

令和 6 年 5 月 29 日現在

機関番号：16101

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2020～2023

課題番号：20K10830

研究課題名（和文）ベトナム人女子留学生の留学による月経関連症状の推移に関する縦断研究

研究課題名（英文）Longitudinal study on menstrual-related symptom changes among Vietnamese female students studying abroad

研究代表者

松浦 幸恵（MATSUURA, Yukie）

徳島大学・大学院医歯薬学研究部（医学域）・助教

研究者番号：80836156

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：本研究目的は、ベトナム人女子留学生の留学に伴う月経関連症状の推移を明らかにすることであった。コロナ禍という制限の中、留学生、ベトナム在住ベトナム人大学生、日本人新入大学生（縦断研究）を対象とし、月経や月経随伴症状の実態と関連する要因を分析した。結果、どの対象者でも月経随伴症状を有する女性は多く、特に症状はストレスと関連していた。ベトナムでは月経困難症や月経前症状に対する学校教育も十分ではなく、母親が月経に関する主な情報提供者・相談者である。留学生に対しては、月経に関する健康教育だけではなく、生活習慣やストレスマネジメントを含めた健康教育の必要性が示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

ベトナム人や留学生の月経異常の研究、そして女子大学生の月経異常に関する縦断研究などは国内外において非常に少ないため、本研究結果として5つの論文をまとめ発表したことは学術的にも大変意義が高いと考える。また、ベトナムでは月経教育が十分ではなく母親が主たる相談者・情報源である。留学や大学入学という大きな変化時には、月経に関する健康教育が必要であり、さらに月経随伴症状と関連が高いストレスに対するストレスマネジメント教育の必要性も示唆された。本研究結果は、現在も増加中であるベトナム人留学生だけではなくベトナム人労働者などの健康支援方法や施策に対しても貢献できると考える。

研究成果の概要（英文）：The aim of this research was to examine the variations in menstrual-related symptoms experienced by Vietnamese female students while studying in Japan. Due to the constraints imposed by the COVID-19 pandemic, our study encompassed international students in Japan, Vietnamese university students in Vietnam, and Japanese freshmen in Japan (through a longitudinal approach). We analyzed menstruation patterns, associated symptoms, and associated factors. Our findings revealed that perimenstrual symptoms were prevalent among all participants, with stress emerging as a significant correlate. In Vietnam, there appears to be a gap in formal education on dysmenorrhea and premenstrual symptoms, with mothers assuming the primary role of educators and advisors on menstrual matters. These findings suggest a potential need for health education among international students in Japan, encompassing not only menstruation but also lifestyle practices and stress management.

研究分野：母性看護

キーワード：留学生 ベトナム人 女子大学生 月経随伴症状 月経異常 縦断研究

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

近年、日本における留学生数は飛躍的に増加している。女子学生にとって月経痛や月経前症状等の月経関連症状は、学業や生活、そして将来の女性のライフサイクルに影響を及ぼす。留学という大きな環境変化に伴う生活習慣の変化やそれに伴うストレスが、これら症状の悪化を引き起こす可能性もある。また、留学生も出身国により文化的背景が異なるため、学生への支援には留学生の出身国に焦点を当てる必要がある。そのような中、日本でのベトナム人留学生数が急増し全留学生の約 25%まで占めるようになった。しかし、現在までベトナム人留学生の健康に関する調査はみられていない。また、世界的にもベトナム人の月経随伴症状に関する研究は少ないため、ベトナムの文化的背景等も踏まえて理解する必要があると考えた。

### 2. 研究の目的

ベトナム人女子留学生の留学に伴う月経関連症状の推移および影響を及ぼす要因を明らかにする。

### 3. 研究の方法

コロナ禍のため様々な制限があり、当初予定していたベトナム人留学生を対象とした縦断研究が実施できなかったため、研究の目的達成に向けて以下の 3 つの研究を実施した。

