

令和元年6月25日現在

機関番号：34511

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2015～2018

課題番号：15K11832

研究課題名（和文）地域母子保健における周産期うつ病の予防的介入に関する研究

研究課題名（英文）Development of a collaborative model between public health nurses/midwives and mental health nurses for prevention of perinatal depression in community settings

研究代表者

玉木 敦子（TAMAKI, Atsuko）

神戸女子大学・看護学部・教授

研究者番号：90271478

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）：地域母子保健におけるメンタルヘルス支援の実態とサポートニーズに関する調査結果、妊産婦の精神健康状態と関連要因の実態調査、訪問指導を行う看護職への面接調査等をもとに心理社会的ハイリスク妊産婦を対象にした「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」を開発した。次にモデルに基づく介入を実施し、その効果を検証したところ、妊産婦に対するうつ病予防効果が示唆された。また直接介入する保健師・助産師に精神科看護師が教育的支援、コンサルテーション、心理的支援を行うことで、介入の質をより高められたのではないかと考えられた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

周産期うつ病の予防を目的とし、地域の中で精神科看護師と保健師・助産師が連携して妊産婦を支援する看護モデルに関する研究は国内外ともにほとんど見られない。本モデルは、すでに確立されている地域母子保健システムを活用しているため、研究結果の応用が広く期待できる。また研究成果から、保健師・助産師の専門性を生かした具体的な育児支援等を軸にしながら、精神科看護師が連携して心理社会的リスクと精神状態のアセスメント、精神的援助をより適切に行うことが、うつ病予防効果をさらに高めるといった示唆が得られた。このことは、コミュニティメンタルヘルスやプライマリケアにおける精神科看護師の役割拡大にも貢献しうると考えられる。

研究成果の概要（英文）：Based on our five studies, we developed a collaborative model between public health nurses/midwives and mental health nurses for prevention of perinatal depression in community settings.

Results of the interventional study demonstrated the effectiveness of the model on prevention of perinatal depression, and the qualitative study suggested that educational training, consultation and psychological support by mental health nurses would contribute to improve the quality of mental health care by public health nurses/midwives for pregnant and postpartum women.

研究分野：精神看護学

キーワード：地域母子保健 周産期うつ病 予防的介入 精神看護

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

本研究は、「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」を開発し、その効果を検証することを目的としている。本研究の特徴は、1)対象をハイリスクの妊産婦とし、妊娠期から産後まで継続して支援すること、2)自治体における地域母子保健システムを活用すること、3)介入のプロセスで訪問者である看護職と精神看護師が連携すること、以上の3点である。その背景を以下に述べる。

(1)妊娠期からのメンタルヘルス支援の重要性：近年、妊娠期からのメンタルヘルス支援の重要性が指摘されている。その背景には、妊娠期にも3~6%が大うつ病性障害に罹患する、また50%の産後うつ病は妊娠期から発病して移行するなど、あらたなエビデンスが報告されていること、さらに妊娠期の不安、抑うつ、ストレスが児の神経発達や行動に影響するという大規模調査の結果も報告されていることがある。ただし、産後うつ病の予防的介入の効果は欧米を中心に報告されているものの(Dennis, C.L. et al, 2013) 地域母子保健における妊娠期からの介入については未だ十分でなく、わが国ではほとんど行われていない。

(2)地域母子保健におけるハイリスク妊産婦への支援の増加：わが国では、平成19年度から乳児家庭全戸訪問事業が始まっており、平成22年の事業実施自治体は92.3%に上っている。多くの母親が地域母子保健につながる一方で、産後うつ病のスクリーニングによる要支援者の抽出、精神疾患や虐待など心理社会的な問題を有する妊産婦への対応など、地域母子保健においてハイリスク妊産婦への支援の必要性が高まっている。すでに確立されている地域母子保健システムを活用したモデルを開発することにより、研究結果の応用が広く期待できる。

(3)地域母子保健に携わる訪問員への支援の必要性：乳児家庭全戸訪問事業が進められる中、新生児訪問や産後うつ病スクリーニングに携わる訪問員の約7割が、母親のうつ病への対応に精神的ストレスを抱えており、その背景にうつ病に関する知識、技術不足があったとの報告がある(三品, 2012)。妊産婦が質の高い支援を受けるためにも、母子保健に携わる訪問員が自信を持ち、また安心して活動できるための対策が求められている。本研究では、精神看護学の専門家が連携し、メンタルヘルス支援に関する教育研修、訪問のプロセスにおけるコンサルテーション、訪問員への心理的支援を行うことで、より質の高い介入が可能になると考えた。産後うつ病の回復や予防に関する研究で、看護職による介入に有意な効果が認められたと報告されていることから(Dennis, C.L. et al, 2009)、今回は看護職(保健師、助産師)による介入とした。

