

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 28 年 6 月 28 日現在

機関番号：32501

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2013～2015

課題番号：25862203

研究課題名(和文) 母乳育児率の上昇につながる映像を用いた妊娠期からの母乳育児支援プログラムの開発

研究課題名(英文) The Development of the Breast-Feeding Support Program Utilizing a Video which Leads to the Increase in the Rate of Breast-Feeding since the Pregnancy Period

研究代表者

菅林 直美 (SUGABAYASHI, NAOMI)

淑徳大学・看護栄養学部・助教

研究者番号：40369351

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：母乳育児の継続に影響する妊娠期の母乳育児のイメージ・知識を明らかにする目的で調査を行った。母乳育児を希望する妊婦に依頼し妊娠期から産後6か月迄に4回ずつ面接を行った。妊娠期は母乳分泌や育児生活に関する漠然としたイメージや不安を持ちつつも妊娠・分娩に関する知識のニーズが高く、母乳育児について具体的な知識を持っていなかった。出産後は母乳育児開始とともに母乳育児のイメージや不安が具体化し積極的に情報収集を行おうとする傾向が高まっていた。また、育児で多忙な母親はインターネットを活用した情報収集を行っていることが明らかとなった。調査結果を基に母乳育児を希望する母親に役立つ映像資料作成の準備をすすめた。

研究成果の概要(英文)：The survey was conducted to clarify the image of and knowledge on the breast-feeding in the pregnancy period which affects the continuation of breast-feeding. The pregnant women who are going to breast-feed their babies were interviewed for 4 times since their pregnancy periods to 6 months after the childbirth. Though they had vague image and anxiety about breast milk secretion and child-raising life during their pregnancy periods, there was a great need for knowledge on pregnancy and childbirth, and they didn't have specific knowledge on breast-feeding. After the childbirth, their image and anxiety about breast-feeding became more specific following the start of breast-feeding, which had increased the tendency to collect information more actively. It was also revealed that mothers who are busy raising their babies are collecting information on the Internet. Based on the survey, the video materials were developed that would help mothers who are going to breast-feed their babies.

研究分野：母性看護・助産学

キーワード：母乳育児 妊娠期 イメージ 知識 ホームページ プログラム開発

1. 研究開始当初の背景

母乳は母子の健康にとって重要な役割を果たし、母乳育児は母親の子どもに対する愛着行動に影響を与え虐待を予防する可能性が示唆されている。WHO/UNICEF は 1989 年に共同声明として母乳育児に関わる人々に対する母乳育児指導の基本方針「母乳育児成功のための 10 か条」を示し、各医療機関がこれらを実行し母乳育児推進運動が行われている。日本でも同様に、厚生労働省が策定した 21 世紀の母子保健を推進していく国民運動計画「健やか親子 21」では、出産後 1 か月の母乳育児の割合の増加を目標に掲げ長期的な取り組みが行われている。その結果 2006 年の厚生労働省の調査によると、授乳期の栄養方法は 10 年前に比べ母乳を与える割合が増加している。しかし、一方で「ぜひ母乳で育てたい」あるいは「母乳が出れば母乳で育てたい」と考える妊婦が全体の 96% に対し、出産後 1 か月における母乳育児率は 42.4% と低い現状が報告され、妊娠中に抱いていた希望を出産後に実現できていない母親が半数以上もいることがわかる。

厚生労働省は 2007 年に「授乳と離乳の支援ガイド」を作成し、母乳育児推進のためには妊娠中から産科退院後まで継続した支援の重要性を述べている。具体的には妊娠中から妊婦自身の体の変化や赤ちゃんの存在をイメージでき、母乳育児を実践できるように支援することの大切さを提唱している。先行研究においても、産後 1 か月時の母乳育児の確立には妊娠中に希望していた栄養方法、つまり母乳育児に対する強い意識が関与しているため、妊娠期からの母乳育児への動機づけが重要であることが指摘されている。

この様に母乳育児の成功のためには妊娠期からの支援の重要性が広く認識されているものの、その成果はまだ十分にあらわされているとは言い切れない現状がある。

また、妊娠中から分娩後退院までの母乳育

児に対する意識の変化と影響要因について調査した先行研究の結果からも、母親は出産後に始まった授乳時の子どもの反応や自身自身の母乳分泌状況等から生じるさまざまな授乳困難状況に直面すると、母乳育児への熱意は減少する方向へ傾き、母乳にこだわらず人工栄養の併用へと行動を変容させてしまう傾向が窺われる。もしこのような産後に起こりうるさまざまな授乳困難状況とそれを予防・解決する方法を妊娠期から知っていれば、母親たちはすぐに母乳栄養の確立をあきらめてしまうことは少なくなるのではないだろうか。そこで、本稿では、実際に妊娠後期の妊婦を対象とし、妊娠期から産後 6 か月までの間で母乳育児についてどのような知識とイメージを持っているか明らかにし、母親が望む母乳育児を実践するための妊娠期からの母乳育児支援の方法を検討したいと考えた。

