

報 告

産後2週間健診の実態についての文献レビュー

井上刷子，瀬瀬祐子，大槻優子

つくば国際大学医療保健学部看護学科

【要 旨】産婦健康診査における母体の身体的機能の回復、授乳状況及び精神状態の把握に着目し、各施設で実施された産後2週間健診に関する文献レビューを行うことを目的とした。文献検索は医学中央雑誌 Web 版にて検索を行い、産婦健康診査事業の助成が開始された平成29年度以降に調査された原著論文および研究報告の中から11件の論文をレビューの対象とした。質的に分析した結果、【産後の不安要因】【産後2週間健診の効果】【EPDSの活用の実際】【母親が求める産後ケア・ニーズ】のカテゴリが得られた。母親の不安や悩みは、産後2週間健診により軽減し、「日本版エジンバラ産後うつ病自己評価表（EPDS）」の活用では、得点が高い要因が明らかとなり、妊娠中からEPDS得点を把握することで看護介入を考慮することができることが示唆された。母親が求める産後ケア・ニーズとして、産後の母親自身に対するものと児の発育に関する相談や援助への期待があげられた。

キーワード：産後2週間健診、日本版エジンバラ産後うつ病自己評価表（EPDS）、産後うつ病

I. 序論

産後の母親のうつ症状は様々な影響を及ぼすと言われている。令和5年版自殺対策白書によると令和4年度の出産後1年以内の妊産婦の自殺は65件（妊娠中18例、産後47例）と過去最多であり、産後の自殺例の報告が増加している（日本産婦人科医会，2023）。また、令和3年度の心中以外の虐待死事例50人のうち0歳児は24人（48.0%）を占め、その多く（20人）

が実母によるものであった（こども家庭庁 a, 2023）。厚生労働省は産後の育児不安や産後うつ、新生児への虐待防止などを図る観点から、産婦健康診査事業として平成29年度から産後2週間健診、産後1か月健診費用の助成を開始した。

近年は女性の高学歴化と社会進出やライフスタイルの多様化により、晩婚化や出産年齢の上昇がみられる（内閣府，2021）。高年齢初産婦は育児困難感が強いと言われており、晩婚化により祖父母の年齢や夫の年齢も上昇し、母親を取り巻く育児サポート環境も変化している。夫・父親、家族機能の問題も母親の育児困難感との関連が強い（藤岡他，2014）。こども家庭庁は令和4年度の「少子化の状況及び少子化への対処施策の概況」の中で、少子化対策の具体的実施状況の重点課題として、結婚・子育て世

連絡責任者：井上刷子

〒300-0051 茨城県土浦市真鍋6-8-33

つくば国際大学医療保健学部看護学科

TEL: 029-883-6622

FAX: 029-826-6776

E-mail: s-inoue@tius.ac.jp

代が将来にわたる展望を描ける環境を作ること
を目的に、男性の家事・育児参画の促進を挙げ
ている（こども家庭庁 b, 2022）。その中で、
出生時育児休業（産後パパ育休）と育児休業の
分割所得について改正があり、令和 4 年 10 月
から施行された。育児休業取得率は、女性が平
成 19 年に 89.7% となってから多少変動はある
ものの令和 5 年度 84.1% とほぼ横ばいであるの
に対し、男性は令和 元年 7.48%、令和 4 年
17.13%、令和 5 年 30.1% と年々上昇してきてい
る（厚生労働省 a, 2024）が、まだ少ないのが
現状である。

厚生労働省産婦健康診査事業の実施にあつて
は、以下の 3 点を実施要件としている。①産
婦健康診査において、母体の身体的機能の回
復、授乳状況及び精神状態の把握などを実施す
ること、②産婦健康診査の結果が健康実施機関
から市町村へ速やかに報告されるよう体制を整
備すること、③産婦健康診査の結果、支援が必
要と判断される産婦に対して、産後ケア事業を
実施することである（厚生労働省 b, 2017）。
この事業は、成育疾患克服等次世代育成総合研
究事業「妊産婦のメンタルヘルスの実態把握及
び介入方法に関する研究」が基となっており、
その研究の産後健診に特化した結果として、①
妊産婦の精神的リスク率はベースとして約
10% あり、産後 2 週がピークである。産後 1
か月も高率であり、産後 3 カ月でベースライン
に戻る。この傾向は特に初産婦が顕著で、産後
2 週間では 4 人に 1 人がメンタルヘルスの問題
を抱えている。②産後の「日本版エジンバラ産
後うつ病自己評価表^{注 1)}（以下 EPDS と表記す
る）」ともっとも評価が相関するのは妊娠 20 週
ごろであり、妊娠中からメンタルヘルスに注目
して健診を行うことが大切である。③分娩後 3
か月におけるメンタルヘルスハイリスクあるい
は虐待行動に関する因子は「精神的不安定状
態」「妊娠・育児支援体制不足」「身体症状・母乳
分泌不全」の 3 つに集約された。④産後健診で
現在多用されている EPDS は総得点のみで判
断するのではなく、「無快感」「不安」「うつ」「処

理能力低下」「自傷」などの各因子を考慮し、人
間関係を醸成したうえで評価しなければならない
ことが挙げられている（久保, 2017）。

産婦健康診査事業における費用の助成が平成
29 年に始まってから、今年で 7 年目となり、
各医療施設では新たに産後 2 週間健診を取り入
れ独自に工夫を行いその効果を報告している。

