

2022 年 1 月 27 日

2021 年度 聖路加国際大学大学院 看護学研究科 課題研究

親になる過程において
父親が体験する抑うつに関する文献レビュー

Experiences of Paternal Depression
during the Perinatal Period: A Literature Review

20MW011

鈴木 悠月

要旨

I 研究目的：産後の父親の抑うつ体験を理解し、日本の医療システム、社会の中で支援のあり方を検討するために、父親の抑うつ体験を記した国内外の質的研究文献を系統的にレビューする。

II 方法：PICoに基づき、医学中央雑誌 Web、PubMed (MEDLINE)、CINAHL、PsycInfo を用いて検索を行った。データベース検索に加えてハンドサーチも実施した。英語または日本語による質的研究を対象とし、採択した文献は CASP (Critical Appraisal Skills Program) のチェックリストに沿って論文の質を二人で個別に評価した。Joanna Briggs Institute (JBI) によるシステマティックレビューのアプローチを参考に、データ分析を行った。

III 結果：採択した文献は 5 件（日本、スウェーデン、アメリカ各 1 件、イギリス 2 件）であった。抑うつの程度は文献により異なり、分析プロセスが十分には記述されていない論文も含まれたが、結果の記述は父親の語りの意味を理解でき、目的との一貫性があったため、5 文献全てを統合の対象とした。5 文献から父親の語りは 11 のカテゴリーに分類され、カテゴリーは以下の 4 つに統合された。

【統合 1：育児に伴う生活の変化にうまく適応できず、先が見えない状況に陥る】

【統合 2：子どもが産まれたことでこれまでの妻との関係に変化が生じ、葛藤する】

【統合 3：負の感情とストレス反応が様々な形で現れる】

【統合 4：辛くても、サポートにつなげることができない状況がある】

子どもが生まれたことで自分の時間はなくなり、父親として新しい役割遂行を男性は求められるがうまく適応できないことがある(統合 1)。また、妻に自分の育児を認めてもらえないことで生じる感情や、自分より大変な妻に対する遠慮から、夫婦の親密性は薄れ、妻との関係性も変化する(統合 2)。生活の変化と妻との関係性の変化は相互に影響しあいストレスは強くなり、時には子どもにもネガティブな感情を抱き、母親と子どもの結びつきを前に男性は家族の中で孤独を感じている(統合 3)。しかし、父親のうつに関する情報すらない中で、男性としての役割意識から自らサポートを求めることが難しく、一方でサポートを求めたくても得られる場はなく、閉塞状態に陥っている(統合 4)。

IV 結論：母親と異なり、父親のストレスにはサポートが不足していることで、抑うつは悪化する可能性がある。父親の育児への積極的参加が推奨される中で、周産期において、父親の産後うつの周知や、父親学級やピアサポートなどの父親への直接的支援、母児だけではなく父親も対象とした家族看護の重要性が示唆された。