



産後の母親への支援に関する研究

保健福祉学部 看護学科

講師 伊藤 良子 (いとう りょうこ)

連絡先 県立広島大学 三原キャンパス 3409号室
Tel / Fax 0848-60-1185
E-mail r-ito@pu-hiroshima.ac.jp

専門分野： 母性看護学

キーワード： 産後うつ、エジンバラ産後うつ病自己評価票、
ベビーマッサージ

● 主な取り組み・活動

○産後は分娩後の疲労や慣れない育児や頻回の授乳でストレスの多い状況にあります。

産後うつ病などのメンタルヘルスに問題のある母親は、乳児の要求に適切に応えることができないなど、母子相互交流に障害をきたすことが考えられ、子どもに不快感を表したり、好ましくない育児行動を取ったりする場合があります、子どもの発育などに影響を与えることが明らかになってきています。

また、産後うつ病は短時間の訪問ではわかりにくいいため、エジンバラ産後うつ病自己評価票などを用いて支援の必要な状況を把握している自治体や医療機関も多くあります。

○ベビーマッサージには、スキンシップによる情緒の安定や愛着形成がなされ、子供の扱いに慣れるため育児に自信が持てる、体重の増加やよく眠るようになるため育児がしやすくなるなどがあげられています。これは、産後うつ病発症の危険要因としてあげられているさまざまな因子の中の「児の夜泣き」や「産後授乳が困難」の解決策にもつながります。

このベビーマッサージが疲労しストレス状態にある産後の母親にどのような影響を及ぼすのか、産後うつ病の母親に対しても影響があるのかを調査していきたいと考えています。

● 今後の目標・抱負

○ストレスの多い母親や産後うつ病の母親への支援として、ベビーマッサージ・母親自身が受けるマッサージ・母親のおしゃべり会・保健師による定期的な訪問などがどのように影響するか、どのような背景の方に影響が大きいかを調査していきたいと考えています。

● 地域・社会と連携して進めたい内容

○産後うつ病の人はとても把握しにくいのですが、もっと多くの支援が必要でもあります。産後の教室には不安を抱えている人や産後うつ病の方の参加が多いと予測されているので、地方自治体（保健所・保健センター・オープンスペース）や医療機関（病院・クリニック・助産所）などで産後の教室を開催して、産後うつ病の方の把握をし、教室においてベビーマッサージを行ったり支援施設の紹介をしたり情報提供を行いたいと考えています。また、地方自治体（保健所・保健センター）と協力し、継続支援も行えるのではないかと考えます。

● これまでの連携事例・実績

○こんにちは赤ちゃん事業においてエジンバラ産後うつ病自己問診法などを用いて住民の把握をされている自治体と協力し、ベビーマッサージ教室を開催して調査をしていく予定です。