本研究では厚生労働省産婦健康診査事業の実
施要件 3 項目の中の、①産婦健康診査における
母体の身体的機能の回復、授乳状況及び精神状
態の把握に着目し、平成 29 年度以降に各施設
で実施された産後 2 週間健診に関する文献レ
ビューを行うことを目的とする。産後 2 週間健
診の実態について明らかにすることで産後の育
児不安や産後うつ、新生児への虐待防止などに
繋がり産後 2 週間健診事業への示唆が得られ意
義があると考ええる。

注 1：日本版エジンバラ産後うつ病自己評価
表（EPDS）とは、産後うつ病をスクリーニ
ングするために英国の Cox らが開発した自
己報告式の質問紙であり、国内では岡野ら
が翻訳し日本版が作成された。質問は 10 項
目あり、各項目の得点（0～3 点）を合計し
て評価する。日本語版のカットオフ値は 9
点だが、9 点以上が直ちに産後うつ病と診断
される訳ではない（公益社団法人日本産婦
人科医会, 2021）。

II. 方法

1. 文献の選択

研究目的から、国内のデータベースである医
学中央雑誌 Web 版にて検索を行った。産婦健
康診査事業が開始された平成 29 年度以降に調
査された「原著論文」および「研究報告」とし、
キーワードは「産後 2 週間健診」とした（図 1）。

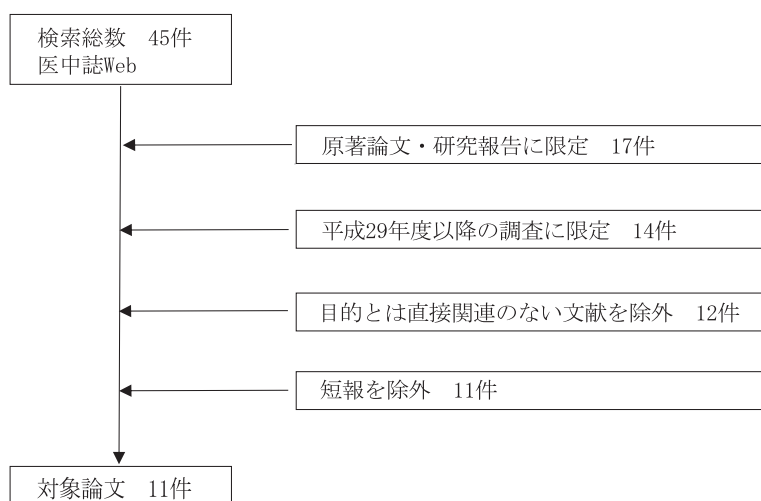


図1. 文献検討の結果

2. 文献分析方法

対象文献を精読し、出版年、研究方法、目的、研究内容、研究対象者について整理し、研究から導き出された結果を産婦健康診査における母体の身体的機能の回復、授乳状況及び精神状態の把握などの実態について記述されている一文を抜き出し1コードとした。得られたコードを質的帰納的に分析し、サブカテゴリ、カテゴリにまとめた。カテゴリ名を命名するにあたり、研究代表者及び研究分担者間で検討し、信頼性妥当性の確保に努めた。

Ⅲ. 結果

1. 結果の分類

文献検索及び選定条件から全部で14件が検出されたが、今回の目的である産後2週間健診に着目した結果、大きく主題からずれていると判断されるもの、短報を除外した11件の原著論文と報告を本研究の対象文献とした（表1）。

1) 年度別発表論文数

2019年が1件、2020年が1件、2021年が3件、2022年が3件、2023年が2件、2024年が1件であった。

2) 研究対象

産後2週間の母親を対象とした文献が9件、産科病棟スタッフを対象とした文献が1件、助産師を対象とした文献が1件であった。

3) 研究方法

研究方法は、「日本版エジンバラ産後うつ病自己評価表」(EPDS) の得点を使用したものが5件、無記名自記式質問紙が3件、インタビューが1件、記述分析が1件、準実験が1件であった。

2. 研究結果

分析の結果、28のコード、10のサブカテゴリ、4のカテゴリ【産後の不安要因】【産後2週間健診の効果】【EPDS活用の実際】【母親が求める産後ケア・ニーズ】が得られた（表2）。以下、本文においてカテゴリを【】、サブカテゴリを[]、コードを〈〉で示す。

【産後の不安要因】のカテゴリは[母親の身体に対する不安]、[母親の精神面に対する不安]、[育児に対する不安]、[支援に対する不安]から構成された。[母親の身体に対する不安]として、〈育児不安の要因は、産後の疲労感であった〉が挙げられ、身体の疲労感が精神的にも影響していた。[母親の精神面に対する不安]では〈精神的な不安の要因は、不安定な情緒で