核家族化、都市化、地域の交流の希薄化などにより、現代の育児環境では、出産前から母乳育児を行う人を身近に見る機会や、話を聞く機会が少ない。平日開催の母親学級も多く、母乳育児について知りたいと思いつつも勤労妊婦や夫は母親学級などの集団指導に参加することが困難な場合も多くある。そこで、妊娠期から母乳育児を具体的にイメージすることが可能な映像を用いた勤労妊婦や家族も活用できる母乳育児支援のためのプログラムの作成を目的として本研究に取り組む。

2. 研究の目的

< 調査 1 >

調査 1 の目的は妊娠期の母乳育児の知識とイメージを明らかにすることである。

< 調査 2 >

調査 2 の目的は母親が望む母乳育児を実践することに影響した妊娠期の母乳育児の知識やイメージと産後 6 か月間の母乳育児の体験を明らかにすることである。

<プログラム作成>

調査1及び調査2の結果を基に母乳育児の知識やイメージ作りにつながる映像を用いた妊娠期から活用できる母乳育児支援プログラム案の作成を行う。

3. 研究の方法

<調査1>

調査対象：妊娠経過に異常がなく、出産後に母乳育児を希望する妊婦

調査対象者募集場所：首都圏の産婦人科入院施設を併設する診療所1か所および母親学級を開催している市町村に研究対象者募集について協力を依頼する。

調査方法：妊娠34週以降の妊婦健診時に質問紙調査と面接を行う。承諾を得られた場合は、ICレコーダーで録音する。

調査内容：人口統計学的データ、母親学級の受講の有無、受講内容、母乳育児の希望の強さとその理由、母乳育児を行う自分をどのようにイメージしているか、母乳育児中に起こりうる出来事についての知識（時期・出来事・対処方法）など。

<調査2>

調査対象：調査1に協力後、産後6か月までの調査への協力に同意いただいた分娩期、産褥期・新生児期の経過に異常がなかった母親。

調査場所：母親が希望する場所にて行う。

調査方法：産後1週間以内、産後1か月、産後3か月、産後6か月に質問紙調査と面接を行う。承諾を得られた場合は、ICレコーダーで録音する。

調査内容：産科学的情報（妊娠・分娩・産褥・新生児経過）、母乳育児の状況（乳房の状態、新生児の状況、母親の全身状態）、育児不安、サポート状況、母乳育児中にあった出来事（失敗体験、成功体験）、母乳育児に対する思い、妊娠期に得ておくよかったと思う知識・情報についてなど。

<プログラム>

調査1、調査2の結果を基に母性看護学の専

門家と会議を行い、母乳育児支援につながるプログラム開発の1つとして映像原案の作成をすすめる。

4. 研究成果

妊娠期の母乳育児支援方法に関する文献検討、学会参加をすすめ最近の知見を得たうえで調査に使用する質問紙・面接ガイドを作成した。2013年には日本母乳の会主催の第22回ワークショップに参加し「妊娠中の乳房ケア」について母乳育児支援を行う専門家（BFH勤務助産師含む）とディスカッションを行い妊娠中の母乳育児支援について現状と課題についてまとめた。多くの病院で妊娠期から乳房・乳頭の観察や乳房マッサージなど母乳育児実施に向けた支援が行われていた。特に陥没乳頭などの場合は妊娠期より関わることが効果的であったという看護者の体験が語られた。これらの結果はワークショップ優秀演題として第23回母乳育児シンポジウムでポスター発表を行った。

次に、妊娠期のケアやイメージ・知識について焦点を当てた過去10年間の原著論文18論文を検討し、研究報告「妊娠期の母乳育児支援のあり方に関する検討」をまとめた。母乳育児支援に関しては、取り組みの実態とニーズ、妊娠中のケアと母乳育児の関連性、母乳育児のイメージを調査した研究が行われていた。妊娠期からの個別で継続的な支援の必要性及び、母乳育児生活をイメージできる準備教育の必要性があることが明らかになった。

調査1、調査2については研究者所属大学の倫理審査を経て2014年6月より関東近県の母親学級を主催している市町村及び、産科診療所にて研究対象者の募集を行った。20名の妊婦より研究参加承諾の連絡をいただき個別に調査日程などの調整を行った。

調査1、調査2の合計4回の面接をすべて協力いただいた母親は15名であった。主な辞退の理由は、「家族の健康問題のため」「切

迫早産のため安静が必要になった」というものであった。

面接調査は2014年7月～2015年8月まで行った。

分析は質的・帰納的方法を用いた。各対象者の逐語録を熟読し全体の意味内容を把握し、母乳育児の知識、イメージ、母乳育児中の体験について語っている部分を抽出した。

面接調査の結果については、以下に(1)対象者の概要、(2)妊娠中の母乳育児のイメージ・知識、(3)産後の母乳育児のイメージ・知識、(4)母乳育児の情報源の順で示し、面接調査の結果を基に作成したプログラム開発の流れ及び今後の課題については(5)母乳育児支援のプログラム開発、(6)今後の課題に示す。

