

## 小児科診療における養育者のメンタルヘルスの スクリーニングとケアに関する研究

研究分担者 山下 洋（九州大学病院 子どものこころの診療部）

### 研究要旨

背景と目的： 親子の心の診療において養育者のメンタルヘルスの問題のスクリーニングとアセスメントはどのライフステージにおいても主要な課題の一つである。本研究では養育者のメンタルケアのニーズへの気づきを多職種で共有するスクリーニング法のあり方の検討と共に小児保健領域での実装につながる Well-care visits マニュアルの該当部分を作成する

方法： 令和4年度に行った養育者のメンタルヘルス・スクリーニングについての文献的検討の結果をもとに Well-care visits マニュアルの養育者の心身の健康状態の観察の項を作成し、産後1-2カ月における養育者のメンタルヘルスのスクリーニング項目と、スクリーニング後の問診の要点について解説した。

結果と考察： ①不安や抑うつの簡便な自己質問票によるスクリーニングを基本情報として診療のルーチンに組み込むために簡便な質問票として PHQ2 および GAD2 を推奨した。②メンタルヘルスケアへの導入に際しては不安や抑うつスクリーニングに加え養育者の対人関係のあり方や社会的サポートの有無、ライフイベントなどのリスク要因を把握することが有用である。③Well-Care visits における産後1-2カ月のユニバーサル・スクリーニングとして PHQ2 および GAD2 を標準化された不安・抑うつスクリーニング法として紹介し、その後の対応の指針を作成した。

### A. 研究目的

子どもの安全な育ちに不可欠な養育的ケア（Nurturing Care）を提供する子育て世代のメンタルヘルスの重要性が認識されている(1)(2)。小児科診療のプライマリーケアの提供の場を子どもの心身の健やかな育ちに向けた予防的介入の機会とするためには家族全体をケアの対象とする必要がある(3)。本研究では養育者のメンタルケアのニーズへの気づきを多職種で共有するスクリーニング法のあり方とスクリーニングとケアに関する小児医療従事者向けの教育素材の作成を目的とする。今回は特に周産期の養育者のメンタルヘルスの Well-

Care Visits におけるスクリーニング法とその後の対応のための指針を策定し、本班研究で作成する Well-Care Visits のテキストにまとめる。

### B. 研究方法

昨年度の文献的調査にもとづき Well-Care Visits など小児科診療で活用できるメンタルヘルスの評価とスクリーニング法を策定すると共に、小児科診療のポピュレーション・アプローチで実施可能なスクリーニングと対応の指針について提案した。

## C. 研究結果

1) 小児医療における養育者のメンタルヘルスの Bio・Psycho・Social なアセスメントと包括的なケアの必要性

養育者のメンタルヘルスの問題は子どもと同様にバイオ（生物）・サイコ（心理）・ソーシャル（社会）の3層の要因の相互作用から理解することが出来る。子育て世代のメンタルヘル스에 密接に関連する生物学的側面がリプロダクティブ・サイクルである。女性における妊娠出産や閉経期の内分泌学的な変化は抑うつや不安の脆弱性となる一方で子育てのための環境変化に適応する可塑性にも関連する。

心理的要因としてストレスへの対処（コーピング）に密接に関連するのが養育者の対人関係のパターンである。なかでもアタッチメント・スタイル（自尊感情と他者への信頼感のあり方は夫婦関係や親子関係など子育てに関わる親密な関係性に反映される。養育者ごとのアタッチメント・スタイルの把握は養育上のストレス状況での育児態度や援助希求のあり方の理解に役立つ。自尊感情と他者への信頼感の双方が肯定的である「安定型」の養育者ではバランスが取れ安定した対人関係を背景に適切なサポートが得やすくなる。「困ったときに相談する人が誰か」、「その相手に何でも打ち明ける事が出来るか」という簡略な質問が把握の糸口となる。

社会的要因には住環境や経済的側面での安全および社会的サポートなどその人が利用可能な人的資源の多寡がある。サポートの資源が得られやすいほど養育環境を整え育児困難やストレスに対処しやすくメンタルヘルスの問題を生じにくいレジリエンスの高さにつながる。先述の心理的要因としてのアタッチメント・スタイルが「不安定型」の養育者ではパートナーや両親など親密な関係で援助を受ける