表 1. 産後2週間健診についての研究概要

著者 研究方法	目的	研究内容	研究対象
森本真寿代他 インタビュー	出産後の母親が退院後早期に感じる育児不安の要因を明らかにする。	退院後から産後2週間健診での面接までに育児で最も不安になった時期と内容、気持ち、育児に影響を及ぼすことなどの質問を行い、自由な回答を得て内容分析。	産後2週間健診を受けた母親11名 (パートナーがいない、別居中は除外)
小山直子他 無記名自記式 質問紙調査	A病院で行っている産後2週間健診の指導の効果と今後の課題を明らかにする。	①産後2週間ごろの母親からよくある相談事【授乳】【おっぱい】【赤ちゃん】【母の身体】について。②産後2週間健診を受けて良かったか、よくある相談事は解決したか、今後の健診体制について。	産後2週間健診を受診した母親68名 初産婦：46名 経産婦：22名
許由希他 無記名自記式 質問紙調査	産後1週間以内の新生児訪問と2週間健診に対する褥婦のニーズや満足度、今後の課題を明らかにし、より充実した産後ケアサービスを検討する。	新生児訪問を受けようと思った理由と受けて良かったこと、産後2週間健診を受診した理由と受けて良かったこと。産後2週間健診を受けなかった理由について。	初産婦75名のうち 新生児訪問受診者：20名 (26.7%) 産後2週間健診受診者：62名 (82.7%)
星野真希子他 無記名自記式 質問紙調査	産後2週間の母親の困りごとと産後ケアに対するニーズを明らかにし、必要とされる産後ケアのあり方を考察する。	【困りごと】母親自身に関すること、児に関すること 先行研究から項目を作成＋自由記述。 【産後ケアニーズ】健康研究のニーズの高い上位項目と自治体で実施されている産後の家事・育児支援事業内容を参考に項目を設定。産後ケア施設の形態別認知度、利用希望、その理由について。	正期産で出産し産後2週間健診を受診した母親136名 初産婦：68名 経産婦：68名 (分娩様式は問わない)
森陽子他 EPDS	産後2週間健診でのEPDS高得点者のもつ背景因子について検討し、今後の課題について考察する。	産後2週間健診でのEPDS高得点者のもつ背景因子について検討し今後の課題について考察。 診療録より分娩時年齢、分娩歴、分娩週数、不妊治療の有無、里帰り分娩の有無、母体搬送の有無、今回妊娠中の入院の有無、妊娠リスクの有無、精神疾患既往、分娩様式、経産婦分娩での所要時間、分娩時出血量、児の出生時体重、児の性別、児のアプガースコア、児のNICU、GCU、SCU入院の有無、人工乳使用の有無について。	産後2週間健診を受けた母親535名 (単胎分娩)
川城由紀子他 EPDS	産後2週間の母親の心理的健康状態を評価し、助産師による産後2週間健診が心理的健康状態にもたらす効果を初経産において検証する。	2週間健診前後の心理的健康状態（育児不安尺度、赤ちゃんへの気持ち質問票（MIBS）、EPDS）。	産後2週間健診を受診した母親170名 初産婦：130名 経産婦：40名 (精神疾患有は除外)
鈴木由貴他 EPDS	産後2週間健診の受診が母親の心理状況に及ぼす影響を明らかにする。	産後2週間健診受診群とA群（産後2週間健診導入前の1か月健診のみ受診）B群（産後2週間健診導入後、1か月健診のみ受診）の比較検討 ①母親の心理状況 EPDS、MIBS 産後2日目、産後2週間健診、1か月健診での自記式質問紙調査。 ②授乳困難感 産後2週間健診、1か月健診時の有無。 ③産後2週間健診を受けた感想。	産後2週間健診・1か月健診受診群：25名 A群：産後2週間健診導入前の1か月健診のみ受診：373名 B群：産後2週間健診導入後、1か月健診のみ受診：54名
古賀真也子他 EPDS	産後良好なメンタルヘルスへの効果的な支援のため、2週間、1か月健診でのEPDSを通して、母親のメンタルヘルスの現状および、メンタルヘルスの不調をきたす要因を明確にする。	産後2週間健診と1か月健診両方を受診した母親の、産後2週間健診時と1か月健診時のEPDSの回答、及び面接時に対象より聞かれた発言（産婦が困難を感じる具体的な要因について）、カルテ、助産録からの情報との関連。	産後2週間健診と1か月健診両方を受診した母親292名。
高野あづさ他 EPDS	安心で安寧な育児期に母親が移行できるような予防的介入のため、妊娠期からの潜在的な産後うつ発症リスクを明らかにする。	産後2週間健診と1か月健診時のEPDS得点と、カルテ・問診表からの情報集（初診時の週数、産科合併症、不妊治療の有無、里帰りの有無、入院歴、母体搬送の有無、分娩方法、分娩時の医療介入の有無、年齢、妊娠回数、分娩回数、流産回数、中絶回数、飲酒歴、喫煙歴、甲状腺疾患の既往、精神疾患の既往、家族の精神疾患の既往、就業状況）との関連。	産後2週間健診と1か月健診を受診した母親498名
榎野久美子他 準実験研究	産後2週間健診のマニュアルの評価・修正に取り組む、スタッフ全員が共通理解のもと、自立して産後2週間健診が実施できることで産婦メンタルヘルスケアの充実につなげる。	産科病棟スタッフに対し、産後2週間健診に対する理解度や困難点、改善点などの意見について調査を行った後、マニュアルの評価・修正実施。産婦メンタルヘルスについての勉強会（育児チェックリスト、EPDS、MIBSの解釈・評価方法、ロールプレイによる面談の実践、EPDSについての講義）を実施し、その後再度スタッフに2回目のアンケート調査。	産科病棟スタッフ31名 (経験年数1年目、師長は除外)
三加るり子他 記述的研究	EPDS陽性者が多い産後2週間健診時にリスクの高い40歳以上の後年初産婦を支援する医療施設勤務の助産師に焦点を当て、助産師の視点および支援を明らかにする。	産後2週間健診で40歳以上の高年初産婦を担当した助産師に対し、半構成的面接法にて「2週間健診で40歳以上の高年初産婦の方と接する際に気を付けていることを教えてください」「40歳以上の高年初産婦の方に対応する際に必要な援助について実践していることを具体的に教えてください」などインタビューガイドに沿って実施し、質的記述的に抽象化。	産後2週間健診で40歳以上の高年初産婦を担当した助産師7名

