嘆は大きく、流死産後の女性の精神状態は、次の妊娠・出産へ及ぼす影響は大きいことが考えられる。また、抑うつ状態が重症化するにつれて自律神経活動をあらわす心拍変動(以下、HRV)が低下することも明らかとなっている。

不育症は心と身体に影響を与えるため不育症女性への精神的支援は欠かせない。そのため、平成19年よりその一環として、ピア・カウンセリングを開催してきたことは、流死産を重ねて経験した女性達が、安心して気持ちを表現できる場となっていることは確かである。このような場と時間の共有は不育症女性にとって、貴重であると考えられるが、これまでに、不育症女性におけるピア・カウンセリングの効果を検証した研究は見当たらなかった。

### 2. 研究の目的

不育症女性においてピア・カウンセリングに参加した精神的支援に関する効果を具体的に明らかにするとともに、参加することの効果について、HRV や心理テストを測定することによって検証する。

### 3. 研究の方法

#### 1) ピア・カウンセリング参加者を対象にした精神的支援に関するインタビューによる調査

対象は、ピア・カウンセリング参加者のうち、研究に同意の得られた不育症女性に、インタビューガイドに基づいて自由回答法による半構造化面接を行った。面接時間は1人1回30分程度とし、対象者の同意を得て録音する。面接終了後直ちに逐語録を作成し、得られたデータから質的帰納的に分析を行った。

#### 2) ピア・カウンセリングに参加前後の自律神経活動や心理指標テストによる調査

2017~2019年までに開催されたピア・カウンセリングに参加者に、事前に研究目的・方法を書面にて知らせておき、ピア・カウンセリング開催前に口頭・書面で説明し、同意が得られた場合、対象者とした。無記名自記式質問紙にて、年齢・性別・妊娠回数・流産回数などのフェースシートと抑うつ心理指標(K6・SRS18・PGS)と自由記載の欄を設け、ピア・カウンセリング参加時に気持ちを記入してもらった。質問紙の回収は、開催前は留め置き法、開催後1か月では郵送法とした。自律神経活動の測定については、加速度脈波測定器(TAS9 VIEW)を用いた。

### 4. 研究成果

#### 1) ピア・カウンセリング参加者を対象にした精神的支援に関するインタビューによる調査

対象者は4名。平均流死産回数 $2.3 \pm 1.5$ 回、平均年齢 $34.0 \pm 4.1$ 歳であった。

##### (1) 不育症女性がピア・カウンセリングに参加するまでの体験

不育症女性がピア・カウンセリングに参加するまでの体験として、【流死産後の辛い環境】【同じ経験をした人と体験の共有を求める】【参加することへの不安】【安心して参加するための準備】というカテゴリーが得られた。【安心して参加するための準備】のサブカテゴリーには、参加するための力 事前の詳細な情報収集 があつた。このように、不育症女性は、流死産という経験を、同じ経験をした人々と共有することを希望していた。しかし、参加するためには、対人関係における多くの不安を抱えており、安心できる場所であることを確認するために、主催者やそれまでの開催状況、参加者の人数など詳細なところまで情報収集をしていた。また、参加するためには自分自身の気持ちの中にあるハードルを越える力が必要とされていた。

##### (2) 不育症女性のピア・カウンセリングに参加による体験

不育症女性はピア・カウンセリングに参加することによって、開会直後は【これまで気持ちを理解してもらえなかった経験を重ねてきた】から【自分の体験を話してもよいか迷い】が生じていた。会が進行し【経験を安心して話せる環境】であると認識できると、自分の経験などを話したり、他者の発言を聞いたりするうちに、それまで経験できなかった【共感を実感する】【亡くなった子どもの存在を共有できる】という経験をしていた。さらに【共感が癒しとなる】【支えあう仲間の存在を意識できる】ことが明らかとなった。その一方では、会終了後に、個人的に連絡を取り合うなどの人間関係の繋がりを保持することは、相手の妊娠等の状況を慮るので【自ら連絡をとることは躊躇する】とのことであった。これらのことから、不育症女性にとって安心して流死産経験を話せる場所があることが精神的支援につながる可能性が示唆された。ピア・カウンセリングを継続して運営することが必要である。