### 2. 研究の目的

- (1)「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の開発  
地域母子保健に携わる看護職と産後うつ病回復者を対象に面接調査を行い、地域母子保健におけるメンタルヘルス支援の実態とサポートニーズを明らかにする。  
の結果と先行研究をもとに、モデル案を作成する。
- (2)「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の妥当性と効果の検証  
作成したモデル案に基づき、ハイリスクの妊産婦を対象としてパイロットスタディを実施したモデル案の妥当性と効果を検証する。  
妊娠届出時および産後4か月時の精神状態と関連要因の実態を明らかにする。  
の結果をもとにモデルを精練する。  
開発したモデルに基づいて介入を実施し、その効果を検証する。  
介入を実施した看護職を対象にインタビュー調査を行い、開発したモデルの看護職への効果を検討する。

### 3. 研究の方法

- (1)「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の開発  
地域母子保健に携わる看護職を対象とした調査  
・目的：メンタルヘルス支援において経験した困難とサポートニーズを明らかにする  
・研究方法：グループ面接調査による質的記述的研究  
・対象：地域母子保健に携わる看護職(保健師、助産師)13名  
産後うつ病回復者を対象とした調査  
・目的：うつ状態における体験と看護職へのサポートニーズを明らかにする  
・研究方法：個別面接による質的記述的研究  
・対象：過去に産後うつ病を体験し、現在は回復している女性7名  
モデル案の作成  
の調査結果、および国内外の先行研究をもとに、看護職(保健師、助産師)が心理社会的ハイリスク妊産婦に行う介入内容と方法、および精神科看護師が看護職に行う教育研修内容、介入中の支援方法(コンサルテーションを含む)などを含む、「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」案を作成した。開発したモデル案について、精神看護学、助産学、地域母子保健に携わる保健師、および産後うつピアサポート代表者等の当事者により、内容妥当性を検討した。
- (2)「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の妥当性と効果の検証  
パイロットスタディの実施  
・目的：作成したモデル案の妥当性と効果について明らかにする

- ・対象：心理社会的ハイリスク妊婦（今回は居住地区の母子保健担当保健師によって特定妊婦と判断された者とする）90名および介入を実施した訪問指導員（保健師、助産師）6名
- ・研究方法：妊娠届出時、新生児訪問時、4か月健康診査時に質問紙調査を実施し、ハイリスク妊産婦の実態と介入の効果を統計的に評価した。また介入を行った訪問指導員に半構造化面接を行い、モデルの妥当性と課題等を質的に検討した。

#### 妊産婦の精神健康状態と関連要因の実態調査

- ・目的：妊産婦の精神健康状態と関連要因の実態を明らかにし、得られた結果からモデル案の妥当性を検討する。
- ・対象：妊婦85名、産後4か月の母親460名
- ・研究方法：妊娠届出時と4か月健康診査時に質問紙調査を実施し、得られたデータについて共分散構造分析によるパス解析を行った。調査内容はデモグラフィックデータ、妊産婦の精神健康状態（不安・うつ症状、孤独感、自尊心、主観的身体健康状態等であった。結果をもとに、介入内容と方法を具体的に検討した。

#### モデルの効果の検証

- ・目的： をもとに精練した介入モデルの効果を明らかにする
- ・対象：心理社会的ハイリスク妊婦261名
- ・研究方法：妊娠届出時、新生児訪問時、4か月健康診査時に質問紙調査を実施し、介入の効果を統計的に評価した。

#### 開発したモデルの看護職への効果の検討

- ・目的：地域母子保健において妊産婦を支援する看護職が、精神科看護師から教育研修、コンサルテーション、心理的援助を受ける効果や意味を調査によって明らかにする
- ・対象者：開発したモデルに基づいて介入を実施した看護職（保健師、助産師）7名
- ・研究方法：半構造化面接による質的記述的研究

## 4. 研究成果

### (1) 「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の開発

#### 地域母子保健に携わる看護職を対象とした調査

分析結果から、保健師は母親に寄り添い積極的にメンタルヘルス支援を行っていたが、対応の中で困難感や負担を感じており、保健師への心理的支援、精神保健看護の知識と技術の修得、専門家や関係機関との連携強化というニーズを持っていることが示唆された。

