ISSN 0911-1530
むつ病誌
Med. J. Mutsu
http://www.hospital-mutsu.or.jp/journal.html

原著

# マンパワー不足の地域中核病院における産後 2 週間健診を目指した取り組み

川村静香[1)]、吉村禎子[1)]、八嶋三由紀[2)]

**要旨**：産後、孤独な育児に悩む母親は多く、出産直後は育児への重圧が重なり精神的にも不安定になりやすい状況にあると言われている。しかし、限られた人材、時間の中で退院後の母親を支援する「産後ケア」は確立していないのが現状である。

今回、母親の産後 2 週間の現状、産後 2 週間健診の効果と課題を明らかにするため産後 2 週間健診を実施した。その結果、家族の支援が受けられる環境にあっても育児不安は高く、育児不安軽減のための産後ケアが必要であり、病棟助産師が健診を実施することは退院後に出現した育児不安の軽減に効果が伺われた。導入には業務改善や実施方法などの具体策が必要であり、また地域の産後ケア事業充実への働きが課題として明らかとなった。

**キーワード**：産後 2 週間健診、産後うつ、マンパワー不足

ORIGINAL ARTICLES

# Regional Core Hospital with Manpower Shortage Initiatives Designed for the Second Week Postpartum Health Examination for Mothers

Shizuka KAWAMURA[1)] Sadako YOSHIMURA[1)] Miyuki YASHIMA[2)]

**Abstract**：After childbirth, there are many mothers suffering from solitary child-rearing, and it is said that conditions are set for easily becoming mentally unstable due to the burden of child-rearing immediately after giving birth. However, the current situation is that no “postpartum care” support after discharge has been established due to limited human resources and time.

We conducted actual health examinations for new mothers in order to elucidate the current condition, effectiveness, and problems surrounding the second week health examination. It was shown that, even in environments where family support is available, child-rearing anxiety is high, and postpartum care is necessary to reduce anxiety levels. Midwives in the wards performing health examinations were effective in alleviating anxiety in the mother after discharge. Concrete measures are required for implementation and working towards an enriching postpartum care program was seen as the greatest challenge.

**Key words**: second week postpartum examination, postpartum depression, shortage of manpower

[1)] 3rd-floor ward, Mutsu General Hospital
[2)] Aomori Prefectural Central Hospital
* Corresponding author: S. Kawamura
(nurse@hospital-mutsu.or.jp)
1-2-8 Kogawa-machi, Mutsu 035-8601, Japan
Received for publication, March 16, 2018
Accepted for publication, June 28, 2018

[1)] むつ総合病院三階病棟看護班
[2)] 青森県立中央病院
*責任著者：川村静香
(nurse@hospital-mutsu.or.jp)
〒035-8601 青森県むつ市小川町一丁目２番８号
TEL:0175-22-2111　FAX:0175-22-4439
平成 30 年 3 月 16 日受付
平成 30 年 6 月 28 日受理

## はじめに

女性の社会進出に伴い結婚年齢、出産年齢が遅くなっている中、少子少産化も加速し、妊産褥婦を取り巻く環境は決して恵まれた状況ではない。現場で働く私たちも、実家が離れている、両親が働いていて十分な支援が得られない、夫が不在がちで育児支援が得られないという母親を目の当たりにしている。そのような中で孤独な育児に悩む母親は多く、出産直後は授乳や育児への重圧が重なり精神的にも不安定になりやすい状況にある。産後ケアについては厚生労働省においてもその必要性が提言[1]され、各地域、各施設で様々な産後ケア事業の取り組みが行われ、推奨されている。

平成27年度に「電話訪問による母乳育児支援」をテーマに行ったA病院の研究において、母親からは授乳について、体調や育児のこと、児の成長のことなど多くの悩みが聞かれていた。限られた人材、時間の中で産後2週間の電話訪問を継続することは難しく、入院中に行われる退院指導のなかで退院後の生活スタイルを視野に入れた指導を行ってきた。必要に応じて個別指導や父親や祖母を交えた退院指導も実施してきたが、退院すると育児は主に母親が担うことになり、授乳の不安、睡眠不足、オムツ換えなど慣れない事ばかりの中、疲労困憊でうつ傾向になることがあると考えられる。やはり、退院後1ヶ月健診までの間に実際にケアができる場が必要であると感じていた。

