

2024 年 1 月 25 日

2023 年度聖路加国際大学大学院
看護学研究科課題研究

産後うつ予防における看護介入に関する文献検討
—日本と海外の支援を比較して—

**【A Literature Review on Nursing Interventions for the
Prevention of Postpartum Depression
—Comparing Japan's and Overseas Support—】**

22MN001

天城美友

要旨

【目的】WHOの「包括的メンタルヘルス行動計画 2013-2030」が採択された2013年～2023年現在までの日本と海外の産後うつ予防における看護介入・支援を比較し、日本の実態や効果的な看護介入について明らかにする。

【方法】国内文献に関しては、医学中央雑誌 Web 版を用い、「予防」「防止」「介入」「支援」「産後うつ」「産後鬱」「看護」「看護職」「助産師」「保健師」「看護師」をキーワードとし、海外文献は Pubmed を用い、「Depression, Postpartum」「postpartum depression」「nurse」「nurses」「nursing」「Nurses」「Nurse's Role」「prevention」「intervention」「support」をキーワードとし過去 10 年間（2013 年～2023 年）の看護文献を検索（2023 年 11 月上旬検索）。論文の選択基準は①論文の種類は医中誌では原著、総説に絞り、Pubmed では種類限定せず②産後うつの予防に向けた看護介入、支援③研究対象は妊娠期から産褥期の母親、または、その家族が含まれている④産後うつの発症予防に向けた介入研究、介入研究のデザインや海外においての国は限定せず⑤対象者が精神疾患非罹患・既往がない者⑥介入者が看護職⑦重複していないものとした。結果をカテゴリー化し日本と海外を比較する。

【結果】本研究で分析対象となった文献は 29 件、内、17 件を日本の介入、12 件を海外の介入として分析を行った。産後うつ予防における看護介入内容を抽出しカテゴリー化し、日本、海外共に 11 のカテゴリーが抽出された。日本と海外の支援を比較した結果、共通点では【情報提供を行う】【家族や周囲との関係を調整する】【今後を見据えた早期からの関わりを行う】【両親同士のつながりをつくる】【児との愛着促進と母親の心身を和らげる】

【産後の支援の場の提供を行う】【母親のセルフケア行動を促進させる】【母親の気持ちに寄り添う】【多職種間で連携した支援を行う】があげられ、異なる点では日本で【支援ボランティアの学ぶ機会をつくる】、海外で【オンラインでのサポートを行う】があげられた。

【結論】産後うつ予防における看護介入として、妊娠期から産後にかけて切れ目ない支援の実施は勿論、子ども時代から子育てのイメージや知識習得機会の提供を行うなどの長期的に切れ目ない支援、また妊婦のみならず、横のつながりも切れ目がないよう、パートナーや家族、友人も含めた支援の実施が国を超えて重要であると示唆された。また、特に日本ではボランティアであっても専門的な知識、対応習得の機会を看護職が提供していた。これは住民同士で支援をシェアする基盤形成の一助となっていると考える。一方、海外ではオンラインでの支援が多く実施されており、日本においてもさらに強化していくことが重要であると示唆された。そして今後は、今回明らかになった日本の支援の継続と活性化の実施と共に海外から得た支援も取り入れ、より一層の向上を行う必要がある。