#### 産後うつ病回復者を対象とした調査

分析結果から、産後うつ状態の母親は、看護職に対し、専門職としての知識や技術とともに、母親を支える思いやりのある態度を求めていることが示唆された。

#### 「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」案の作成

の調査結果等をもとにモデル案を作成した。モデル案について精神看護学、助産学、地域母子保健に携わる保健師、および産後うつピアサポート代表者等の当事者により内容妥当性を検討したところ、介入対象者の選定、介入内容、介入方法について、得られた意見をもとに多少の修正が必要だが、概ね妥当との評価が得られた。

### (2) 「周産期うつ病予防のための地域母子保健・精神看護連携モデル」の妥当性と効果の検証

#### パイロットスタディの実施

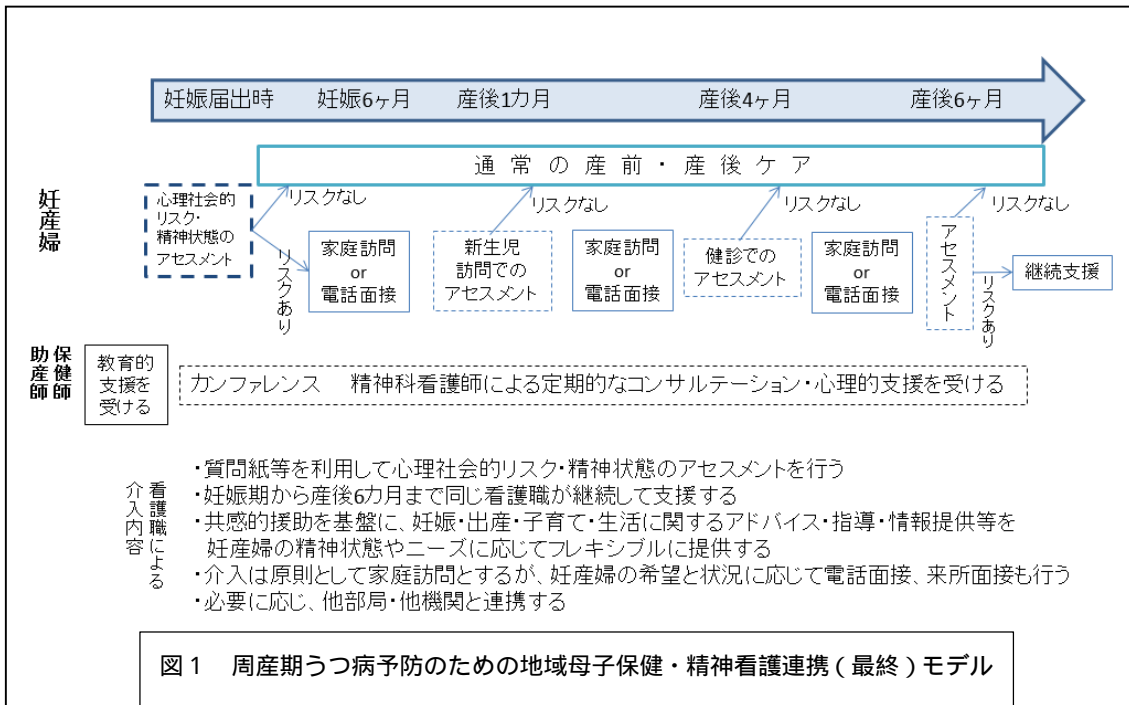
作成したモデル案の妥当性と効果について明らかにするためにパイロットスタディを実施した。なお、介入に先立ち、介入者となる訪問指導員（保健師、助産師）に対して教育研修（周産期メンタルヘルスに関する知識・技術等）を実施した。

対象となった妊産婦の特性と実態について、特定妊婦と判断されなかった者1121名との比較によって統計的に検討した結果、特定妊婦と判断された母親は、それ以外の母親よりも孤立している傾向、不安や抑うつの傾向、子どもとのふれあいが十分でない傾向等が認められた。結果から、妊娠期からの継続した支援の必要性、具体的な子育て指導、妊産婦の心理的支援、精神看護の知識・技術をもとにした介入の必要性が確認され、モデルが概ね妥当であることが評価された。