A病院は地域中核病院として地域住民の医療を支えている。平成28年の年間分娩件数は275件で、自然分娩194件（全体の70.5%）、吸引分娩20件（7.3%）、帝王切開術61件（22.2%）であった。平成29年4月において産婦人科医師は4名、助産師10名（病棟師長、外来パート含む）となっている。入院中の関わりで退院後も継続した支援が必要と思われる母親については、地域への情報提供として「妊産婦連絡票」を用いて保健師への連絡はしているものの、退院後は1ヶ月健診まで産後ケアをする場は無く、産後の母親を支援する「産後ケア」は確立していないのが現状であった。

そこで、実際に産後2週間健診を行うことにより、A病院で出産した母親の産後2週間の現状、産後2週間健診の効果・課題を明らかにする。

## 研究目的

産後2週間健診の効果を見るために、産後2週間健診を受けない対照群と産後2週間健診を受ける介入群を比較し、産後2週間健診の効果・課題を明らかにする。

## 研究対象

1. 期間　平成29年10月～12月
2. 対象　A病院で出産した対照群10人及び介入群10人

## 倫理的配慮

1. 分娩後、研究・産後2週間健診の目的を文章および口頭で説明し承諾を得た。
   協力が得られない時でも不利益にならないことを説明した。
2. 同意書は文章化し、退院時に説明し同意を得た。
3. 研究結果・その論文を公表する際、個人が特定されることは無いよう匿名性を守り、対象者へも口頭と文章で説明した。
4. アンケート用紙は使用後破棄する。
5. 倫理審査委員会に研究計画書を提出し承認を受けた。

## 研究方法

1. 分娩後、研究と産後2週間健診の目的を文章および口頭で説明し、承諾を得た。
2. 健診の承諾が得られた母親には予約券・アンケート用紙を渡し、受診方法や持ち物を説明する。
   健診は水曜日の午後、産婦人科外来で行い、予約は14：00から16：00の間で個別に30分程度とする。1日4人までを目安とした。
3. 産後2週間健診を実施する。
   1）母親：血圧・体重測定
   2）児：体重測定・全身観察など
   3）アンケート調査
      ①独自に作成した産後2週間健診時の状態についてのアンケート
      ②エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）
   4）上記1）～3）を基に身体の回復や授乳状況、育児の不安について確認し直接指導する。
   5）医師の診察が必要と思われる症状がある場合は、各科外来診察に切り替える。
   6）EPDSが9点以上の場合や健診後も継続した介入、指導が必要であると思われる対象者については、各市町村の保健師へ連絡する。
   7）産後2週間健診時の状態についてのアンケート、産後2週間健診シートを外来カルテに添付する。
4. 産後1ヶ月健診を実施する。
   1）健診は現在と同じ方法で実施し、産科医師、小児科医師の診察を受ける。
   2）アンケート調査

①産後 2 週間健診についての質問を独自に作成し、対照群と介入群のアンケート調査を実施

②両グループの EPDS

5. 産後 2 週間健診と産後 1 ヶ月健診時の両グループのアンケートの結果を考察する。

## 結果

1. 対象の属性

1）対照群：初産婦 5 名、経産婦 5 名、平均年齢 31.5 歳

2）介入群：初産婦 10 名、平均年齢 28.5 歳

2. 産後 2 週間時のアンケート結果（表 1）

アンケートを持参してもらい、その結果や会話を通して産後ケアを実施した。「赤ちゃんはかわいいと感じる」に 10 名が『そう思う』と回答した。「相談できる人がいる」に『そう思う』が 9 名、「夫または家族はよく手伝ってくれる」は『ややそう思う』6 名『そう思う』4 名であった。「母乳が足りているか心配だ」「赤ちゃんの体重が増えているか心配だ」が『ややそう思う』『そう思う』を合わせ各 7 名と最も多く、次に「もっと休みたい」「傷が痛くて大変だ」「授乳が疲れる」「乳首が痛くてつらい」「授乳がつらい」の順であった。健診では「おっぱいの吸わせ方はこれでいいか」「おへその処置はこれで大丈夫か」「おむつかぶれができた」などの訴えも聞かれ、個別相談や指導を行った。児の体重が増えていることを確認すると全員が安心していた。