#### (1) 女子大学生の月経異常に関する研究～月経異常と関連する要因～

徳島にある 1 大学の日本人女子大学生を対象に、月経と随伴症状の現状に関する横断研究と、大学入学後のこれら推移を明らかにするための前向き縦断研究 を調査した。

2021 年春、保健学科 1 年生と看護学専攻 2～4 年の女子大学生を対象とした調査

の後、保健学科 1 年生に対し、半年毎 (11 月と 2022 年 5 月) に追跡調査

保健学科 1 年生に対し、2022 年 7 月と、半年後の 2023 年 1 月に追跡調査

#### (2) ベトナムの女子大学生の月経に関する調査

2023 年 9 月、ベトナムの Thai Binh 医科薬科大学との共同研究で、ベトナム国内に住むベトナム人女性大学生 (看護学専攻学生) の月経異常や月経痛などへの対処法や月経に関する情報源などの現状を調査した。

#### (3) 在日女子留学生の月経異常

2022 年 12 月～2023 年 2 月、徳島にある 2 大学の女子留学生を対象とし、来日前、来日後一番心身が辛いと感じた時期、現在の 3 時点における月経異常などの状況を調査した。

調査内容は、基本情報、月経状況 (月経周期、規則性、持続期間、出血量など)、月経前・月経中の月経随伴症状 (MDQ: Menstrual Distress Questionnaire の 46 症状、食に関する 3 症状)、生活習慣 (住環境、食事、睡眠、運動、飲酒・喫煙など)、ストレス (健康、家族関係、友人関係、恋愛関係、学業・成績、進路・将来、経済状態など)、月経に関する相談者、月経教育受講の有無、月経前症候群・月経困難症に関する知識の程度、月経痛に対する対処法などである。Web 質問紙調査によるデータ収集を行った。得られたデータは、記述統計、MDQ 点数 (総得点と 8 下位尺度毎の得点など、得点が高いほど症状が強い) の変化、MDQ と生活習慣やストレスなどの関連などを分析した。

### 4. 研究成果

研究成果としては、以下の 6 つにまとめる。なお、 の前向き縦断研究では、現在研究結果をまとめており、今後論文投稿していく予定である。

#### (1) -1) 女子大学生 141 人中で月経随伴症状がある学生割合は、月経前症状 96.5%、月経中症状 99.3% で、多い症状の順では、月経前では肌荒れ、気分ムラ、イライラ、浮腫で、月経中では下腹痛、疲労感、イライラ、気分ムラと続いた。

-2) 女子大学生 135 名の結果を、居住状況 (独居、家族と同居) により差があるかを分析した。一人暮らしの学生は家族と同居の学生より、月経前の MDQ 総得点、「否定的感情」と「行動変化」の下位尺度の点数、月経中の「否定的感情」と「集中力低下」の下位尺度の点数が高かった。一人暮らしの学生は身近に母親等の相談者がいないことが精神的な症状の強さに影響していると考えた。

1 年生 33 人を 3 回の調査 (2 年生の 5 月) まで追跡した。MDQ 総得点は、3 時期で有意な変化はなかったが (図 1) 月経中 MDQ 下位尺度「集中力低下」の点数は 3 回の調査時期で有意な差があり、1 年生 5 月が一番高かった。健康や自分の内面へのストレスは 3 時期共に MDQ 得点と関連があった。1 年生 11 月では、月経前 MDQ 得点と関連のあるストレス源は、勉強、将来、友人関係、日常生活等と他の 2 時期より多かった。時期により月経随伴症状と

関連するストレス源は異なるため、時期に応じたストレスマネジメント教育が必要である。

1年生30人を2回の調査まで追跡した。MDQ総得点は、2時期で有意な変化はなかったが(図2)1年生1月には月経前の「集中力低下」の点数がやや低下傾向にあり、7時間未満の睡眠時間は月経中症状の悪化に関連があることが明らかとなった。

