

氏名	寺坂 多栄子
学位の種類	修士(看護学)
学位記番号	修士 第 150 号
学位授与年月日	平成 24 年 3 月 9 日
学位論文題目	妊娠後期・産褥早期における産後うつ予防の保健指導の効果

論 文 内 容 要 旨

※整理番号	155	(ふりがな) 氏 名	てらさか たまこ 寺坂 多栄子
修士論文題目	妊娠後期・産褥早期における産後うつ予防の保健指導の効果		
<p>【目的】 妊娠後期・産褥早期における産後うつ予防の保健指導の効果を検証することを目的とした。この検証に際し、次の3つを仮説とした。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介入群は対照群よりも産後1カ月の抑うつおよび不安が低い。 2. 介入群は対照群よりも産後1カ月のストレスに対する対処の意識が高い。 3. 介入群は対照群よりも産後1カ月の症状発症時の早期受診の必要性の理解が高い。 <p>【方法】 滋賀県下3カ所の産科施設で通院中の妊娠28週以降の初妊婦を対象とした。介入群38名・対照群42名とし、介入群にのみ妊娠後期と産褥早期に30分間のリーフレットを用いた保健指導を行った。保健指導の内容は、自己のストレスに対する対処方法を確認し、マタニティブルー、産後うつ病の病態、産後の心の健康の維持等を説明した。妊娠後期をベースラインとし、その後の評価は産褥早期・産後1カ月に行った。評価内容は、日本版エジンバラ産後うつ病自己評価票 (EPDS, 岡野, 1996)、日本語版 State-Trait Anxiety Inventory From-Y の状態不安 (高橋ら, 1998,)、認知的評価測定尺度 (鈴木ら, 1998) とした。</p> <p>【結果】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 介入群では、EPDS 高得点者割合が産褥早期から産後1カ月において有意に減少した ($p < 0.05$)。また介入群では、状態不安得点が産褥早期から産後1カ月において有意に減少した ($p < 0.01$)。 2. 産後1カ月の認知的評価の影響性の評価 (ストレスに対して積極的に対処していこうとする態度の評価) では介入群は対照群よりも有意に高いことが示された ($p < 0.01$)。 3. 症状発症時の早期受診の必要性の理解では、両群において有意な差は認められなかった。 4. 介入群のみ保健指導の効果を確認したところ、約8割が役立ったと回答した。介入群は自分の状態を客観視や再認識し、また不安定な気持ちがあった時も、自分自身で対応し改善させていた。 <p>【考察】 介入群では産褥早期から産後1カ月にかけて抑うつの高得点者の割合が減少し、同時期の不安得点も減少した。また、介入群はストレスに対して積極的に対処していた。妊娠中から育児期の予測される問題を伝えることや、対象の個別性に合わせた保健指導を行ったことで、対象者の産後うつ病に対する理解が深まり、その結果、抑うつの軽減につながったと考えられる。対象者が自己の健康問題に対して主体的にとりくめるような援助方法であったと言える。</p> <p>【総括】 以上より、仮説1「介入群は産後1カ月の抑うつおよび不安が低い。」と仮説2「介入群は対照群よりも産後1カ月のストレスに対する対処の意識が高い。」が実証された。 妊娠中の保健指導の場面で産後うつ予防の保健指導を取り入れることにより、従来の身体面の指導に加えて精神面も重視した産前教育が可能となり、対象者の抑うつや不安を軽減することができる。と考える。</p>			

- (備考) 1. 研究の目的・方法・結果・考察・総括の順に記載すること。(1200字程度)
2. ※印の欄には記入しないこと。