表 1　産後 2 週間健診時の状態（介入群）

産後2週間健診時に対面式で回収
回収率　：　100%

0 ： 無回答
1 ： そう思わない
2 ： あまりそう思わない
3 ： どちらでもない
4 ： ややそう思う
5 ： そう思う

| | | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 母乳が足りているか心配だ | 5 | 4 | 5 | 2 | 2 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 |
| 2 | ミルクが足りているか心配だ | 3 | 0 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | 授乳がつらい | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| 4 | 赤ちゃんがすぐ泣いて大変だ | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 |
| 5 | 赤ちゃんの体重が増えているか心配だ | 5 | 4 | 4 | 3 | 2 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 |
| 6 | 赤ちゃんが泣き止まなくてつらい | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | おっぱいが張ってつらい | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 |
| 8 | 乳首が痛くてつらい | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 1 |
| 9 | 授乳が疲れる | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 3 | 1 | 1 | 2 |
| 10 | 相談できる人がいる | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 |
| 11 | 傷が痛くて大変だ | 5 | 1 | 1 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 |
| 12 | 悪露が多いと感じる | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 4 |
| 13 | 育児が楽しくない | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 14 | よく眠れている | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 5 |
| 15 | イライラすることがある | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 |
| 16 | 赤ちゃんはかわいいと感じる | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 17 | 夫または家族はよく手伝ってくれる | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 |
| 18 | もっと休みたいと思う | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 19 | 自分の時間がほしいと思う | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| 20 | 地域の育児支援について知っている | 4 | 3 | 1 | 4 | 2 | 1 | 3 | 5 | 1 | 3 |

3. EPDS 結果（表 2）

1) 対照群からの回答は 5 名（50%）であった。

2）介入群からの回答は、2 週間健診時は 10 名（100%）、1 ヶ月健診時は 7 名（70%）であった。

表 2　両群における産後うつ状態の比較

| 対照群 ： 産後1ヶ月健診時回収　（アンケート回収ボックス）<br>5名回収　回収率：50% | | A | B | C | D | E | F | G | H | I | J |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった | 1 | 0 | | | 1 | 0 | | | 0 | |
| 2 | 物事を楽しみにして待った | 1 | 0 | | | 0 | 0 | | | 0 | |
| 3 | 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた | 3 | 0 | | | 2 | 1 | | | 2 | |
| 4 | はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした | 2 | 0 | | | 3 | 1 | | | 2 | |
| 5 | はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた | 1 | 0 | | | 0 | 1 | | | 2 | |
| 6 | することがたくさんあって大変だった | 3 | 1 | | | 2 | 1 | | | 2 | |
| 7 | 不幸せな気分なので、眠りにくかった | 0 | 0 | | | 0 | 0 | | | 1 | |
| 8 | 悲しくなったり、惨めになったりした | 2 | 0 | | | 2 | 1 | | | 2 | |
| 9 | 不幸せな気分だったので、泣いていた | 1 | 0 | | | 0 | 0 | | | 2 | |
| 10 | 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた | 0 | 0 | | | 0 | 0 | | | 0 | |
| | 点数合計 | 14 | 1 | | | 10 | 5 | | | 13 | |

| 介入群 ： 産後2週間健診時回収　（対面式）<br>10名回収　回収率：100% | | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2 | 物事を楽しみにして待った | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた | 2 | 2 | 2 | 1 | 0 | 2 | 1 | 0 | 1 | 0 |
| 4 | はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした | 3 | 2 | 0 | 0 | 2 | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | することがたくさんあって大変だった | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 7 | 不幸せな気分なので、眠りにくかった | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | 悲しくなったり、惨めになったりした | 0 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | 不幸せな気分だったので、泣いていた | 0 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 点数合計 | 7 | 13 | 11 | 2 | 7 | 8 | 6 | 1 | 3 | 1 |