次に介入を実施した訪問指導員に半構造化面接を行い質的に検討した結果、モデルに沿った介入内容・方法の妥当性とともに、妊娠期の介入の導入方法、介入回数と方法（訪問 or 電話等）、訪問後のフォロー体制、精神科看護師との連携方法について課題が抽出された。

#### 妊産婦の精神健康状態と関連要因の実態調査

・妊婦の精神健康状態と関連要因の実態  
妊婦を対象に質問紙調査を行い、研究協力が得られた85名を対象にうつ症状とその関連要因の関係性を検討するために共分散構造分析によるパス解析を行った。妊婦の平均年齢は32.9歳(SD=4.9)、平均妊娠週数は11.4週(SD=7.5)であった。最終モデルの適合度指標は $\chi^2=15.153$ 、df=22、CFI=1.000、RMSEA=0.000、AIC=79.153であった。「夫との同居の有無」から「抑うつ」に対して有意なパスを示していた。また、「自尊心」と「出産経験の有無」から「不安」に対して有意なパスを示していた。さらに、「自尊心」から「失感情」に対して有意なパスを示していた。得られた結果から「夫との同居の有無」が「抑うつ」に有意に影響していたため、夫と同居していない妊婦は抑うつになりやすい傾向が示唆され、メンタルヘルス支援をより充実させる必要があると考えられた。また、「自尊心」が「不安」や「失感情」に有意に影響してい



たことから、自尊心を高めるアプローチが妊娠期の不安の軽減や失感情の改善に対して効果がある可能性が考えられた。さらに、「出産経験の有無」が「不安」へ有意に影響していたことから、出産経験の有無により求められる支援の内容が異なる可能性があると考えられた。

・産後の母親の精神健康状態と関連要因の実態  
産後の母親を対象に質問紙調査を行い、研究協力が得られた460名を対象にうつ症状とその関連要因の関係性を検討するために共分散構造分析によるパス解析を行った。平均年齢は33.4歳(SD=4.5)、平均産後週数は19.6週(SD=4.7)であった。最終モデルの適合度指標は $\chi^2=302.877$ ,  $df=55$ ,  $CFI=0.898$ ,  $RMSEA=0.057$ ,  $AIC=204.868$ であった。基本属性では、主観的身体健康状態から孤独感と自尊心に対して有意なパスを示していた。また孤独感は産後うつ病と児への愛着に対して有意なパスを示していた。自尊心からは産後うつ病に対して有意なパスを示していた。得られた結果から、母親の身体健康状態の改善にアプローチすることで、母親の孤独感の改善や自尊心を高める可能性が示唆された。また孤独感はうつ症状と児への愛着に有意に影響していたため、孤独感を軽減するアプローチがうつの改善や、児への愛着の維持・向上に対し、ポジティブな効果をもたらすと考えられた。

モデルの効果の検証  
某地区に妊娠届出書を提出した妊婦のうち、地区担当保健師によって特定妊婦と判断された者283名のうち261名を対象に、  
の調査結果をもとに精練したモデル(図1)に基づいた介入を妊娠期(原則6ヶ月以降)から実施した。介入実施者は前年度までに周産期メンタルヘルスに関する研修を受けた保健師および訪問指導員(助産師または保健師)6名であった。対象となった妊婦の34.9%は何らかの精神疾患の既往歴があり、5.3%は介入開始時点で治療中であった。産後1ヶ月時点での産後うつ病スクリーニングにおいて区分点以下の者の割合は周辺の地区と比較し当該区の方が高かった。また産後4ヶ月時点でもわずかに割合が多かった。介入を受けていた者で、産後6ヶ月時点で何らかの心理社会的問題を持つと判断された者は205名中34名で、主な問題は育児不安(41.1%)、母自身の心身面への不安(35.3%)、精神科未受診(11.8%)であった。ただし介入前よりも精神状態の悪化が認められる者はなく、また虐待が疑われる者もいなかった。また介入を受けた者はそれ以外の妊婦よりも、4か月健康診査の受診率が高く、また産後ケアを受けた割合も有意に高かった。以上の結果から、介入モデルに沿った支援の効果が示唆された。ただし、心理社会的ハイリスク妊婦を適切に選定する方法、妊娠中の訪問への同意を得ることや継続して関わることの困難、里帰りや転居する妊産婦への継続支援、妊娠期からの支援事業の周知、医療機関や他関係施設との連携、流産・死産となった対象者への支援、父親を巻き込んだ支援、産後6カ月時点で継続支援となった母親への継続支援、他機関との連携など、今後の課題も明らかとなった。