表 2. 産後2週間健診についての研究分析から明らかになった結果

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
産後の不安要因	母親の身体に対する不安	・育児不安の要因は、産後の疲労感であった。 ・産婦が困難を感じる要因は、自身の体調などであった。 ・母親の困りごとは、睡眠不足、疲労であった。 ・40歳以上の高年初産婦は身体的負担が大きい育児のため、育児への適応に多くの援助を要する性質がある。
	母親の精神面に対する不安	・初産婦は自宅以外にいる者の方が、自宅にいる者よりもいらいをあげる者が有意に多かった。 ・精神的な不安の要因は、不安定な情緒であった。
	育児に対する不安	・育児不安の要因は、育児のイメージ不足、母乳育児の自信のなさ、育児困難感、多様な情報への戸惑いであった。 ・産婦が困難を感じる要因は、授乳についてであった。 ・母親の困りごとは、初産婦では授乳があげられた。
	支援に対する不安	・育児不安の要因は育児支援環境の不足、身近な育児支援者不足である。 ・産婦が困難を感じる要因は、周囲の人との関係、サポート不足であった。
産後2週間健診の効果	産後2週間健診による不安の軽減	・初産・経産婦ともに、産後2週間健診における指導は、産後の母親の不安や悩みの軽減に効果があった。 ・産後2週間健診受診群は未受診群よりも、1か月健診時の抑うつ症状および子どもに対する否定的な感情が低下する傾向があった。 ・産後2週間健診によって、イライラの状態、育児不安徴候は有意な低下がみられた。
	授乳指導による困難感の軽減	・初産婦に対する指導の効果が高いが、経産婦にとっても授乳・育児手技に対する不安の軽減につながっている。 ・産後2週間健診受診群の授乳困難感は、有意に1か月健診時に減少した。 ・母乳分泌量の確認ができていたり、気分転換になったことで満足度が高い。
E活用の実際	EPDS得点が高い要因と育児不安	・育児不安尺度の育児不安徴候とEPDS得点は、初産婦が有意に高い。 ・育児に慣れておらず、多忙な時期にEPDS得点が高い。 ・EPDS得点が高い要因は、母親と夫の年齢が若い、妊娠・分娩回数が少ない、児の出生時体重が少ない、精神疾患既往がある、里帰りをしている、母体搬送を経験したであった。
	EPDS9点以上のリスク因子	・人工乳の使用はEPDS9点以上のリスク因子である。 ・初産婦、精神疾患既往はEPDS9点以上の有意なリスク因子である。
産後ケアが求められるニーズ	産後における母親自身のケアのニーズ	・産後ケアの認知度は低かったが、病院に通って受けられるケアや助産師等の訪問型のケアの利用希望者が多い。 ・初産・経産婦共に授乳・乳房ケアに対するニーズが高い。 ・産後ケアのニーズは、母親自身の疲労回復のためのマッサージや授乳相談、家事援助が期待されていた。
	児の発育に関する相談や援助への期待	・児の発育に関するニーズが高い。 ・産後ケアのニーズは、児の健康チェック・育児相談・育児援助であった。 ・産婦が困難を感じる要因は、児の体調について、児の扱いについてであった。

あった〉が挙げられ、産後うつ病の特徴である原因は明らかではないが何となく情緒が不安定である状態を表していた。[育児に対する不安]では、〈育児不安の要因は、育児のイメージ不足、母乳育児の自信のなさ、育児困難感、多様な情報への戸惑いであった〉など主観的感情要因が挙げられた。[支援に対する不安]は、〈育児不安の要因は育児支援環境の不足、身近な育児支援者不足である〉など外的な要因であった。

【産後2週間健診の効果】のカテゴリは「産後2週間健診による不安の軽減」と「授乳指導による困難感の軽減」から構成された。[産後2週間健診による不安の軽減]では、〈初産・経産婦ともに、産後2週間健診における指導は、産後の母親の不安や悩みの軽減に効果があった〉、〈産後2週間健診受診群は未受診群よりも、1か月健診時の抑うつ症状および子どもに対する否定的な感情が低下する傾向があった〉という健診の効果が得られていた。[授乳指導による困難感の軽減]では、〈特に初産婦に対する指導の効果が高いが、経産婦にとっても授乳・育児手技に対する不安の軽減につながっている〉、〈産後2週間健診の受診者は、1か月健診時に有意に授乳困難感が軽減した〉、〈母乳分泌量の確認ができていたり、気分転換になったことへの満足度が高い〉などの効果が得られた。

