

研究区分	教員特別研究推進 地域振興
------	---------------

研究テーマ	新型コロナウイルス感染症流行渦における「妊娠中夫婦向け産後うつ予防プログラム」の効果の検証				
研究組織	代表者	所属・職名	看護学部・助教	氏名	高木 静
	研究分担者	所属・職名	看護学部・助教	氏名	大和田 裕美
	発表者	所属・職名	看護学部・助教	氏名	高木 静

講演題目

新型コロナウイルス感染症流行渦における「妊娠中夫婦向け産後うつ予防プログラム」の実践報告

研究の目的、成果及び今後の展望

【研究の背景と目的】
我が国における妊産婦のうつの発症率は10～15%と言われ、「妊娠期からの切れ目ない支援」をキーワードに妊娠・出産包括支援事業が進められてきた。しかし、令和2年度は新型コロナウイルスの感染拡大を受け、出産を取り扱う医療機関の多くで産前の母親・両親学級、立ち会い出産や面会などが制限された。妊婦が思い描いていた妊娠、出産体験ができずに産後うつのリスクが高まることが懸念されている。こうした状況を受け、NPO 法人 place of peace の協力を得て、妊婦及びそのパートナーを対象とした対面型およびオンラインでのマタニティプログラムを実施したのでそれぞれの内容と今後の課題について報告する。

【成果及び今後の展望】
本プログラムの目標は、①妊婦及びパートナーが、正しい産後うつに関する知識を得て、産後うつはだれでも起こりうるものだと意識できる②産後の夫婦関係の変化についてイメージし、対応策について話し合うことができる③産後は夫婦および家族の協力体制が必要であることを理解できるとした。講座参加者の募集はチラシを作成し、子育て支援センター、保健センターなどに配布した。オンライン型（ZOOM）は1回実施し、参加者は男性6名、女性5名（夫婦5組）であった。対面型は1回実施し、参加者は夫婦6組であった。オンライン講座は期待の低さからか、参加者募集に時間がかかった。対面型はニーズが高く、参加者の方から実施を求める声が上がっていた。当日のプログラムは、助産師と共感セッションプログラムの研修を受けたファシリテーターが担当した。内容は、オンライン型は産後の母親の精神的状況と父親の役割について講義形式で説明し、その後グループワークで「産後に心配していること」「育児期の忙しい状況をシミュレーションし夫婦の感情や声のかけ方」について話し合った。対面型では、オンライン型と同じ内容でグループワークのみ行った。プログラム終了後のアンケートでは、オンライン版型は11名中8名が「子育てに役に立った」「夫婦関係を再調整するのに役立った」と回答していた。対面型ではすべての参加者が「子育てに役に立った」「夫婦関係を再調整するのに役立った」と回答しており、両方とも一定の成果を上げることができたと考える。また、対面型クラスの終了後に参加者対し、クラスに参加しての感想について聞き取りを行った。参加者からは、オンライン型は対話がうまくできず話したいことが話せない、対面型の方がお互いの思いが伝わる、特にグループセッションでは一方通行にならずに済む、オンライン型だった場合は参加しなかったなどの声が聞かれた。新型コロナウイルス感染症流行渦において、オンラインでのマタニティプログラムは感染への不安を感じる妊婦にとって有益であるが、単発の開催では専門職者からの情報提供にとどまり、本プログラムの目標とする夫婦での話し合いまでに発展させることは難しい。今後はオンライン型マタニティクラスの内容、実施回数などについて話し合い、対面型に近い成果が得られるプログラムを検討していくことが必要である。