

令和 6 年 6 月 17 日現在

機関番号：24701

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2017～2023

課題番号：17K12308

研究課題名（和文）ベビーマッサージが産後うつ傾向に与える影響 予防と直接的支援の検討

研究課題名（英文）Influence of Baby Massage on Postpartum Depression Tendency -A Study of Prevention and Direct Support-

研究代表者

伊藤 良子（ITO, Ryoko）

和歌山県立医科大学・保健看護学部・准教授

研究者番号：70594430

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,600,000円

研究成果の概要（和文）：本調査において、産後うつ傾向を示す母親は明らかに減少しており、ベビーマッサージが及ぼす影響は明らかにならなかった。ベビーマッサージの実施においては、子どもの扱いに【慣れて】【子どもの気持ちがわかる】【大切な時間】と認識しておりボンディングは促進されていた。更にベビーマッサージ開始当初の【やりづらさ】や状況に応じた対応など【専門職】からの支援が必要であることが明らかとなった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

産後うつ傾向を示した母親の関連要因が明らかになれば、それぞれの要因に対して対処が可能になる。ネガティブイベントの家庭内の不和には、家庭訪問や情報収集、転居や義父母との同居では、家庭訪問、失業や収入の減少では経済支援情報の提供、DVや夫婦関係では相談窓口など必要な支援を充実することができる。ベビーマッサージが虐待の要因ともなるボンディング（愛着）障害や産後うつ傾向に影響することが明らかとなれば、スクリーニングのみ頼ることなく、助産師や保健師による予防的ケア方法の一つとなる可能性がある。

研究成果の概要（英文）：In this study, there was a clear decrease in the number of mothers showing postpartum depressive tendencies, and the influence of baby massage was not evident. In the implementation of baby massage, bonding was facilitated, as the mothers were accustomed to handling their children and recognized it as an important time to understand and feel for their children. In addition, it was clear that the mothers needed support from professionals to cope with the initial difficulty of starting baby massage and to adapt to the situation.

研究分野：母性看護学

キーワード：ベビーマッサージ 産後うつ ネガティブイベント ボンディング障害 DV

1. 研究開始当初の背景

近年、子どもの発育に良いと広まっているベビーマッサージは、マッサージを行っている母親にも身体的リラクセス 怒り・緊張・疲労などの気分の改善 一過性の不安の緩和があり、ストレスや気分リスクの高い母親の緩和効果がみられた¹⁾。そこで申請者は、ベビーマッサージが母親の愛着や対児感情に与える調査を行った。ベビーマッサージは、1度の体験でも母親の愛着・対児感情と抑うつ・不安において良好な影響がみられ²⁾有益な子育て支援の一つの方法であることが示唆された。

ベビーマッサージは触れ合いによって愛着を高めることができるため、児への愛着が低い「愛着(ボンディング)障害」や「産後うつ病」の母親に影響を与える可能性がある。岡野らは、産後うつ病の母親は不安・緊張が高く、児の要求を敏感に察知することができず、児を不快にするような行動が多く、的確に行動することができなかったこと、さらにコミュニケーションに欠けていたことを報告している³⁾。このように産後うつ病の母親は、子育てに困難を感じていると考えられ、支援が必要である。産後うつ病は10~15%前後と言われている⁴⁾おり、現在はエジンバラ産後うつ病自己問診票(以下 EPDS)を用いて産後うつ傾向を示す母親をスクリーニングしている。ベビーマッサージの調査では、EPDS 9点以上の「産後うつ傾向」を示す母親が8名と少なかったが、ベビーマッサージ後の EPDS 得点に有意な改善がみられた⁵⁾。そこで、本研究では対象者を増やし、ベビーマッサージが「産後うつ傾向」を示す母親への影響を明らかにする。

以前に行った産後のベビーマッサージの調査では、ベビーマッサージ後に産後うつ傾向を示した母親がおり、聞き取りにてネガティブライフイベントや家庭内の不和(夫や義母との喧嘩)が起こっていたことが明らかになった⁵⁾。そこで、ネガティブライフイベントと夫婦関係の不和が産後うつの要因となっているか明らかにする。

2. 研究の目的

産褥期のベビーマッサージを実施し、周産期のうつ傾向とボンディング障害に与える影響をアンケート<調査1>とインタビュー<調査2>から明らかにする。また、周産期のうつ傾向とボンディング(愛着)障害とそれぞれの要因(妊娠の受容・愛着・夫婦関係・ネガティブライフイベント)との関連を明らかにする<調査3>。以上のことから周産期のうつ傾向にある母親への育児支援の方法を考察することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) 調査1: 産後のベビーマッサージ実施が周産期のうつ傾向にある母親に与える影響

調査期間: 西日本豪雨災害と市役所移転のため令和元年9月~令和5年12月31日

方法: 介入研究 ベビーマッサージ実施の有無による比較

ベビーマッサージは、新型コロナウイルス感染拡大による自粛のため教室開催せず、作成した動画視聴により自宅にて実施

調査時期: 妊娠期・産後1か月・産後3か月・産後6か月

ベビーマッサージは産後2か月以降6ヵ月までの期間で実施

研究対象者数: 「ベビーマッサージを実施した群」と実施していない「対照群」に区分する

(2) 調査2: 産後のベビーマッサージ実施が子育てと母親の気持ちに与える影響

調査期間: 西日本豪雨災害と市役所移転のため令和3年10月~令和4年7月

方法: インタビュー調査による質的研究

研究対象者数: 調査1で「ベビーマッサージを実施したことがない群」の中で産後3か月以降のベビーマッサージの実施と研究に協力で同意の得られた母親

(3) 調査3: 周産期のうつ傾向とボンディング障害とそれぞれの要因との関連

調査期間: 西日本豪雨災害と市役所移転のため令和元年9月~令和5年12月31日

方法: 量的記述的研究デザイン 郵送による質問紙調査

調査時期: 妊娠期・産後1か月・産後3か月・産後6か月

研究対象者数: 研究の説明を行い協力の得られた妊産婦

4. 研究成果

(1) A市役所の協力を得て、母子手帳交付時に研究協力が得られた妊婦514名、妊娠期のアンケート回答364名、産後1か月の回答289名、産後3か月の回答269名、産後6か月の回答249名であった。

