

所属	看護学研究科 看護学専攻 修士課程 ウィメンズ・ヘルス分野	修了年度	2019 年度
氏名	小平 明日香	指導教員 (主査)	及川 裕子教授

論文題目	妊娠期の母乳イメージと日常生活活動が産後の疲労・母乳育児に及ぼす影響 — 34 歳以下と 35 歳以上の母親の比較 —
------	--

本文概要	
<p>【目的】 本研究の目的は、妊娠中の食事、生活行動、運動の状況が産後の疲労にどのように関連し、妊娠中の母乳イメージを含めた授乳への関心・理解が母乳育児の継続にどのように影響を与えているかを 34 歳以下と 35 歳以上で比較し、明らかにすることである。</p> <p>【方法】 2019 年 6～11 月に首都圏の産科施設において、母児ともに妊娠分娩経過に大きな異常がなく、母乳育児を希望している産褥 1 か月までの母親を対象とし、日常生活活動、疲労感のほか、授乳状況、授乳満足度、母乳イメージに関する無記名自記式質問紙調査を行った。分析は 34 歳以下と 35 歳以上を 2 群に分けて疲労の状況、母乳育児の状況、妊娠中の産後に向けた母乳イメージを含めた関心・理解と生活の状況について、Mann-Whitney の U 検定を用いて比較を行った。</p> <p>【結果】 研究協力が得られた産科施設で、産後入院中の褥婦 423 人に配布し 144 部回収した。回収率は 34.0%であった。35 歳以上の母親は、「産後の疲労感」では、妊娠中に「ストレッチ」をしたものの方が疲れが取れ、熟睡した感じを得やすい傾向がみられた。「授乳の状況」による年代別比較では、35 歳以上では母乳栄養で不足する量を人工栄養で補い、夜間授乳回数も多く、搾乳回数が多い傾向にあることから、産後の疲労につながっていることが明らかになった ($p \leq 0.01$)。また、「母乳イメージと授乳状況の関連」では、「周囲から母として認められる」イメージが高いと「授乳満足感」が低くなる傾向が示された。さらに、「人工栄養回数」が増えると「焦りを感じる」傾向が示され、「焦りを感じる」と「授乳満足感」が低くなることが明らかになった ($p \leq 0.01$)。</p> <p>【考察】 今回の調査結果から、母乳育児には「妊娠中の日常生活活動と産後の疲労感との関連」、「年齢による授乳の特徴と産後の疲労感との関連」、「『焦り』に対する支援」が影響を与えることが示唆された。35 歳以上の母親は、産後の生活における体力的な疲労感よりも、頻回の授乳と母乳分泌不足が、「ゆううつな気分だ」「無理をしている」などの精神的な疲労感につながっていることが明らかになった。さらに、35 歳以上の母親の特徴として、母乳分泌量の不足から、母親として思い描いていた母乳育児にいたらなかったことが、授乳満足感の低下につながり、「焦りを感じる」可能性があるのではないかと考えられた。したがって妊娠中から産褥期、さらに授乳期にわたる継続的なかわりの中で、母親の負担にならないような適切な授乳行動がとれるよう支援するとともに、退院後も必要に応じて電話や家庭訪問など、個々に応じた継続的で支持的な支援が必要であると考えられる。</p> <p>【キーワード】 高年出産、母乳育児、運動、妊娠期の日常生活活動</p>	