(1)(2)の結果から、これまでの流・死産という悲嘆について理解されないだけでなく、些細な気持ちの行き違いから傷ついた経験を持つ女性が存在していたことが明らかになった。そのため、ピア・カウンセリングの存在は、これ以上、気持ちが傷つくことなく、流・死産の経験を話せる安全な場所として求められていた。われわれは、この「安全な場」を継続して提供することに加え、参加しやすい身近な地域でも開催できるよう啓発して行くことが必要である。

2) ピア・カウンセリング参加前後の自律神経活動や心理指標テストによる調査

ピア・カウンセリング参加したのべ57名のうち、同意が得られたのは42名(73.7%)であった。そのうち、HRVを前後に測定できた人36名分析対象とした。また、質問紙調査については1か月後に提出された27名となった。

(1) 対象者の背景

平均年齢40.8±3.9歳(33-46歳) 妊娠回数の平均3.7±1.8回、流・死産回数2.8±1.6回であった。このうち、現在子どもを有している人は20人(55.5%)であった。

(2) 心拍変動(Heart Rate Variability: HRV)の変化

自律神経活動の指標としてHRVを測定および周波数解析を行い、HRV解析により得られる高周波数領域(HF) 低周波領域(LF) 超低周波領域(VLF)の周波数成分などより、自律神経の全体的な活性(TP) 副交感神経系活動と交感神経活動の両方を反映する(LF) 副交感神経系活動(HF) 交感神経系活動(LF/HF)を評価した。

ピア・カウンセリング前後のHRVの変化では、どの指標においても有意な差は認められなかった(表1)。

表1.HRV指標の前後比較

HRV指標	カウンセリング 参加前 (n=36)	カウンセリング 参加後 (n=36)	p 値	
TP	775.7 ± 595.1	732.3 ± 538.0	0.734	n.s
LF	256.1 ± 273.0	242.20 ± 204.8	0.779	n.s
LF/HF	3.2 ± 0.6	3.4 ± 0.6	0.152	n.s
HF	195.2 ± 273.6	178.1 ± 186.3	0.755	n.s

mean ± S.D., t-test, n.s.: not significant.

(3) 抑うつ心理指標(K6・SRS18・PGS)の変化

心理的状態の評価には、Kessler 6(K6)・Stress Response Scale(SRS-18)およびPerinatal Grief Scale(PGS)を用いた(表2)。ピア・カウンセリング参加前と1か月後では、どの指標においても有意差は認められなかった。

表2.心理的指標の前後比較

心理的指標	カウンセリング 参加前 (n=29)	カウンセリング 参加後1か月 (n=29)	p 値	
K6	10.6 ± 5.5	9.1 ± 7.7	0.207	n.s
SRS18	23.6 ± 16.0	21.5 ± 17.0	0.413	n.s
PGS	99.6 ± 28.9	98.3 ± 29.4	0.664	n.s

mean ± S.D., t-test, n.s.: not significant.

(4) 自由記載の内容(原文より抜粋)

参加してよかったこと

- ・自分だけではないと心強く思った。
- ・自分だけ夫以外に話せる仲間ができた。
- ・悩んでいるのが、自分ではないと改めて分かり、安心した。
- ・先輩ママに色々教えて頂けて、出産に向けても前向きになれた。
- ・普段の生活では、人にあまり話せないことなので聞いてもらえてよかった。
- ・今の自分の気持ちに気付くことができた。

改善してほしいこと(原文より抜粋)

- ・初期流産の方達がほとんどだったので、中期・後期流産で経験する出産や火葬などが絡んでくる話は話せなかった。
- ・会の開催頻度がもっとあれば・・・と思う。

(1)~(4)の結果より、ピア・カウンセリングの効果として、客観的なものは見出すことができなかった。しかし、自由記載からは、参加することによって得られた共感や孤独感からの離脱、次の妊娠・出産への示唆を得られる体験となっていることが伺えた。一方で、現在の開催方法として、流・死産の時期によって参加者を分けることはできていないため、参加することによる心理的負担感を持つ可能性が明らかになった。個人差が大きいところではあるが、できる限り参加者の気持ちに寄り添えるように配慮すべきでと考えた。