【EPDS活用の実際】のカテゴリは「EPDS得点が高い要因と育児不安」、[EPDS9点以上のリスク因子]から構成された。[EPDS得点が高い要因と育児不安]では、要因として〈育児不安尺度の育児不安徴候とEPDS得点は、初産婦が有意に高い〉、〈EPDS得点が高い要因は、母親と夫の年齢が若い、妊娠・分娩回数が少ない、児の出生時体重が少ない、精神疾患既往がある、里帰りをしている、母体搬送を経験したであった〉が挙げられた。特に「EPDS9点以上のリスク因子」では〈人工乳の使用はEPDS9点以上のリスク因子である〉、〈初産婦、精神疾患既往はEPDS9点以上の有意なリスク因子である〉とリスク因子が特定された。

【母親が求める産後ケア・ニーズ】のカテゴリは「産後における母親自身のケアのニーズ」と「児の発育に関する相談や援助への期待」から構成された。[産後における母親自身のケアのニーズ]では、〈産後ケアの認知度は低かったが、病院に通って受けられるケアや助産師等の訪問型のケアの利用希望者が多い〉、〈産後ケアのニーズは、母親自身の疲労回復のためのマッサージや授乳相談、家事援助が期待されていた〉などが挙がり、[児の発育に関する相談や援助への期待]では、〈産後ケアのニーズは、児の健康チェック・育児相談・育児援助であった〉、〈産婦が困難を感じる要因は、児の体調について、児の扱いについてであった〉など育児に関する具体的な項目であった。

IV. 考察

1. 母親が抱える不安と産後2週間健診の意義

1) 産後の不安要因

山崎ら（2015）は、産後の疲労感とは、産後の身体的特性や育児によって睡眠時間の減少および睡眠の質が低下し、身体的および精神的ストレス状態が持続する主観的な現象と定義し、抑うつ状態とも関連していると報告している。特に40歳以上の高年齢初産婦については身体的負担が大きく、[母親の身体に対する不安]を減少させるためには、疲労の蓄積を防ぐための支援が重要である。そのためには、母親の身近な周囲の人々が支援をすること、また産後ケアの利用などソーシャルサポートを活用することが大切である。

[母親の精神面に対する不安]について〈精神的な不安の要因は、不安定な情緒であった〉が挙げられた。不安定な情緒とはいってもより敏感に感じすぎるや漠然とした不安がある、意味もなく悲しい気分になるなど産後の精神的不安定な時期独特の自己コントロールできない不安定な状態（森本他，2024）であり、支援を行う

時期を適切に判断する必要があると思われる。

〔育児に対する不安〕について〈育児不安の要因は、育児のイメージ不足、母乳育児の自信のなさ、育児困難感、多様な情報への戸惑いであった〉が挙げられた。近年の核家族化少子化により、妊娠出産前に子育てを経験することが少なく育児をイメージする機会が消失しているためであろう。育児困難感とは児の特徴や症状に対する母親の理解が伴わず、児を育てにくいと感じる主観的な感情（森本他, 2024）であり、相談できる窓口を準備しておくことが大切である。

〔支援に対する不安〕として、〈育児不安の要因は育児支援環境の不足、身近な育児支援者不足である〉という外的な要因が挙げられた。育児へのサポートが減少している現代で、ソーシャルサポートが充実することは、子どもの成長や育児の苦悩を承認してもらう体験につながり、育児の孤立化の予防に寄与すると考えられ、竹村ら（2023）が指摘するように、母親が自らの特性にあったソーシャルサポートの担い手や種類を選択する力が必要である。

2）産後2週間健診の効果について

令和4年に野村総合研究所が行った調査では、産後2週間健診を実施している市町村は65.2%（ハイリスク者に対してのみ実施は0.6%）、1か月健診は75.7%であり、産後2週間健診の受診率は80%を超えている市町村は6割と少なく、1か月健診は8割超の市町村が80%であった（野村総合研究所, 2023）。今回レビューした文献での調査施設は全て産後2週間健診を取り入れていたが、全国的には普及はまだ発展途上の様子である。

〈初産・経産婦ともに、産後2週間健診における指導は、産後の母親の不安や悩みの軽減に効果があった〉、〈産後2週間健診受診群は未受診群よりも、1か月健診時の抑うつ症状および子どもに対する否定的な感情が低下する傾向があった〉というように「産後2週間健診による不安の軽減」により【産後2週間健診の効果】

に繋がっていた。最近では、出産後の入院期間が短くなり、産後新生児も含め母親に支援できる時期は4～5日程度である。医療施設から退院して約1週間経った産後2週間の時期は、母親が手探りで育児を進めており不安が増大する時期とも言える。現在向き合っている不安を解決していくためには、知識を得て技術を真似て習得していくことが必要であり、母親を囲む人々（医療職者・夫・家族・友人など）が支援することで初めて実現できる。母親によっては支援者があまりいないこともあるかもしれないが、妊娠褥婦の精神的リスクが最も高くなる産後2週間という時期に、出産に関わった医療職者によって母親が望んでいる支援を提供することにより精神的安定へとつながっていることが明らかとなった。

〈産後2週間健診受診群の授乳困難感は、有意に1か月健診時に減少した〉というように、産後2週間健診での「授乳指導による困難感の軽減」がみられた。授乳状況は、退院後乳房の変化や児の成長により日々変化していく。日野ら（2012）は、授乳困難感が1か月健診時に減少したのは産後2週間健診で母乳栄養を推進したことにより、児の体重増加に影響を与えることなく1か月健診時の完全母乳の割合が増加したためであるという報告しており、〈母乳分泌量の確認ができたり、気分転換になったことで満足度が高い〉ことから、産後2週間健診での授乳指導の効果は大きいことがわかる。