(1) 対象者の概要

研究対象者の年齢は26～39歳であった。核家族が14名であり、2世帯同居が1名であった。8名が里帰りにより、1名が実母の自宅への来訪によって産後約1か月間は支援を受けていた。

妊娠期の母乳育児の希望の状況は表1のとおりである。9割以上の母親が母乳育児を行いたいと希望しており、その理由は、「赤ちゃんにとって利点があると聞いたから」「それしか選択肢がない」「なんとなく」「周りが勧めるから」などであった。

表1 妊娠期の希望する授乳方法 (n=15)

希望する授乳方法	人数
絶対に母乳育児を行いたい	5
できれば母乳育児を行いたい	9
できれば混合栄養を行いたい	1

産後の授乳方法の実施状況は表2のとおりである。産後6か月まで完全母乳育児を行っていた母親は12名であった。産後3か月時は完全母乳であったが、産後6か月に混合栄養に変更した母親が1名いた。その理由は産後5か月時に職場復帰し、児を保育園に預けるようになったための授乳形態の変化であ

った。

表2 面接時期の授乳方法 (n=15)

	産後1か月	産後3か月	産後6か月
完全母乳	9	11	12
混合栄養	5	3	2
人工乳	1	1	1

(2) 妊娠中の母乳育児のイメージ・知識

母乳育児のイメージは、「完璧な栄養」「親子のスキンシップに良い」「産後の母親の体の回復に良い」「経済的」など母乳育児を行う事による利点や、「あたたかい」「穏やか」など母乳育児中の親子関係に良いと思われる肯定的な印象や、「(母乳分泌が)出るまでが大変」「(最初は母乳分泌が)出ないのが当たり前」「眠れない」など母乳育児中の苦勞など否定的な印象があげられた。母乳育児のイメージは両面的なものであった。妊娠中は、妊婦は母乳育児を希望している母親も母乳育児に関して漠然としたイメージや不安を抱く一方、具体的な知識はほとんど持っていなかった。「今は出産の事の方が気になる。」「母乳については、生まれてからでもどうにかなると思う。」と、妊娠期は妊娠中のトラブルや目前に迫った分娩に関する知識のニーズが高く、母乳育児に関する知識のニーズは低い傾向があった。妊娠中から母乳育児について具体的にイメージした場合、産後にその通りにいかなかった時に、妊婦自身がストレスフルな状況になるのではないかと産後の心身の変化を危惧し、あえてイメージをしないようにしているという妊婦もいた。

妊娠中に行っている母乳育児の実施に向けた準備としては、哺乳瓶・人工乳首など人工栄養に使用する育児用品を念のためにと少量購入した程度であった。産後の母親の食事の用意や助産院について調べていた妊婦もいたが、産後に家族からのサポートを得ることが困難であることが事前に分かっていた。

た者であった。

(3) 出産後の母乳育児のイメージ・知識

出産後、多くの対象者が 24 時間以内に母乳育児を開始していたが、そのほとんどが出産施設の医療者にすすめられたタイミングであった。入院期間は、自分の母乳育児の希望の程度に合わせて、「病院の方法」に合わせて授乳を行い、乳頭損傷や乳汁分泌不足、乳汁分泌過多などのトラブルを経験し、不安を抱きながら退院していた。退院後は、児の泣きや排泄の回数などに応じて試行錯誤を繰り返しながら母乳育児を行っていた。

産後 1 か月間は妊娠中の母乳育児のイメージと異なる経験をしつつ、授乳を繰り返し、吸着方法、傷の手入れ方法、人工乳の補足の量やタイミングなど個々の母親の悩みや不安をいただいていた。特に施設退院後の 1 か月間は母乳育児により児の体重が増えているのか不安になり、体重計の購入、スーパーの体重計の利用、助産師による電話相談の利用、助産院の利用など妊娠期には予定していなかった対処方法も選択した経験が語られた。母親は初めて行う授乳に困惑し、自分の授乳方法の良否を誰かに確認したいというニーズを持ちながら母乳育児生活を行っていた。

産後 3 か月、6 か月の母乳育児では児の成長とともに母乳育児に関する不安・困難を感じる場面が変化していた。3 か月では離乳食開始後の母乳育児を予測した不安、6 か月では萌歯のため、乳頭を噛まれるのではないかという不安、人見知りも始まり授乳時以外も常に子供から離れられなくなった大変さが語られた。また、3 か月、6 か月の面接では、母乳育児の大変さだけでなく、母乳育児中の喜びや満足感も多く表出され、母乳育児の成功体験から母親役割を獲得していた。成功体験を認識するきっかけとして、出産直後から記載している育児日記を見返し自分や子どもの変化に気づく事、夫や友人から肯定的な反応を受ける事、さらには子どもと長時間

