

所属	看護学研究科 看護学専攻 修士課程 ウィメンズヘルス看護学分野	修了年度	2024 年度
氏名	宇山 美保	指導教員 (主査)	小泉 仁子 (安齋 ひとみ)

論文題目	キャリア中期以降の女性看護職の更年期の実態と関連因子
------	----------------------------

## 本文概要

### 【目的】

本研究は、キャリア中期以降の女性看護職の更年期症状の実態、更年期症状に関連する因子を明らかにすることを目的とした。

### 【方法】

A 市内の病院および訪問看護ステーションに勤務するキャリア中期以降の女性看護職に更年期症状とストレス、レジリエンス等の関連について検証するため、更年期簡略指数、二次元レジリエンス要因尺度、身体感覚増尺度、職業性ストレス簡易調査票を用いて調査を行った。本研究のデザインは量的関連探索型研究を用いた。

### 【結果】

148 名（回収率 41.9%）より回答を得て、有効回答数 133 名（有効回答率 89.9%）を対象とした。平均年齢は 47.84（±6.88）歳、更年期簡略指数の平均値は 36.32（±21.5）点であった。ストレスによる心身の反応（疲労感・不安感・抑うつ感・不眠）が強い者、高ストレス者である者ほど更年期症状の重症化が示された。身体感覚の増幅は更年期症状の重症化を示唆し、資質的レジリエンス要因の統御力を有する者は更年期症状を弱く感じることが示唆された。

### 【考察】

仕事のストレスは更年期症状と関連する可能性が示唆された。キャリア中期以降にある看護職は、立場的に更年期症状によって生じる心身の不調を表出できずに、一人で抱え込んでおり、悪循環になっている可能性が考えられる。また、身体感覚の増幅がある者ほど、更年期症状を強く感じ、より有害なものとして感じていることが考えられた。更年期症状を自己でコントロールし、更年期症状に振り回されずにいるのは統御力の高い者であった。これらのことから、キャリア中期以降の看護職に対して、仕事関連のストレス改善、健康診断時における専門職の介入、統御力を高めるために認知行動療法を用いた教育支援が必要であると考える。

### 【結論】

キャリア中期以降の女性看護職の更年期症状に関連する因子として、仕事関連のストレス、身体感覚の増幅は、更年期症状を有害なものとして認知し、悪化因子として示唆された。更年期症状の抑制因子は、統御力が関連することが示唆された。

**Key words :**更年期, 看護職, 職業性ストレス, 身体感覚増幅, 二次元レジリエンス要因