

妊産婦の抑うつ傾向と反すう

日下部 典子
(心理学科)

抑うつ傾向や不安傾向に影響する要因として反すうがある。そこで、本研究は、妊婦 100 名（平均年齢歳）を対象として、その抑うつ傾向と反すうの関連を明らかにすることを目的とした。その結果、過半数の対象者で抑うつ傾向が高いことが明らかとなった。また抑うつ傾向と反すうには有意な正の相関関係があることが分かった。これらのことから、反すうへの介入が妊婦の抑うつ傾向低減に有用であることが示唆された。

【キーワード 妊婦 抑うつ傾向 反すう】

【問題と目的】

少子化対策、産後うつ病、乳幼児の母親のメンタルヘルスの問題を検討していく中で、母親のメンタルヘルスに関わる要因として、妊娠中のメンタルヘルスが注目されてきている。出産後の母子に対しては各自治体が訪問事業、訪問支援を行い、そこでエディンバラ産後うつ病調査票（岡野他、1998）を用いた抑うつ傾向のチェックを行い、支援が必要な母親の抽出、およびその後の支援に繋げている。ところで、先行研究から、妊娠初期の抑うつ状態が産後の抑うつ状態の高さに関連することが明らかとなっている（岩谷・北東・若林・吉川・成瀬、2001）。またこれまでの調査結果から、妊婦の1-2割に抑うつ傾向が認められており、妊婦の抑うつ傾向は産後の抑うつ傾向の要因となりうること、また抑うつ傾向での妊娠自体の母子への影響等から、何らかの対応をすることが必要であると考えられる。しかし、妊婦のメンタルヘルス、抑うつ傾向等への自治体による調査、あるいは支援に繋げる事業は未着手である。

ところで、日下部（2019）によれば150名の妊婦を対象としたインターネット調査の結果約4割に抑うつ傾向がみられた。このような実態を受け、妊婦の抑うつ傾向の軽減のための支援を考えていく上で、具体的にどのようなことをするのが良いのであろうか。抑うつや不安の維持要因の一つとして「反すう」が研究されており、その関連が明らかとなっている（Nolen-Hoeksema, 1991；高野・丹野, 2010）。反すうとは「その人にとって、否定的・嫌悪的な事柄を長い間、何度も繰り返し考え続けること（伊藤・上里, 2001）」であり、過去のネガティブな状況を繰り返し考え続けることを止められないことが問題となっている。そこで、本研究では妊婦の抑うつ傾向及び、抑うつ傾向と反すうの関連を明らかにすることを目的とした。

【方 法】

調査対象者 調査対象者は妊娠している女性 100 名（平均年齢 35.07 歳、 $SD=3.95$ ）であった。

調査方法 2020 年 12 月に、調査会社（楽天リサーチ）を通じてインターネット調査を実施した。

質問紙の内容 年齢、健康状態、就労状況、住居形態、妊娠週数、第何子を妊娠中であるか等の対象者の属性を尋ねた。

抑うつ状態のスクリーニングテスト 妊婦の抑うつ状態を測定するために K6 調査票日本語版（川上・近

藤・堤他, 2006) を用いた。本調査票はうつ病や不安障害等をスクリーニングする簡便な方法として開発された Kessler6 の日本語版である。項目数が少なく調査対象者の負担が少ないこと、またスクリーニングテストとして広く用いられていることから、本研究ではこの調査票を用いて、6 項目に対して、「0 全くない」～「4 いつも」の 5 件法で回答を求めた。9 点以上でうつ病の可能性があると判断される。

反すうの測定 反すうを測定するために、ネガティブな反すう尺度 (伊藤・上里, 2001) を用いた。本尺度は 11 項目から構成され、ネガティブな反すうの持続傾向を測定するネガティブな反すう傾向「ネガティブな反すう (7 項目)」と、ネガティブな反すうのコントロール感を測定する「ネガティブな反すうのコントロール可能性 (4 項目)」が測定できる。「1 当てはまらない」～「6 当てはまる」の 7 件法で回答を求めた。

解析方法 IBM SPSS Ver.22.0 を用いて分析を行った。K6 調査票日本語版の得点を算出し、各属性による因子得点の違いをみるため、*t* 検定あるいは 1 要因の分散分析を実施した。また、抑うつ傾向と反すうの関連を明らかにするため Pearson による積率相関分析を行った。

倫理的配慮 質問への回答は無記名であった。調査実施時に研究目的、回答は無記名であり、回答するか否かは自由であること、回答を途中でやめることは自由であることが説明された。回答をもって、研究への同意とした。

【結 果】

調査対象者の属性について 調査対象者の年齢は 20 歳～41 歳で、平均年齢 35.07 歳 (*SD*=3.95) であった。健康状態については、対象者の 90%が良好と回答しており、10%が不良で会った。就労状況はフルタイムで就労している回答者が 36%、パートタイム就労が 20%、自営業が 3%、無職 38%で、何らかの形で就労している者が過半数であった。家族形態については、夫婦のみが 39%、夫婦と子どもが 52%、その他 (両親等と同居) が 4%、不明 5%であった。子どもがいると回答した者が 59%で、その内訳は子ども一人が 37%、子ども二人が 17%、子ども三人が 5%であった。