主に上記の結果から、介入モデルに妊婦を対象とした運動と育児指導を組み合わせた「マタニティスクール」を加えることにした。「マタニティスクール」は妊娠期からの母親の孤立予防および教育的支援を目的としており、必要に応じて対象者に紹介し、うつ病予防の効果をより高めようとするものである。「マタニティスクール」に参加し、研究協力に同意した妊婦は11名だった。プログラムに参加することで、7名の妊婦(63.6%)が1つ以上の身体症状が改善したと回答し、状態不安は実施前と比べて有意に低下した( $p<0.05$ )。プログラムに対する主観的評価では「産後の知識を得たり、考えることができた」、「身体を動かすことの効果を感じた」、「不安の軽減や気分転換ができた」などの効果や、「役に立った」、「心の拠り所ができた」

「もっと多くの妊婦に参加してほしい」という肯定的評価が認められた。

開発したモデルの看護職への効果の検討

地域母子保健において妊産婦を支援する看護職が、精神看護学を専門とする者から教育研修、コンサルテーション、心理的援助を受ける効果や意味を明らかにすることを目的として半構造化面接調査を実施した。対象は開発したモデルに基づいて介入を実施した看護職（保健師、助産師）7名で、得られたデータは質的記述的に分析した。分析の結果、教育研修の中で精神看護の専門的知識および援助技術を具体的に学ぶことが実践に役立ったこと、コンサルテーションを通して事例のアセスメントや具体的な支援方法に関する理解が深まったこと、また精神看護の専門家から支援を受けることによって安心して母親に関われるようになった、心理的負担が軽減されたなど、地域母子保健と精神看護が連携することの有用性が示唆された。

(3)考察

今回開発した介入モデルによる妊産婦のうつ病予防への効果が示唆された。それは介入内容に妊娠期から同じ看護職が継続して関わること、保健師・助産師の専門性を生かした具体的な子育て・生活指導、妊産婦の精神状態やニーズに沿った支援が含まれていたことで、妊産婦の信頼感、安心感、満足感が高められたためではないかと考えられる（Morrell 2016）。また、心理社会的ハイリスク妊産婦に関わる際、精神状態を適切にアセスメントすること、精神状態の見極めをもとに介入方法を工夫することなど精神看護の高度な知識・技術が求められ、また看護職自身の心理的負担も大きいため、直接介入する保健師・助産師と精神科看護師が連携することで、より介入効果を高められたのではないかと考えられる。

引用文献

- ・Dennis CL, Hodnett E, Kenton L, et al (2009): Effect of peer support on prevention of postnatal depression among high risk women: multisite randomised controlled trial, BMJ, 338, a3064. <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.a3064>
- ・Dennis CL, Dowswell T (2013): Psychosocial and psychological interventions for preventing postpartum depression, Cochrane Database Syst Rev, 28(2), CD001134. doi: 10.1002/14651858.CD001134.pub3.
- ・Morrell CJ, Sutcliffe P, Booth A, et al: A systematic review, evidence synthesis and meta-analysis of quantitative and qualitative studies evaluating the clinical effectiveness, the cost-effectiveness, safety and acceptability of interventions to prevent postnatal depression, Health Technol Assess, 20(37), 1-414, 2016

## 5 . 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計5件)

大谷利恵、玉木敦子、植田奈津実、高橋秋絵、母子保健医療に携わる看護職を対象とした周産期メンタルヘルス勉強会の実践報告、査読有、神戸女子大学看護学部紀要、第3巻、pp.87-94、2018

玉木敦子、周産期メンタルヘルスにおける看護職の役割、兵庫県母性衛生学会雑誌、27、pp.5-10、2018

玉木敦子、産後うつ病をもつ女性への精神科看護師による家庭訪問の効果、精神科診断学、10(1)、pp.36-43、2017

玉木敦子、高橋秋絵、大谷利恵、松岡純子、植田奈津実、地域母子保健における精神保健看護の役割と活動の実際：母親へのメンタルヘルス支援にまつわる課題をもとに、査読有、日本周産期メンタルヘルス学会会誌、3(1)、1-6、2017

高橋秋絵、産後うつ状態の母親から見た看護職の関わり、査読有、日本周産期メンタルヘルス学会会誌、2(1)、2016、pp.55-60

〔学会発表〕(計13件)