向き合うことで母乳育児中の子どもの反応などに気づくようになったことなどがあげられた。妊娠期に母乳育児を希望していたが、混合栄養や人工栄養となった母親からは、友人や実母からの助言で、現在のスタイルが自分とわが子に合った方法と認識していった経過が語られた。

(4) 母乳育児の情報源

妊娠期は母乳育児について具体的なイメージが乏しかったものの、出産後に母乳育児開始とともに母乳育児の知識・技術を習得したいというニーズが高まり、積極的に自ら情報にアクセスする傾向が高まることが明らかとなった。情報収集の媒体としては、「夜間授乳中に見ることができる」「妊娠中にもらった資料は整理していなかったから探しにくかった」「いろいろな情報を得ることができる」と、インターネットを活用した体験が多いことが明らかになった。育児で多忙な母親の情報収集については、時間を問わずに疑問に思ったその時にタイムリーに調べることができる手法のニーズが高いと考えられる。また、写真や You Tube などの映像を用いた情報を多く活用していた。

(5) 母乳育児支援プログラム開発

本研究は当初、母親学級で使用できる視聴覚教材の作成を視野に入れていたが、調査 1、2 から、妊娠期は母乳育児についての情報ニーズが低く、その時に得た情報を産後に活用することが難しいことが明らかになった。そこで、妊娠期だけではなく育児中に片手で調べることができる情報提供方法としてインターネット利用を検討した。

母親の試行錯誤を支える上で、授乳姿勢や児の世話については写真や動画配信が望ましいと考え、調査 1、2 の結果を基に、母性看護学の専門家及び母乳育児支援者による会議を行い、看護・医学映像製作会社と共に母乳育児継続に役立つホームページの作成準備をすすめた。映像を多く取り入れた母乳

育児支援のホームページ「母乳育児の森」(<http://www.bonyuunomori.co.jp/>)を作成した。2016年10月完成予定である。(図1)

コンテンツは10の内容があり、母乳育児の森の入り口、母乳育児の準備、母乳育児のはじまり、母乳育児のサポート、母乳育児Q&A、母乳育児の困りごと&解決策、赤ちゃんのお世話、生活の中での母乳育児、卒乳までの道のり、耳寄りな情報(おすすめ本&グッズ)(図2)からなっている。

妊娠期から母乳育児をイメージしやすいように、母乳育児の森の入り口では体験談や写真などを見ることができるようにし、その他のコンテンツでは母乳育児の開始とともに出現する不安を解決できる内容や知っている母乳育児を楽しめる情報から構成した。授乳場面の映像を載せるため、ホームページはパスワードにより管理し、パスワードは医療施設または市町村の母親学級等において情報資料の配布を計画した。

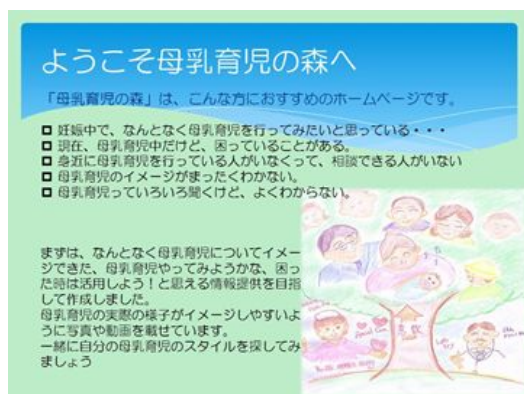


図1 ホームページ HOME 画面イメージ



図2 コンテンツの入り口イメージ

(6) 今後の課題

本研究では、妊娠期から産後6か月までの縦断的な調査結果から、妊娠期から産後の授乳期にかけて継続して活用できる母乳育児の情報提供のプログラムを構築した。今後は本プログラムが母乳育児の継続に効果的なものであるか評価していくことが今後の課題である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計1件)

(1) 菅林直美 河野洋子、妊娠期の母乳育児支援のあり方に関する検討、淑徳大学看護栄養学部紀要、査読有、第8号、2016年、61~69

〔学会発表〕(計1件)

(1) 菅林直美、妊娠中の乳房ケアを考える、第23回母乳育児シンポジウム、2014年8月3日、熊本市市民会館崇城大学ホール(熊本県熊本市)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

取得状況(計0件)

〔その他〕

ホームページ等：母乳育児の森

(<http://www.bonyuunomori.com/>)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

菅林 直美 (SUGABAYASHI NAOMI)

淑徳大学 看護栄養学部 助教

研究者番号：40369351