

## 要旨

### 研究の背景

つわりは妊婦の50～90%にみられるが、発生機序は明確ではない。また、つわりへの介入についてもエビデンスは少ない。近年、女性の生活環境は大きく変化しており、妊婦に対しても時代背景を踏まえたつわりへの看護ケアや保健指導が求められると考えられる。しかし、現代の女性を対象とした妊婦の背景やつわりへの対処行動を明らかにした先行研究はみられないことから、それらを質的に明らかにし、ケアや保健指導の方向性を探索する必要がある。

### 研究目的

妊婦のつわりの自覚および、身体的・心理的・社会的背景、対処行動を質的に記述し、つわりの程度と身体的・心理的・社会的背景、対処行動との関係について事例を通して探索することを目的とする。

### 研究方法

半構成的面接法を用いた質的記述的研究である。正常経過をたどる妊婦を対象にインタビューをおこない、つわり症状、つわりの発生状況、先行研究で関連が示唆されている背景、つわりへの対処行動について聴取した。つわりの程度は、妊娠悪阻指数と本人の自覚とで評価した。

分析方法は、つわり症状、身体的・心理的・社会的な背景と妊婦の自覚の関係性に着目し、語りからデータを抽出した。また、つわりの自覚と対処行動を明らかにするため、つわり症状と自覚、対処行動に関するデータを抽出した。これらの関係性をいくつかのパターンに分類し比較検討した。本研究は聖路加看護大学倫理委審査委員会の審査・承諾を得て実施した。(承認番号 12-041)

### 結果

対象者18名、全員につわり症状が出現し、妊娠悪阻指数軽症は55.6%(10名)、中等症は27.8%(5名)、重症は16.7%(3名)であった。また、つわりの自覚として「辛かった」と感じていたのは悪阻指数の軽症3名、中等症4名、重症3名であった。

つわりの出現時期や日内変動は多様であった。症状の表現は吐気や嘔吐、食欲、味覚や嗅覚の変化に対するものが多く見られたが、頭痛や口渇、便秘などの全身性の症状も多く妊婦が自覚しており、悪阻指数は軽症だったが自覚として「辛かった」妊婦は頭痛を強く訴えていた。

妊婦の背景とつわりの関連として、非妊時の体型、児の性別、分娩歴には各群で違いは見られなかった。計画的な妊娠だった10名は、軽症7名、中等症3名であり、重症群では計画外の妊娠と出産・育児へ何らかの不安があった。他にも、重症群では生活のサポート

者が夫のみであった。

対処行動は、対象者 18 名全員が行っており、内容としては《調理の工夫》、《食事内容の工夫》、《食べ方の工夫》、《吐気を軽減する食べ物》、《活動と休息の工夫》、《話をする》、《代替療法》、《症状悪化要因を避ける》、《内服する》であった。つわりを「辛かった」と自覚している群は休息に関する対処行動が多く、つわり症状が軽症であると食事に関する対処行動が多かった。

## 結論

つわり症状は全対象 18 名の妊婦にみられた。発症時期と日内変動は多様であった。つわり症状が重症な群では、「計画外の妊娠」、「妊娠・出産・育児への葛藤」、「家族からサポートが得られない環境」がみられた。