3）EPDS 活用の実際

EPDS 得点が高い要因と EPDS9 点以上のリスク因子の両方に当てはまった初産婦と精神疾患の既往がある母親については、妊娠中から活用できる EPDS を使用して母親の精神状態を把握し、必要に応じて精神科や心理士への相談に繋げることや、市町村への情報提供を行い連携した支援ができる体制作りが大切である。

その他の EPDS 得点が高い要因であった若年の母親は、パートナーや家族との関係、経済状況など環境が整っていない場合が多いため、

不安が強く表れることが予想される。また、永井ら（2013）はNICU入院児の母親は、産後1週の時点で全ての母親が抑うつ陽性であったが、本来の出産予定日後の1か月、3か月時点では経時的に低下したと述べており、「児の出生時体重が少ない」「児の入院率が高い」ことは母親を抑うつ傾向にさせる十分な要因である。「緊急帝王切開」「異常分娩」については、国内外でEPDS高値となる要因と言われているが、嵩元ら（2020）も、異常分娩群は正常分娩群よりも産後1か月時と3か月時のEPDSが有意に高いことを報告している。緊急時に母親が同意して帝王切開術などを受け入れたとしても、母親がイメージしていた出産が思い通りにならなかったことや児の状態などにより、抑うつ状態になりやすいのではないかと推察する。

「人工乳の使用」はEPDS9点以上のリスク因子であった。志水ら（2019）は入院中および産後2週間健診時のハイリスク者は人工乳補足群で多かったと報告している。古川ら（2013）によると、完全母乳利用継続を困難にする要因としての人工乳の補足は、「母乳不足感」「育児経験なし」「乳頭形態異常あり」「出生時体重2500g未満」と有意に関連しており、人工乳を補足した理由は「児の啼泣」によるものが多かったと報告している。

これらのことから、EPDSの得点が高くなる要因やリスク因子を減らすためには、思春期からの性教育を充実させることによる望まない出産の予防、妊娠中の精神疾患などの合併症の把握、妊娠中から異常分娩にならないように食事指導や体重管理、育児を見据えた準備教育などの保健指導を充実させる（石黒他，2021）ことなどにより、解決していくことが可能である。また妊娠中にRubin,R.の母親役割獲得過程を想定した教室を開催し経験させるなど、妊娠中、または妊娠前からの子どもとの関りや育児体験を増やすことが対策の一つとなると考える。

2. 産後の母親が求める支援と産後2週間健診への今後の示唆

1) 産後の母親が求めるケア・ニーズ

産後ケアのニーズとして、「産後における母親自身のケアのニーズ」と「児の発育に関する相談や援助への期待」が挙げられた。

母親自身に対するケアは、〈産後ケアのニーズは、母親自身の疲労回復のためのマッサージや授乳相談、家事援助が期待されていた〉というように授乳や乳房ケアはもちろん、母親自身の疲労回復のためのマッサージや家事援助など、育児以外のものが含まれていた。井上ら（2015）の調査によると、妊娠中・出産後に受けた母乳育児支援の項目の中で、体のリラックスをあげたのは経産婦であった。上の子どもがいる、または出産年齢が上昇している中で育児は身体的疲労につながっていることが分かる。〈産後ケアの認知度は低かったが、病院に通って受けられるケアや助産師等の訪問型のケアの利用希望者が多い〉というように、産後ケアについて、認知度はまだ低く、医療職者からの情報の提供や母親自らが情報にアクセスできる情報公開のツールや方法の検討が必要であると言われている（佐々木他，2024）。産後ケア事業にどのようなサービスがあるのか、利用するとどのような利点があるのか、という母親視点で利用を自分の状況に合わせて選択できるように情報を提供することと、医療職者側からこの母親にはこのようなサービスが必要ではないかと判断し、母親へ提案するという関りをスムーズにすることが出来るようにしていきたい。

育児をする中で児の成長・発達について悩まない母親はいないだろう。〈産後ケアのニーズは、児の健康チェック・育児相談・育児援助であった〉というように、退院後手探りでやってきた授乳が十分であったか、子どもは満足に生活・成長できているのかなど母親の心配は多い。産後2週間健診での児の成長・発達の診察・評価は、そこまでの母親が行ってきた育児への

評価と成りうる。そして、育児や授乳に関する指導を追加して受けることにより、今後の育児に自信を持って取り組むことが出来ると思われる。

2) 産後2週間健診事業の今後の示唆

本研究は、厚生労働省産婦健康診査事業の実施要件3項目の中の、①産婦健康診査における母体の身体的機能の回復、授乳状況及び精神状態の把握に着目し分析を行った。その他の②産婦健康診査の結果が健康実施機関から市町村へ速やかに報告されるよう体制を整備すること③産婦健康診査の結果、支援が必要と判断される産婦に対して、産後ケア事業を実施することの2項目についての分析は行っていない。しかし、今回のレビューを通して、産後2週間健診事業を効果的に進めていくためには、①医療スタッフの指導技術とメンタルヘルスのサポート能力の向上と統一、施設での教育体制の整備、②支援の拡充（産後うつのハイリスク因子を持つ母親に対して妊娠中から関り継続的介入を行う、産後2週間健診の指導内容について効果を高めるような支援方法を再検討する、産後ケアサービスの支援の拡充や母親への説明）、③地域・多職種との連携が重要であると考えられた。