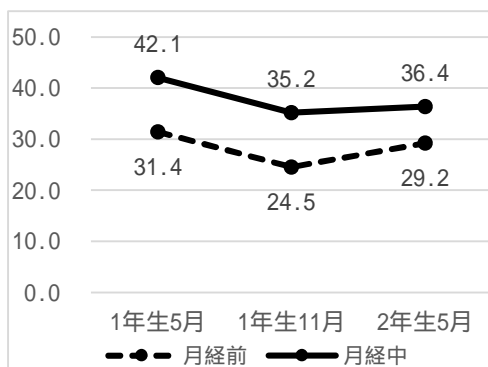


図1.2021年度入学の日本人女子大学生のMDQ総得点平均点の推移

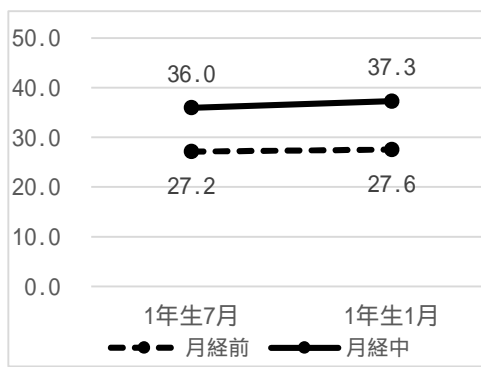


図2.2022年度入学の日本人女子大学生のMDQ総得点平均点の推移

(2) ベトナム人女子大学生349人中、月経随伴症状がある学生割合は、月経前症状92.0%、月経中症状98.9%で、多い症状の順では、月経前では腰痛、下腹痛、疲労感で、月経中では疲労感、下腹痛、腰痛であった。MDQ総得点は、様々なストレスと関連していた。母親は、月経等に関して相談する主たる人であり、月経困難症や月経前症候群に関する主な情報源は学校教育ではなく親であった。月経痛に対して鎮痛剤の使用者は半数で、温めや休息が主な対処法であった。ベトナムに住んでいる学生でも、月経随伴症状を有する学生は多く、特に痛みの症状が多いことが明らかとなった。ベトナム内では学校での月経教育は不十分であるため月経教育の強化だけではなくストレスマネジメント教育の必要性が示唆された。

(3) 在日女子留学生29人を対象としたが、在日期間は7か月～5年以上、来日後1番心身が辛かった時期は来日直後～4年と、それぞれ幅があった。3時期中で、来日後1番心身が辛かったと感じていた時期にMDQ総得点が一番高く(図3)、来日前と比べ不規則月経や月経血量が普通ではないと感じている学生は有意に多かった。MDQ総得点は、ストレスレベルや飲酒状況などと関連していた。留学生の中にベトナム人は15名おり、ベトナム人は他国の学生に比べると、3つの時期では来日前にMDQ総得点が高い人が多い傾向にあったが、他の学生より年齢が低く在日期間が長いなどの背景要因の関与も考えられた。来日後に一番辛かったと感じる時期も人それぞれであるが、留学生の月経を含む心身の健康と学業での成功のためにも、月経教育やサポートおよび月経への対処への情報提供の必要性が示唆された。

