

要旨

目的

不妊治療を受ける女性の冷えの実態と日常生活行動を分析する。

1. 不妊治療を受ける女性がどの程度冷え症の自覚を持つのか、また、冷え症を判断する基準(寺澤)でどの程度冷え症と判断されるのか調べる。
2. 冷え症のある不妊女性と冷え症でない不妊女性の体温を測定し、2群間を比較する。
3. 不妊女性の冷え症と随伴症状及び日常生活行動の関係を分析する。

方法

不妊治療に通う女性を対象とし、2012年10月上旬から10月末の1ヶ月間、不妊治療を扱っている大都市部の1診療所の外来で調査を行った。対象人数は40名である。体温測定には深部体温計コアテンプ R CTM-205(テルモ社)を使用し、前額部温と足底部温の2箇所皮膚温と深部温を測定した。また、冷え症を判断する基準(寺澤)を用いて、本人の冷え症の自覚と冷え症の有無を判断した。なお、研究は倫理的配慮を怠らず、倫理原則を厳守して実施した。統計的分析には統計ソフト SPSS19.0 for windows を用いた。本研究は聖路加看護大学研究倫理審査委員会に承認されたものである。(認証番号 12-031)

結果

冷え症の自覚がある不妊女性は33名(82.5%)、寺澤の基準で冷え症と判断された不妊女性は23名(57.5%)であった。深部温について、前額部と足底部の温度較差は冷え症の自覚がある不妊女性で 3.02°C ($SD=1.87$)、自覚がある不妊女性で 2.59°C ($SD=2.33$)であった。一方、冷え症と判断された不妊女性で 3.25°C ($SD=1.69$)、冷え症でないと判断された不妊女性で 2.53°C ($SD=2.21$)であり、どちらの場合も有意差はみられなかった。冷え症の随伴症状において、冷え症の自覚の有無で比較したとき、「手足が冷える」に有意差がみられ($p<0.05$)、寺澤の基準で比較したときは「手足が冷える」「寒がりである」に有意差がみられた($p<0.05$)。日常生活行動において、冷え症の自覚の有無で比較したとき有意差はみられず、寺澤の基準で比較したとき、「甘いものをよく食べる」「果物をよく食べる」「ウォーキングなどの運動をする」「靴下やレッグウォーマーを着用している」に有意差がみられた($p<0.05$)。

結論

半数以上の不妊女性に冷え症であることが明らかとなった。冷え症である不妊女性は随伴症状として「手足が冷える」「寒がりである」ことを有意に感じており、日常生活におい

て「甘いものをよく食べる」「果物をよく食べる」「ウォーキングなどの運動をする」「靴下やレッグウォーマーを着用している」の5項目を有意に経験していた。