3. 研究の限界と課題

本研究では、厚生労働省産婦健康診査事業における費用の助成が始まった平成29年度以降の国内の文献のみの対象であること、今回文献検索で利用したデータベースは医中誌Webに限定されていることから、産後2週間健診の一般化には限界がある。今後は、国内に限らず海外における産後うつの実態や対策などに目を向けて産婦健康診査事業のありかたについて検討していくことが課題である。

V. 結論

厚生労働省産婦健康診査事業の産後2週間健診における、母体の身体的機能の回復、授乳状況及び精神状態の把握に着目し分析を行った結果、【産後の不安要因】【産後2週間健診の効果】【EPDSの活用の実際】【母親が求める産後ケア・ニーズ】のカテゴリが得られた。

1. 母親が抱える不安の要因には、母親の身体に対する不安、母親の精神面に対する不安、育児に対する不安、支援に対する不安があげられた。
2. 産後2週間健診により、母親の不安や悩みが軽減し、1か月健診時の抑うつ症状や子どもに対する否定的な感情が低下していた。また授乳や育児手技の不安も軽減した。
3. EPDS得点が高い要因が明らかとなり、妊娠中からEPDS得点を把握することで看護介入を考慮することができると示唆された。
4. 母親が求める産後ケア・ニーズとして、産後の母親自身に対するものと児の発育に関する相談や援助への期待があげられた。産後ケアについての認知度が低いため、情報を発信していく必要があることと考えられた。

参考文献

- 石黒陽子, 松本祥子, 小野莉里果 (2021) 産後うつ傾向の変化と要因の分析. 日本看護学会論文集：ヘルスプロモーション・精神看護・在宅看護. 51：21-24.
- 井上理絵, 富岡美佳, 梅崎みどり, 流舞衣 (2015) 妊婦が希望する妊娠中の母乳育児支援—初産婦と経産婦の比較—. 山陽論叢. 22：1-9.
- 川城由紀子, 石井邦子, 北川良子, 大滝千智, 小路和子, 吉村園子, 浅野輝子, 白井佐紀, 窪谷潔 (2020) 助産師による産後2週間健診が母親の心理健康状態にもたらす効果.

- 千葉県立保健医療大学紀要. 11 (1) : 11-18.
- 許由希, 河西久実, 山根佳奈美 (2022) 新生児訪問と産後2週間健診の実態調査～褥婦の求めるニーズの把握と切れ目のない支援を目指して～. 大阪府済生会中津病院年報. 32 (2) : 242-244.
- 久保隆彦 (2017) 産後2週間健診、1か月健診は必要な理由と、見るべきポイント. 助産雑誌. 71 (9) : 666-674.
- 古賀真也子, 久永房子, 内木場さやか, 坂口愛乃 (2023) 産婦健診における産婦のメンタルヘルスと効果的な産後支援について～産後2週間健診、1か月健診でEPDS使用しての調査・分析より～. 鹿児島県母性衛生学会誌. 27 : 16-20.
- 小山直子, 中島英子, 小澤万純, 徳田真理子 (2023) A 病院の産後2週間健診における指導の効果と今後の課題—初産・経産婦の比較から—. 日本看護学会誌. 18 (2) : 117-124.
- 佐々木萌, 林猪都子, 永松いずみ, 徳丸由布子 (2024) 妊婦における産後ケア事業の認知度および利用への意識. 母性衛生. 64 (4) : 691-697.
- 志水香保里, 龍見信哉, 山崎峰夫 (2019) 産後健診時における母乳栄養確立阻害因子の検討. 周産期医学. 49 (3) : 350-354.
- 鈴木由貴, 佐々木あゆみ, 佐藤李花, 木村恵美, 前田加奈美 (2022) 産後2週間健診の受診が母親の心理状況に及ぼす影響. KKR 札幌医療センター医学雑誌. 19 (1) : 47-51.
- 高野あづさ, 田村明音, 森みち子, 立岡弓子 (2019) A 病院で出産した母親の産後うつに関する背景要因の検討～エジンバラ産後うつ病自己評価表を用いて～. 滋賀母性衛生学会誌. 19 (1) : 29-34.
- 嵩元リカ, 大嶺ふじ子, 遠藤由美子, 玉城陽子, 高山智美, 與那嶺佳奈子, 川満恵子 (2020) 異常分娩を経験した女性の出産後3か月間のレジリエンスと抑うつ状態—正常分娩を経験した女性との比較から—. 母性衛生. 61 (1) : 112-122.
- 竹村民千佳, 久保田君枝 (2023) 母親の育児における自立に関する文献検討. せいいい看護学会誌. 14 (1) : 10-18.
- 日野京子, 山内純子, 藤川節子, 前田真奈子, 高橋勝子 (2012) 産後2週間健診による完全母乳栄養への効果. 日本看護学会論文集 母性看護. 42 : 47-50.
- 永井幸代, 野村香代 (2013) 新生児行動評価 (NBAS) を用いた育児支援—超低出生体重児の母親への有効性の検討—. 児心身誌. 22 (3) : 215-220.
- 藤岡奈美, 亀崎明子, 河本恵理, 塩道敦子, 坪井陽子, 藤井陽子 (2014) 初産婦が産褥早期に育児困難感を抱く要因—出産後から5日間の短期縦断調査より—母性衛生. 54 (4) : 563-570.
- 古川隆子, 富本和彦 (2013) 完全母乳栄養継続を困難にする要因の検討—人工乳補足に至る要因を探る—第1報. 外来小児科. 16 (2) : 170-177.
- 星野真希子, 鈴木幸子, 千葉真希子 (2021) 産後2週間健診の母親の困りごとと産後ケアに対するニーズ. 保健医療福祉科学. 11 : 1-8.
- 檜野久美子, 田中直美, 谷上友理, 秋山香里, 小倉奈々美, 川内愛紗, 黒住萌杏, 荒木千尋, 山下莉絵子, 香川衣美, 松木由美 (2022) A 病院の産後2週間健診の取り組み～産婦メンタルヘルス充実に向けたマニュアル修正～. 香川母性衛生学会誌. 22 (1) : 35-40.
- 三加るり子, 西村香織, 工藤里香, 松井弘美 (2022) 40歳以上の高年初産婦に特化した産後2週間健診における助産師の視点と支援. 母性衛生. 63 (1) : 293-301.
- 森陽子, 櫻井梓, 山内綱大, 原田由里子, 原田龍介, 原裕子, 佐藤幸保, 後藤真樹 (2022) 当院で産後2週間健診時に施行したエジンバラ産後うつ病質問票の得点の検討. 現代産婦人科. 70 (2) : 277-282.
- 森本眞寿代, 高守史子, 川口淳, 永松美雪, 濱