| 介入群 ： 産後1ヶ月健診時回収　（アンケート回収ボックス）<br>7名回収　回収率：70% | | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった | 0 | | | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2 | 物事を楽しみにして待った | 0 | | | 0 | 1 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた | 2 | | | 1 | 2 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 4 | はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした | 1 | | | 1 | 1 | | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた | 0 | | | 0 | 1 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 6 | することがたくさんあって大変だった | 0 | | | 1 | 1 | | 0 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | 不幸せな気分なので、眠りにくかった | 0 | | | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | 悲しくなったり、惨めになったりした | 0 | | | 0 | 1 | | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | 不幸せな気分だったので、泣いていた | 0 | | | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた | 0 | | | 0 | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | 点数合計 | 3 | | | 3 | 7 | | 2 | 1 | 1 | 1 |

4. 産後 2 週間健診についてのアンケート結果（表 3、表 4）

1) 対照群からの回答は 8 名（80%）であった。（表 3）

「産後 2 週間健診を受けてみたいと思いますか」に対する回答は『そう思う』4 名、『ややそう思う』2 名であった。「来院するのに家族に負担がかかる」は 5 名が『ややそう思う』と回答した。「受診料が発生しても受診するか」は、『受診する』3 名、『料金で決める』2 名であった。自由記載の感想・意見の中には、経産婦でも全員受診できるようにしてほしいとの意見もあった。

2) 介入群からの回答は 10 名（100%）であった。（表 4）

表 3　産後 2 週間健診について（対照群）

産後1ヶ月健診にてアンケートボックスで回収
無記名で8名回収　　回収率80%

| | a | b | c | d | e | f | g | h |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **産後2週間健診を受けてみたいと思いますか**<br>0. 無記名　1. そう思わない<br>2. あまりそう思わない　3. どちらでもない<br>4. ややそう思う　5. そう思う | | | | | | | | |
| 受けてみたい | 5 | 2 | 4 | 2 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 特に必要と思わない（必要性を感じない） | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 1 |
| 来院するのが大変だ | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 1 |
| 来院するのに家族に負担がかかる | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 |
| **受診料が発生しても受診しますか**<br>1. 受診する　2. 受診しない<br>3. 希望のある人のみ　4. その他 | 1 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| **対象者についての希望**<br>1. 全員受診　2. 初産のみ全員<br>3. 希望のある人のみ　4.その他 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 |
| **実施日時・時間についての希望**<br>1. このままで良い（水曜日・午後、1人30分ずつ）<br>2. 希望の曜日にしてほしい<br>3. 相談できる時間を増やしてほしい<br>4. その他 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 |
| **医師の診察を希望しますか**<br>1. 希望する　2. 希望しない　3. その他 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

産後2週間健診についての意見

・経産婦でも初産の時とは違う症状が出てきて不安になる事がありました。赤ちゃんも違うので、ぜひ全員参加できるようにしてほしいです。

「産後 2 週間健診を受けてどうでしたか」に対する回答は、「悩みを聞いてもらえた」「困っていることを話すことができた」「心配なことが確認できた」「気になっていたことが聞けて安心した」「心配なことが解決できた」において、『そう思う』9 名、『ややそう思う』1 名であった。「来院するのに家族に負担がかかる」は 4 名が『ややそう思う』と回答した。「受診料が発生しても受診するか」は、『受診する』5 名、『料金で決める』5 名であった。

自由記載の感想・意見は、心配事や不安を聞くことができて良かったという意見が多かった。

3）両グループとも、「対象者」については『希望のある人のみ』、「実施日時」については『このままで良い』、「医師の診察」については『希望する』との回答が一番多かった。

5．産後 2 週間健診の実施日数と勤務状況

産後 2 週間健診は助産師 B、C が担当した。2 人とも健診に立ち合いできたのは 2 日間あり、それ以外は 1 名で実施した。健診は 1 日 1〜2 名の実施となり、B が日勤で実施したのは 2 日間、日勤以外は 3 日間であった。C が日勤で実施したのは 1 日、日勤以外は 3 日間であった。