研究開始当初は、新型コロナウイルス感染拡大前であったため、ピア・カウンセリングは対面で行うことしか考えていなかった。2020年以降は、感染拡大を防止するため開催を見合わせていたが、ピア・カウンセリングの開催を希望する声が高まり、オンラインでの開催に踏み切った。そうすることで、県外からの参加者が利用しやすくなったというメリットがあった。また、直接

対面しないので、話しやすいこともあるという意見が得られた。しかし、オンラインの開催では、その後の個人的な繋がりまで支援することが難しく、仲間づくりという意味では、今後の工夫が必要である。個人によってニーズは異なるが、参加者がより参加しやすいと思えるツールが増えたことは今後の活動にとって有意義であった。

不育症女性およびカップルの支援は、「テンダー・ラビング・ケア（TLC: Tender Loving Care）/支持的ケア（Supportive care）などを行う」（不育症管理に関する提言 2021 <https://www.mhlw.go.jp/content/000796322.pdf> 2022年5月10日閲覧より）にも記載されており、ピア・カウンセリングもその一環を担うものとする。今後は、さらなる改善を続け、不育症で悩む人々の精神的支援として広まっていくように活動を続けることとした。そのためにも、継続できるケア・システムを構築することも必要である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 毛利 美月, 片岡 久美恵, 中塚 幹也	4. 巻 19巻2号
2. 論文標題 大学生の不妊に関する認識と知識の実態	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 日本不妊カウンセリング学会誌	6. 最初と最後の頁 137-142
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 片岡久美恵 井田歩美	4. 巻 18巻2号
2. 論文標題 ソーシャルメディアにおける発言内容の分析による不妊症女性の情報ニーズ	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 日本不妊カウンセリング学会誌	6. 最初と最後の頁 p169 ~ p177
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計10件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 片岡 久美恵, 高尾 緑, 久世 恵美子, 秦 久美子, 原田 靖子, 古市 志麻, 辻 祥子, 木村 明子, 中塚 幹也
2. 発表標題 不妊症ピアの会「ママとたまごの会」における交流会の活動報告と今後の課題
3. 学会等名 日本不妊カウンセリング学会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Kumie Kataoka, Ayumi Ida, Shouko Mikamo, Mikiya Nakatsuka
2. 発表標題 Background factors associated with the need for peer counseling after miscarriage in women with recurrent pregnancy loss
3. 学会等名 The 32nd ICM Triennial Congress (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 片岡久美恵 中塚幹也
2. 発表標題 不育症女性におけるピア・カウンセリングでの体験
3. 学会等名 日本母性衛生学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 片岡久美恵 毛利美月 中塚幹也
2. 発表標題 大学生の不育症に関する認識と知識の実態調査
3. 学会等名 日本不妊カウンセリング学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 片岡久美恵, 中塚幹也
2. 発表標題 不育症女性がピア・カウンセリングに参加するまでの体験
3. 学会等名 日本母性衛生学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 安村朋姫, 舟田瑞希, 山本友里恵, 広保沙紀, 瀬尾奏衣, 平千紘, 石岡洋子, 片岡久美恵, 中塚幹也
2. 発表標題 不育症女性における悲嘆, 不安, 及び, 周囲の人々に対する気持ち
3. 学会等名 日本母性衛生学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 片岡久美恵, 東優季, 中塚 幹也
2. 発表標題 ラベンダーの香りがもたらす効果の検討
3. 学会等名 日本不妊カウンセリング学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 片岡 久美恵 井田 歩美
2. 発表標題 流・死産経験後に妊娠した不育症女性の情報ニーズ - ソーシャルメディアにおける発言内容の分析より -
3. 学会等名 第32回日本助産学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 kumie Kataoka, Mikiya Nakatsuka
2. 発表標題 Background factors related to grief resulting from miscarriage and stillbirth in women who experienced recurrent pregnancy loss:—use of the Perinatal Grief Scale—
3. 学会等名 International Confederation of Midwives the 31th Triennial Congress (国際学会)
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 片岡 久美恵 井田 歩美
2. 発表標題 ソーシャルメディアにおける発言内容の分析による不育症女性の情報ニーズ
3. 学会等名 日本助産学会
4. 発表年 2017年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究 分担 者	中塚 幹也  (Nakatsuka Mikiya)  (40273990)	岡山大学・保健学域・教授    (15301)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------