(2) 調査1: 妊娠期から産後6か月までの全て期間に回答した249名を対象とした。

ベビーマッサージの実施について、ベビーマッサージを実施していない人は131名、3か月未満で開始して6か月までに中断していた人は20名、3か月以降に開始した人

は 39 名，早期から継続している人は 59 名であった。

産後うつ病のスクリーニングに使用されるエジンバラ産後うつ病自己問診票 (EPDS) で妊娠期 13 点，産褥期 9 点がカットオフとされている。同じ A 市で 5 年前に行った調査では，産後 3～6 か月の母親 66 名において EPDS9 点以上の母親は 8 名 (12.1%) であった。今回の調査では，妊娠期 8 名 (3.2%)，産後 1 か月 20 名 (8.0%)，産後 3 か月 15 名 (6.0%)，産後 6 か月 17 名 (6.8%) と明らかな減少がみられた。

ベビーマッサージ実施の有無における EPDS 得点の変化は，T 検定でも分散分析においても有意差はみられなかった。

(3) 調査 2：調査 1 の研究協力者でこれまでベビーマッサージを行ったことがない母親 11 名にインタビューを行った。

対象となった母親は，初産婦 2 名，1 経産婦 5 名，2 経産婦 3 名，3 経産婦 1 名であった。実施したベビーマッサージ回数は，ほぼ毎日 2 名，週に 2～3 回 5 名，週に 1 回 2 名，2 週間に 1 回 2 名であった。

子どもに関して，ほぼ全員が排泄回数または排泄量が増え，肌が保湿された状態であると感じていた。

インタビュー内容の母親の気持ちを経時的に質的帰納的分析を行った。分析の結果、86 のコードから，20 個の<サブカテゴリ>，7 個の【カテゴリ】に整理できた。ベビーマッサージを開始した最初から【子どもが楽しんでいると感じる】母親がいた。一方で，半数の母親はベビーマッサージを【楽しむ余裕がない】と感じ，【母子ともに緊張してやりづらい】と思っていた。しかし，継続してベビーマッサージを実施した後は，どちらの母親も【母子ともに慣れて楽しめる】と気持ちに変化していた。また，ベビーマッサージを継続することで【子どもの気持ちがわかる】ようになっている自分に気づいていた。ベビーマッサージは，<子どもと向き合う時間を感じる>ようになり，【子どもとの大切な時間である】と認識するようになっていた。更に継続するために<やりやすい方法>や<児の状況に応じた対応>など【専門職からの助言が欲しい】と感じていた。

(4) 調査 3：妊娠期からの産後 6 か月までのアンケートで，産後うつ病と要因 (妊娠の受容・愛着・夫婦関係・ネガティブライフイベント) の可能性を明らかにする。夫婦関係の不和については，夫婦関係の満足度⁶⁾と仲の良さだけでなく仲の悪さについても調査する。日本では，内閣府男女参画局の調査で，配偶者から暴力を受けた経験のある女性は 31.3% 存在する⁶⁾ことが明らかになっており，夫婦関係の不和の中にドメスティックバイオレンス (以下 DV) が含まれている可能性がある。そこで，ネガティブライフイベントとして転居・失業や収入の減少・近親者の病気や死亡，ドメスティックバイオレンスなどの要因と妊娠期・産褥期のうつと相関を明らかにし，ボンディング (愛着) 障害についての影響も調査していく。

- 1) 伊藤良子，笠置恵子．ベビーマッサージが正常新生児をもつ母親に及ぼす影響に関する文献レビュー．母性衛生．57(2)，332-339，2016．
- 2) 伊藤良子，笠置恵子．ベビーマッサージが母親の愛着・対児感情・メンタルヘルスに与える影響．母性衛生．57(2)，401-409，2016．
- 3) 岡野禎治，斧澤克乃，李美礼，他．産後うつ病の母子相互作用に与える影響 日本版 GMII (Global Rating of Mother-Infant Interaction at Four Months) を用いて ．日本女性心身医学．7(2)，172-179，2002．
- 4) 岡野禎治．妊娠・産褥期 最近の予防・介入に関する知見 ．日本臨床．65(9)，1689-1693，2007．
- 5) 伊藤良子，笠置恵子，日高陵好，他．ベビーマッサージが産後 3～6 か月の母親の産後うつ傾向に与える影響．母性衛生．58(2)，279-286，2016．
- 6) 内閣府男女共同参画局．配偶者からの暴力被害者支援情報，配偶者からの暴力に関するデータ ． http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/e-vaw/data/pdf/dv_data.pdf <2018.11.9>

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計1件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 伊藤良子, 日高陵好, 加藤裕子
2. 発表標題 初めてベビーマッサージを実施した母親の気持ち
3. 学会等名 第71回日本小児保健協会学術集会
4. 発表年 2024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	笠置 恵子 (KASAGI Keiko) (30101471)	県立広島大学・保健福祉学部（三原キャンパス）・名誉教授 (25406)	
研究分担者	日高 陵好 (HIDAKA Ryoko) (90348095)	国際医療福祉大学・福岡保健医療学部・教授 (32206)	
研究分担者	加藤 裕子 (KATO Yuko) (70845172)	県立広島大学・保健福祉学部（三原キャンパス）・助教 (25406)	

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
---------	---------