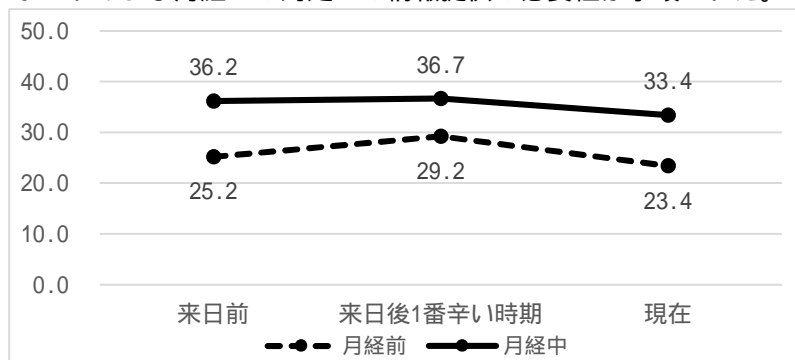


図3.留学生の3時期でのMDQ総得点平均点の推移

本研究では、ベトナム人女子大学生の特徴として、痛みに関する月経随伴症状が強く、学校教育における月経教育は不十分であり母親が主な情報源・相談者であることが明らかとなった。また、留学生の月経随伴症状の強さにはストレスや飲酒が関連していた。来日後に心身共に一番辛かった時期は人それぞれではあったが、この時期に月経随伴症状が強く月経周期なども異常になりやすいことが明らかとなった。故郷を離れ一人暮らしをすることで、生活習慣が変化しストレスを感じるが、身近に母親などの相談者などがいないことも考えられる。日本人の縦断研究では、「集中力の低下」に関する症状が経時的に変化しやすいこと、睡眠時間が月経随伴症状と関連していたことがわかった。ベトナム人が来日後、進学などで環境が大きく変わる際には、教育機関は月経教育や生活習慣やストレスマネジメントを含めた健康教育などの提供や、学内での健康に関する相談窓口の紹介をしていく必要性が示唆された。

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計5件（うち査読付論文 5件/うち国際共著 1件/うちオープンアクセス 5件）

1. 著者名 Matsuura Yukie, Abe Yoko, Motoki Yoshie, Tran Nam Hoang, Yasui Toshiyuki	4. 巻 13
2. 論文標題 Menstrual Abnormalities in Female International Students in Japan: Changes during Pre-Arrival, Difficult, and Current Periods	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education	6. 最初と最後の頁 1362 ~ 1377
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/ejihpe13070099	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -
1. 著者名 Matsuura Yukie, Tran Nam Hoang, Yasui Toshiyuki	4. 巻 11
2. 論文標題 The Changes in Menstrual and Menstrual-Related Symptoms among Japanese Female University Students: A Prospective Cohort Study from Three Months to Nine Months after Admission	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Healthcare	6. 最初と最後の頁 2557 ~ 2557
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/healthcare11182557	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -
1. 著者名 Matsuura Yukie, Tran Nam Hoang, Nguyen Binh Thanh, Phan Quang Ngoc, Nguyen Kien Trung, Yasui Toshiyuki	4. 巻 4
2. 論文標題 Menstruation-Related Symptoms and Associated Factors among Female University Students in Vietnam	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 Youth	6. 最初と最後の頁 344 ~ 356
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/youth4010024	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 該当する
1. 著者名 Matsuura Yukie, Tran Nam Hoang, Yasui Toshiyuki	4. 巻 10
2. 論文標題 Differences in Menstruation-Related Symptoms of University Students Depending on Their Living Status in Japan	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 Healthcare	6. 最初と最後の頁 131 ~ 131
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/healthcare10010131	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Matsuura Yukie, Tran Nam Hoang, Yasui Toshiyuki	4. 巻 14
2. 論文標題 Comparison of Menstruation-Related Symptoms Before and During Menstruation of University Students in Japan, a Year after the COVID-19 Pandemic	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 Global Journal of Health Science	6. 最初と最後の頁 1~11
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.5539/gjhs.v14n4p1	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている(また、その予定である)	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件(うち招待講演 0件/うち国際学会 1件)

1. 発表者名 Yukie Matsuura, HoangNam Tran, Toshiyuki Yasui
2. 発表標題 Exploring Menstrual Symptom Changes in Freshwomen Students: A Prospective Cohort Study
3. 学会等名 International Conference for Public Health, Environment, and Education for Sustainable Development Goals and Lifelong Learning (国際学会)
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 松浦幸恵、安井敏之
2. 発表標題 女子大学生の月経随伴症状と居住形態との関連
3. 学会等名 第37回日本女性医学学会学術集会
4. 発表年 2022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	安井 敏之  (YASUI Toshiyuki)  (40230205)	徳島大学・大学院医歯薬学研究部(医学域)・教授    (16101)	

6. 研究組織（つづき）

	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	チャン ホアン・ナム  (TRAN Hoang Nam)  (30800594)	徳島大学・高等教育研究センター・講師    (16101)	

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			
ベトナム	タイビン医科薬科大学			