表 4　産後 2 週間健診について（介入群）

産後1ヶ月健診時にアンケートボックスで回収
無記名で10名回収　　回収率100%

| | i | j | k | l | m | n | o | p | q | r |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **産後2週間健診を受けてどうでしたか**<br>0. 無記名　1. そう思わない<br>2. あまりそう思わない　3. どちらでもない<br>4. ややそう思う　5. そう思う | | | | | | | | | | |
| 悩みを聞いてもらえた | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 困っていることを話すことができた | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 心配なことが確認できた | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 気になっていたことが聞けて安心した | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 心配なことが解決できた | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 |
| 特に必要と思わない（必要性を感じない） | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| 来院するのが大変だ | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 |
| 来院するのに家族に負担がかかる | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 |
| **受診料が発生しても受診しますか**<br>1. 受診する　2. 受診しない<br>3. 希望のある人のみ　4. その他 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| **対象者についての希望**<br>1. 全員受診　2. 初産のみ全員<br>3. 希望のある人のみ　4.その他 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 |
| **実施日時・時間についての希望**<br>1. このままで良い（水曜日・午後、1人30分ずつ）<br>2. 希望の曜日にしてほしい<br>3. 相談できる時間を増やしてほしい<br>4. その他 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 |
| **医師の診察を希望しますか**<br>1. 希望する　2. 希望しない　3. その他 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 |

産後2週間健診についての意見

・退院してからの1週間、このままでいいのか心配なタイミングに健診に来れて、今後の子育ての仕方（授乳の回数など）が聞けて本当に良かった。
・退院してから悩みや心配なことが出てきたので、2週間健診で聞けることはとても安心できた。　入院中から顔を知ってる方に見てもらうのは色々と聞きやすい。
・少しでも不安に感じたことを聞けたと同時に、ちょっとしたことも親身になって話を聞いてもらい指導をしてもらえたので安心につながった。ぜひ今後も取り組んでもらえると嬉しいです。
・母乳の出をみてもらえたり、体重もどの位増加したか見てもらったりできて安心した。退院してから不安はあったので、今後も続けてほしい。
・1ヶ月健診まで初産だと色々不安になることが多いので、2週間健診で心配なことを聞いてもらえる場があるのはすごくいいと思います。ありがとうございました。
・不安なことが聞けて安心できたので良かった。

**考察**

産後 2 週間の時期のアンケート（表 1）より、退院後のサポートの有無についてほとんどの母親が産後は自宅または里帰り先で家族の支援を受けられる環境であった。これはこの地域の特徴でもあると考えられ、「赤ちゃんはかわいいと感じる」に 10 名が『そう思う』と回答したことや、「イライラすることがある」「育児が楽しくない」の点数が低かった結果につながったと考える。身体的・精神的状態、不安については「母乳が足りているか心配だ」「赤ちゃんの体重が増えているか心配だ」という『母乳不足や児の成長に対する不安』が最も高く、次に身体的疲労や傷の痛みがつらいという『疲労感による休息についての欲求』や『母親自身の身体的不調』であり、西野[2]と同じ結果であった。このような結果より、家族の支

援が受けられる環境にあっても育児不安は高く、育児不安軽減のための産後ケアが必要と考える。

介入群から産後1ヶ月健診時に回収したアンケート（表 4）において、「悩みを聞いてもらえた」「困っていることを話すことができた」「心配なことが確認できた」「気になっていたことが聞けて安心した」「心配なことが解決できた」に対する満足度が高かった。日本産婦人科学会では、「産後2 週間の時期は最も育児不安が高まる時期である」と述べている。[3] 自由記載の感想からも、「退院してからの1週間、このままでいいのか心配だった」「退院してから悩みや心配なことが出てきたのでとても安心できた」などの意見がよせられ、健診の実施時期は適切であり、退院後に出現した育児不安の軽減に効果があったと推察する。

また、「入院中から顔を知っている人にみてもらうのは色々と聞きやすい」という感想もあった。髙室[4] は産後ケアを成功に導くコツについて「自分たちの市町村の特徴をよく知ること」「妊娠・出産・子育てまで一貫したケアと産後の丁寧な関わりが必要」と述べている。病院ではスタッフの人数が少ないからこそ入院中に関わる場面も多い。病棟助産師の継続した関わりはより安心感につながり、妊娠・出産・育児まで切れ目のないケアを受けることができる産後2週間健診の果たす役割は大きい。対照群においても「健診を受けてみたい」とのニードが高く、産後2週間健診を導入する意義は大きいと感じた。