ことに障壁が生じやすい結果、子育てとメンタルケアに必要な社会的サポートの乏しさにつながる。

ストレスを生じるような人生上の出来事（ライフ・イベント）との遭遇はメンタルヘルスの問題の発生のかきかけとなる。直近の「家族など親しい人が亡くなる、重い病気や事故にあう」など予期せぬ出来事と引き続く環境の急激な変化への対処によって負担が増すことが心身のバランスの乱れにつながる。養育者にとっては子どもの重篤な疾患の発症や障害の発見、さらに子どもの突然死などは大きな心理的インパクトをもつ出来事である。

周産期のメンタルヘルスケアで現在用いられている育児支援チェックリストにはこれらのリスク要因についての項目が集約されている(4)。母子手帳や乳幼児健診の問診票にもこのような社会的サポートや養育環境に関する内容の項目を含める自治体が増えている。母子保健領域の支援スタッフと情報を共有しアセスメントを進めることで多職種によるメンタルケアが可能になる。

2) Well-Care Visits における養育者のメンタルヘルス・スクリーニングの実装

子どもの心身の健康のアセスメントの診療のルーチンの一環として簡便な養育者のメンタルヘルス・スクリーニングを実施することは重要である。特にその意義が大きい周産期における実装として、1-2 カ月健診時における問診が推奨される。

不安・抑うつについてのもっとも簡便なスクリーニング法として、不安症（不安障害）および気分症（うつ病性障害）の基本症状について聞く GAD2 および PHQ2 に基づく問診を行う(3)。

さらに育てづらさや養育困難の訴えなど周

産期の育児ストレスとスクリーニングされた精神症状との関連を把握する。特に出産後1-2カ月には赤ちゃんの授乳や泣きへの対応から睡眠の問題が生じやすいため、これらに焦点を当てることが望ましい。

子どもに関する問診においても、その訴え方から養育者のメンタルヘルスの問題が気づかれる場合がある。子どもの体重増加など健康状態に関するやりとりで、養育者の心配の程度が実際の所見よりも過剰であったり悲観的である、原因などについて極端な自責や他罰的な解釈がみられる等の特徴がみられる場合、不安や抑うつによる「認知の歪み」である可能性がある。

養育者の心身の健康状態の観察において重要な心理的側面として、子育てに関わる親密な関係性に反映される養育者ごとのアタッチメント・スタイルの把握は子育てのストレス状況における育児態度や援助希求のあり方の理解に役立つ。

評価すべき社会的側面として、住環境や経済的側面での安全および社会的サポートなどその人が利用可能な人的資源の多寡がある。サポートの資源が得られやすいほど養育環境を整え育児困難やストレスに対処しやすくメンタルヘルスの問題を生じにくいレジリエンスの高さにつながる。またストレスを生じるような人生上の出来事（ライフ・イベント）との遭遇はメンタルヘルスの問題の発生のきっかけとなる。

以上のように Bio-Psycho-Social の各側面から養育者の心身の健康状態を、全ての子どもと親が受ける健診においてスクリーニングし、明らかになった課題とニーズに対応できる社会的サポートを提供することで子どもと家族の2世代のウェルビーイングの向上につながる。

## D. 考察

コロナ禍の発生以降も養育的ケアや養育者のメンタルヘルスの実態や子どもの心身の発達への影響に関する報告が増加している。周産期の養育者のメンタルヘルスの小児医療におけるアセスメントは Bio-Psycho-Social な枠組みによるポピュレーション・アプローチの要となるものである。小児保健の実践の場でメンタルヘルスの問題の可視化と共に心理教育やメンタルケアによる予防的介入が要請されている。

今後はメンタルヘルス・スクリーニング後のハイリスク・ポピュレーションの親子向けの多職種によるスクリーニングと支援プログラムのあり方を検証することが望まれる。

## E. 結論

ライフコースを通じた養育的ケアの提供は要となる理念であり、これを支える養育者のメンタルヘルスを生物心理社会的な枠組みで捉え、多職種で理解と対応を行う方法とシステム作りが求められている。

その際に周産期メンタルヘルスケアにおけるポピュレーションおよびハイリスク・アプローチは有用なモデルとなりうる。

### 【参考文献】

- 1) Patrick SW, Henkhaus LE, Zickafoose JS, Lovell K, Halvorson A, Loch S, et al. Well-being of parents and children during the COVID-19 pandemic: a national survey. *Pediatrics*. 2020;146(4)
- 2) Abel KM, Hope H, Swift E, Parisi R, Ashcroft DM, Kosidou K, et al. Prevalence of maternal mental illness among children and adolescents in the UK between 2005 and 2017: a national retrospective cohort analysis. *The Lancet*

Public Health. 2019;4(6):e291-e300.