調査対象者の抑うつ傾向及び抑うつ傾向と反すうの関係について 調査対象者の抑うつ状態について調べるために実施した K6 調査票日本語版の得点は、平均値 2.12 (*SD*=.94) であった。回答者の抑うつ傾向を確認した結果、抑うつ傾向がない者が 42%であり、半数以上に何らかの抑うつ傾向認められる結果であり、中には重度の抑うつが疑われる者もいた (Table 1)。次に抑うつ傾向と反すうとの得点を用いて、Pearson の積率相関係数を算出した結果、有意な正の相関関係が認められた ($t=3.02, p>.001$)。

Table 1 K6調査票日本語版の結果 (*N*=100)

点数	人数	
4点以下	42	
5点～9点	32	何らかのうつ・不安の問題がある可能性
10点～12点	12	国民生活基礎調査で、うつ・不安障害が疑われる
13点以上	14	重度のうつ・不安障害が疑われる

【考 察】

本研究は、妊婦の抑うつ傾向及び、抑うつ傾向と反すうの関連を明らかにすることが目的であった。K6 調査票日本語版の結果から、調査対象者の 58%が軽度から重度の抑うつ傾向にある可能性が示された。精神疾患が疑われる対象者も 14%、と決して低くない数値であった。この結果は日下部 (2019) の約半数が抑うつ傾向であるとの結果とほぼ同様の結果であった。日下部 (2019) はエディンバラ産後うつ病調査票を用いた結果であり、調査方法が異なるので単純に同程度とは言えないが、いずれもこれまでの妊婦の約 2 割程度が抑うつ傾向との先行研究に比べ、非常に高い数値であった (丸山・吉田・杉山・須藤, 2001)。出産後の抑うつ傾向に関する研究結果と比べても高く、Cox & Holden (2003) の、産後よりも妊娠中の抑うつ傾向が高いとの結果を支持するものであると言えよう。妊娠中の抑うつ傾向は産後うつ病のリスク要因であること、また妊娠中の母子の健康を考えた時にも、妊婦への抑うつ傾向軽減を目的とした早急な介入が望まれる。

次に、抑うつ傾向と反すうの関係を Pearson の積率相関係数で確認した結果、有意な正の相関関係にあることが明らかとなった。すなわち、反すうを多くする妊婦ほど抑うつ傾向が高くなることが示され、この結果は、大学生を対象とした先行研究の結果と同様であった (長谷川・根建, 2011; 伊藤・上里, 2001)。この知見から、反すうへの介入が抑うつ傾向を低減することが示唆された。反すうは抑うつ傾向だけではなく、不安傾向とも関連があることが示されていることから、妊娠中のメンタルヘルスに有用な介入であると考えられる。今後は妊婦の不安傾向及び、不安傾向と抑うつ傾向、反すうの関係を明らかにし、介入プログラムの開発をすることが、妊婦のメンタルヘルス、ひいては乳幼児の母親のメンタルヘルスに重要である。

【引用文献】

- Cod J. & Holden J. (2003). *Perinatal Mental Health: A Guide to the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)*. London: The Royal College of Psychiatrists
- (コックス J. & ホールデン J. 岡野 禎治・宗田 聡 (訳) (2006). 産後うつ病ガイドブックーEPDSを活用するためにー 南山堂)
- 長谷川 晃・根建 金男 (2011). 抑うつ的・反すうとネガティブな反すうが抑うつに及ぼす影響の比較 パーソナリティ研究 19, 270-273.
- 伊藤 拓・上里 一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, 34, 31-42.
- 川上 憲人・近藤 恭子・堤 明純他 (2006). うつ病・自殺 予防対策のためのスクリーニングツールとしての K 6 /K10 調査票の妥当性. 日本公衆衛生学会総会 抄録集 64, 85.
- 日下部 典子 (2019). 妊婦の抑うつ傾向と被援助志向性 福山大学人間文化学部紀要, 19, 76-82.
- 丸山 知子・吉田 安子・杉山 厚子・須藤 桃代 (2001). 妊娠期・出産後 2 年間の女性の心理・社会的状態に関する調査 第 1 報 妊婦の心理・社会的状態 女性心身医学会雑誌, 6, 93-99.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.

Relationship between Depressive Tendency and Rumination in Pregnant Women

Noriko KUSAKABE

Rumination is said to be a factor to affect depressive and anxious tendencies. The purpose of this study was to clarify the relationship between depressive tendency and rumination in 100 pregnant women. As a result, it was clarified that 58% of the subjects had a high tendency to be depressed. It was also found that there is a significant positive correlation between depressive tendency and rumination. These results suggest that intervention to reduce rumination would be useful in reducing the depressive tendency of pregnant women.

【Key words: pregnant women, depressive tendency, rumination】