A病院の産後1ヶ月健診では、医師による診察を行っているが、母親の身体的回復状況や児の体重増加の確認がメインであり、一人一人時間をかけて相談に対応するための時間は設けていない。産後の母乳不足感や育児不安の軽減のためにはスタッフ・母児ともに落ち着いた環境でゆっくりと時間をかけて相談や指導を行うことが必要であるが、助産師のマンパワー不足により、現在の午前のみの外来診療時間に組み込むことは困難である。本研究に取り組むにあたり、水曜日午後に設定したのは、助産師業務である、沐浴指導や退院指導、母親学級の実施曜日を避けたためであった。病棟勤務のB、C助産師2名が勤務内に産後2週間健診のための2時間をケアに専念するのは現状では厳しく、休日や準夜勤務前に取り組むことになった。分娩や帝王切開など緊急の対応が多くある中、産後ケアへ専念できる環境の業務改善や、勤務に合わせ他の助産師も担当できるよう実施方法やレベルの統一も今後の課題である。

また、「医師の診察を希望する」と答えた割合が両グループともに高かったが、医師のマンパワー不足状態も解決困難な問題であり、現状では産後2 週間健診への立ち合いは難しい。実際に助産師外来で産後2週間健診を実施している施設もあり、A病院の助産師外来で実施する場合は、医師の診察や他科受診への引継ぎ、地域との連携が必要と判断した場合の対策を検討しておく必要がある。

両グループからのアンケート結果（表 3、表 4）より、対象者については「希望のある人のみ」との回答が多かったため、分娩経験に関係なく、希望者による予約制が好ましいと考える。また、「来院するのに家族に負担がかかる」、受診料について「料金で決める」と回答した割合も高かったことより、家族に気兼ねなく安心して受診できる産後健診の導入が望ましく、受診料の検討も必要である。厚生労働省では2017（平成29）年度より産婦健康診査事業として健診費用の助成を始めている。A病院のある市町村では、まだこの産後健診補助が受けられるようになっておらず、地域の産後ケア事業充実への働きかけも今後の課題である。

EPDSについて（表 2）、介入群の方が産後1ヶ月健診においての点数が低い印象であるため、健診の実施が役立ったのではないかと推測されたが、データ数も少なく、十分な比較検討はできなかった。課題は多くあるが、妊産婦等に対する支援に切れ目を生じさせないためにも、妊産婦連絡票を利用した母親や新生児訪問で実施されるEPDSが9点以上だった場合には、産後ケアとしての介入が出来るよう取り組んでいきたいと思う。

## 結論

1. A病院で出産したほとんどの初産婦は、産後は自宅または里帰り先で家族の支援を受けられる環境であった。退院後の不安や悩みについては「母乳不足や児の成長に対する不安」が最も高く、次に「疲労感による休息についての欲求」や「母親自身の身体的不調」があげられた。
2. 病棟助産師が産後 2 週間健診を実施することは、より安心感につながり、退院後に出現した育児不安の軽減に効果が伺われた。
3. A病院で産後2週間健診を導入するには、産後ケアへ専念できる環境の業務改善や、他の助産師も担当できるよう実施方法・レベルの統一、EPDS 使用についての具体策の検討が必要である。
4. 家族に気兼ねなく安心して受診できる産後健診導入のためには、受診料の検討と、健診費用の助成など、地域の産後ケア事業充実への働きか

けが課題として明らかになった。

**引用文献**

1) 厚生労働省 :「産前・産後サポート 事業ガイドライン」及び「産後ケア事業ガイドライン」, 2017.
2) 西野美華子 : 妊娠から卒乳まで継続して支援するうえで大切な退院後 1 週間健診，助産雑誌，71（9）: 692-695，2017.
3）日本産婦人科学会，日本産婦人科医会 : 産婦人科診療ガイドライン　産科編 2017.
4）髙室典子 : 産後ケアを成功に導くコツ　私たちの挑戦，助産雑誌，71（3）: 185-190，2017.