植田奈津実、高橋秋絵、大谷利恵、玉木敦子、看護職による産後の家庭訪問に対する母親の満足度につながる要因、第38回日本看護科学学会学術集会（ひめぎんホール 松山市）2018年12月

玉木敦子、妊産婦に『寄り添う』ということ、第15回周産期メンタルヘルス学会学術集会（神戸女子大学 神戸市）2018年10月

玉木敦子、周産期メンタルヘルスの最近の動向と妊産婦に求められる支援、21th 総合病院精神医学会有床フォーラム（神戸国際会館セミナーハウス 神戸市）2018年9月

玉木敦子、周産期メンタルヘルスにおける看護職の役割、平成30年度神戸大学エキスパートメディカルスタッフ育成フォーラム周産期医療コース（兵庫県医師会館 神戸）2018年6月

植田奈津実、高橋秋絵、大谷利恵、玉木敦子、妊婦のメンタルヘルスの実態と関連要因、第37回日本看護科学学会学術集会（仙台国際センター 仙台市）2017年12月

高橋秋絵、植田奈津実、大谷利恵、玉木敦子、母親の孤独感とメンタルヘルスとの関連、第14回 日本周産期メンタルヘルス研究会 学術集会（大分県医師会館 大分市）、2017年10月

高橋秋絵、玉木敦子、大谷利恵、植田奈津実、心理社会的リスク要因を持つ妊産婦への継続訪問支援における精神看護の役割：訪問指導員（助産師、保健師）の抱える困難さから、日

本精神保健看護学会 第27回学術集会(札幌市教育文化会館 札幌市)、2017年6月  
高橋秋絵、玉木敦子、大谷利恵、植田奈津実、ハイリスク妊婦を対象とした妊娠期からの継続訪問支援における看護職の関わり:精神保健看護の視点から、第36回日本看護科学学会学術集会(東京国際フォーラム 東京) 2016年12月  
玉木敦子、産後うつ状態にある女性への精神保健看護の介入効果、第36回日本精神科診断学会(順天堂大学 東京) 2016年8月  
高橋秋絵、玉木敦子、大谷利恵、植田奈津実、Attachment Communication Training を利用した産前夫婦教室の評価、第35回日本看護科学学会学術集会(広島国際会議場 広島市) 2015年12月  
高橋秋絵、産後うつ状態の母親が看護職に期待する関わり、第35回日本看護科学学会学術集会(広島国際会議場 広島市) 2015年12月  
高橋秋絵、産後うつ状態の母親からみた看護職の関わり、第12回周産期メンタルヘルス学会学術集会(自治医科大学地域医療情報研修センター 下野市) 2015年10月  
高橋秋絵、玉木敦子、産後うつのピア・サポート・グループ運営にまつわる困難と必要とされるもの、日本精神保健看護学会第25回学術集会(つくば国際会議場 つくば市)、2015年6月

〔図書〕(計2件)

Kitamura, T. and Ohashi, Y. (Eds.) Yumi Nishikii, Tomomi Saito, Hiroshi Yamashita, Yukiko Yamagishi, Takashi Sugiyama, Tomoko Tanaka, Atsuko Tamaki, et al., Perinatal Bonding disorders: Cause and Consequences, Cambridge Scholars Publishing, UK, 2019  
玉木敦子、大谷利恵、高橋秋絵、植田奈津実、平成26年~27年度 妊娠期からの特定妊婦支援モデル事業中間報告書、神戸市東灘区、2016年3月

〔その他〕

ホームページ等

「産後うつのページ」(<http://sango.kachoufuugetu.net/>)

6. 研究組織

(1)研究分担者

研究分担者氏名: 大谷 利恵

ローマ字氏名:(OHTANI, Rie)

所属研究機関名: 神戸女子大学

部局名: 看護学部

職名: 講師

研究者番号(8桁): 00509127

研究分担者氏名: 高橋 秋絵

ローマ字氏名:(TAKAHASHI, Akie)

所属研究機関名: 神戸女子大学

部局名: 看護学部

職名: 助教

研究者番号(8桁): 50802435

研究分担者氏名: 植田 奈津実

ローマ字氏名:(UEDA, Natsumi)

所属研究機関名: 神戸女子大学

部局名: 看護学部

職名: 助手

研究者番号(8桁): 90802463

(2)研究協力者

研究協力者氏名: 市川 久美子

ローマ字氏名:( ICHIKAWA, Kumiko)

研究協力者氏名: イルマズ 和恵

ローマ字氏名:( IRUMAZU, Kazue)

科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。