3) 村松公美子. Patient Health Questionnaire 日本語版シリーズ うつと不安のメンタルヘルスアセスメントー. 2021.

4) 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～改訂版. 東京: 公益社団法人 日本産婦人科医学会 ; 2021. Available from: [https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report\\_pdf/mentalhealth2021\\_L\\_s.pdf](https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report_pdf/mentalhealth2021_L_s.pdf).

## F. 研究発表

### 1. 論文発表

<総説>

1 山下 洋 :

親と子の二つの窓を開き、回復に向かう交流の場所へ. 特別企画 親子を支援する. こころの科学 No.229: 90-92, 2023.5

2 山下 洋 :

子どものうつ病の臨床におけるライフコースと発達精神病理学の視点. 精神医学 65(7): 988-994, 2023.7.15

3 山下 洋 :

発達障害のある親への支援ー精神科医からー月刊母子保健 第772号:6-7. 2023.8.1

4 山下 洋, 山根謙一, 堀川直希, 大江美佐里, 加茂登志子 :

社会的養護のもとにある子どもへの介入・支援における複雑性心的外傷後ストレス障害診断の意義ー児童福祉領域におけるトラウマ関連疾患診療の普及にむけてー. 子どもの虐待とネグレクト 25(2): 150-156. 2023.8

5 山下 洋 :

小児期逆境体験とメンタルヘルスー臨床アセスメントと介入ー.

福岡行動医学雑誌 29(1): 3-10. 2023.9

6 山下 洋 :

妊産婦のメンタルヘルス. 日本臨床 81(10): 1574-1581. 2023.10

7 山下 洋 :

《総論》周産期メンタルヘルスの現在. ペリネイタルケア 42(12): 10-18. 2023.12

8 山根謙一, 香月大輔, 山下洋 : (2023). 自閉スペクトラム症(ASD)のこだわりの強さ, 想像力の欠如などについて有効な対処法はありますか?

精神医学 65(5):781-783. 2023

<著書>

1 山下 洋 :

特別企画 親子を支援するトラウマと愛着の視点から(山下洋編), 日本評論社, 東京都, 2023.5 (分担執筆)

### 2. 学会発表

1 Hiroshi Yamashita: The significance of attachment theory in psychiatry practice - a Life course and Affiliative Neuroscience perspective -. ASCAPAP 2023 in Kyoto, Japan, 2023.5.27, Kyoto

2 Arata Oiji, Naoki Horikawa, Kenichi Yamane, Hiroshi Yamashita:

Attachment perspectives on children and adolescent psychopathology -Clinical application in child and adolescent mental health in Japan-. ASCAPAP 2023 in Kyoto, Japan, 2023.5.28, Kyoto

3 Hiroshi Yamashita: Clinical Application of Attachment Framework and concept of complex PTSD in children with Adverse Childhood Experience. TASCAPAP 2023 in Kyoto, Japan, 2023.5.28, Kyoto

4 Hiroshi Yamashita, Yumi Nishikii, Keiko Yoshida: Integrated perinatal mental health care: a national model of perinatal primary care in Japan:

Implementation of Universal screening for mother-to-infant bonding. PMADs and Psychosocial risk factors. The 18<sup>th</sup> World Congress of the World Association for Infant Mental Health, 2023.7.18, Dublin

- 5 山根謙一, 香月大輔, 山下洋:  
精神科と産科をつなぐツール: EPDS, その他の質問紙の考え方. 第 51 回日本女性心身医学会学術集会, シンポジウム 周産期メンタルヘルスケアと心理の専門家, 2023.7.29, 岡山
- 6 岩屋悠生, 高田加奈子, 松本美菜子, 香月大輔, 山根謙一, 山下洋:  
子どもの強迫症における感覚プロファイル. 第 64 回日本児童青年精神医学会総会, 2023.11.15, 弘前
- 7 山根謙一, 高田加奈子, 松本美菜子, 岩屋悠

生, 香月大輔, 山下洋:

子どもの強迫症における感覚プロファイル. 第 64 回日本児童青年精神医学会総会, 2023.11.16, 弘前

8 山下洋:

小児期逆境体験とアップデートするアタッチメント理論 -子どものこころの診療への示唆-. 第 130 回日本小児精神神経学会学術集会, 2023.11.25, 高松 (基調講演)

## G. 知的財産権の出願・登録状況

### 1. 特許取得

なし

### 2. 実用新案登録

なし

### 3. その他

なし