- 寄真由美（2024）母親が退院早期に感じる育兒不安の要因．母性衛生．65（1）：105-111.
- 山崎圭子，高木廣文，齋藤益子（2015）産褥早期における「産後の疲労感」尺度の開発と信頼性・妥当性の検討．母性衛生．55（4）：711-720.
- 公益社団法人日本産婦人科医会（2021）．妊産婦メンタルヘルスマニュアル～産後ケアへの切れ目のない支援に向けて～．中外医学社．95-96.
- 日本産婦人科医会医療安全部／母子保健部 関沢明彦．自殺による妊産婦死亡について https://www.cfa.go.jp/councils/shingikai/gyakutai_（閲覧日：2024年9月2日）
- 厚生労働省ホームページ a. 雇用環境・均等局．令和5年度育兒休業取得率の調査結果公表、改正育兒・介護休業法等の概要について．https://ikumen-project.mhlw.go.jp/assets/pdf/event/report_R5_2.pdf（閲覧日：2024年9月2日）
- 厚生労働省ホームページ b. 産前・産後サポート事業ガイドライン産後ケア事業ガイドライン https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisaku_jouhou-11900000-Koyoukintoujidoukatei_kyoku/sanzensangogaidorain.pdf（閲覧日：2024年9月2日）
- こども家庭庁ホームページ a. こども虐待による死亡事例等の検証結果等について（第19次報告）．https://www.cfa.go.jp/councils/shingikai/gyakutai_（閲覧日：2024年9月2日）
- こども家庭庁ホームページ b. 令和4年度少子化の状況及び少子化への対処施策の概況．https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/0ccb3a83-155c-4c5e-888e-8b5cbc9210fe/c6fc81e7/20231220_resources_white-paper_02.pdf（閲覧日：2024年9月2日）
- 内閣府ホームページ．男女共同参画局 第1節教育をめぐる状況．https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r03/zentai/html/honpen/b1_s05_01.html（閲覧日：2024年9月2日）
- 野村総合研究所（2023）令和4年度子ども・子育て支援推進調査研究事業産後ケア事業及び産婦健康診査事業等の実施に関する調査研究事業．https://www.nri.com/-/media/Corporate/jp/Files/PDF/knowledge/report/mcs/20230410_7_02.pdf?la=ja-JP&hash=4567C5A14156C116F0745DAFCB3FE222F549577A（閲覧日：2024年9月24日）

Report

Literature Review on the Actual Conditions of Two-Week Postpartum Health Examinations

Sachiko INOUE, Yuko KOUKETSU, Yuko OOTSUKI

Department of Nursing, Faculty of Health Science, Tsukuba International University

Abstract

The purpose of this study was to conduct a literature review on the 2-week postpartum health checkups conducted at each facility, focusing on the recovery of the mother's physical functions, lactation status, and mental status during the maternity health checkup. A literature search was conducted in the web version of the Central Journal of Medicine, and 11 articles were selected for review from original papers and research reports investigated since the fiscal year of 2017, when the subsidy for the Maternal Health Examination Project was started. Qualitative analysis yielded the following categories: postpartum anxiety factors, effectiveness of the 2-week postpartum health checkup, actual use of the EPDS, and postpartum care needs of mothers. Mothers' anxiety and distress were reduced by the 2-week postpartum checkup, and the utilization of the "Japanese Edinburgh Postnatal Depression Self-Assessment Scale (EPDS)" revealed factors with high scores, suggesting that nursing intervention can be considered by understanding EPDS scores during pregnancy. The postpartum care needs of mothers included those for themselves and for consultation and assistance regarding their child's development.

Keywords: 2-week postpartum checkup, EPDS, postpartum depression