

## 科学的根拠に基づく身体的・心理的な産後のケアの効果的な実施を推進 するための研究

研究代表者： 上原 里程（国立保健医療科学院 疫学・統計研究部）

研究分担者： 鈴木 俊治（日本医科大学 女性生殖発達病態学）、安達 久美子（東京都立大学  
大学院 人間健康科学研究科）、市川 香織（東京情報大学 看護学部看護学科）、渡邊 博幸  
（医療法人学術会 木村病院）、日時 弘仁（東北医科薬科大学 医学部）

研究協力者： 佐々木 溪円（実践女子大学 生活科学部食生活科学科）、羽入田 彩花（実践  
女子大学大学院 博士前期課程）、高橋 智恵（東京情報大学大学院 博士課程）

### 研究要旨

【目的】科学的根拠に基づく産後のケア実施を推進するために、産後の身体的ケアと心理的ケア・メンタルヘルスについて、疫学的な手法に則り文献レビューを行った。【方法】産後のケア実践の課題を研究班で共有し文献レビューで対象とすべき課題を整理し、「心理的ケア」「産婦のアセスメント」「身体的ケア」「子育て技術」「安全性」の5項目を挙げ、計29課題について文献レビューを実施した。課題の一つとして、産婦の抑うつや不安の軽減に効果的な方法を文献的に調査した。産後ケアの効果的な実施を推進するための研究と並行して、日本産婦人科医会が例年実施している「妊産婦メンタルヘルスケア推進に関するアンケート調査」を用いたわが国の産婦人科医療施設における産後ケア事業の拡大の状況、また、研究分担者がスーパーバイザーを務める東京かつしか赤十字母子医療センターにおける産後ケア事業を利用する産婦の実態について調査を行った。【結果】令和5年10月までに16課題の文献レビューを実施し中間報告として取りまとめ、続いて、令和6年1月までに残りの13課題について文献レビューを進め、中間報告の記載内容に追記する形で最終報告をおこなった。医学中央雑誌から15件、CiNii Researchから3件、PubMedから3件、Cochrane libraryから1件の全22件を採用した。個別型の支援は17件、集団型の支援は5件報告されていた。個別型と集団型の支援のなかには産婦の抑うつや不安の軽減に関連があるものがみられた。支援体制として、産婦の健康状態やニーズの評価に基づいた包括的な支援計画を作成すること、産後ケアを医師や看護職等の多職種が連携して提供することが支援効果を高めることが示されていた。産後ケア事業を実施する施設は、2018年の29.3%から2023年は53.8%と有意に増加していること、また、東京かつしか赤十字母子医療センターで産後ケアを利用する産婦の最も多い利用の理由は育児疲れ（「休みたい」）で全体の51%で、続いて育児方法の取得（39%）であった。【結論】文献レビューの最終報告の一部は産後ケア事業ガイドライン改定のための資料として活用された。

## A. 研究目的

母子保健法の一部を改正する法律（令和元年法律第 69 号）により、市町村の努力義務として規定された「産後ケア事業」は、こども未来戦略（令和 5 年 12 月 22 日閣議決定）において今後 3 年間の集中的な取組として示されている「加速化プラン」にも位置づけられている。全国の市町村で産後のケアの質の担保を図るためには、科学的根拠に基づいたケアの推進が必要である。

本研究では、①産後の身体的ケアと、②産後の心理的ケア・メンタルヘルスについて、疫学的な手法に則り、文献レビューを行った。身体的・心理的な産後のケアに関する文献を疫学的手法に則り体系的にレビューすることにより、科学的根拠を有する産後のケアを明らかにできる。

また、産後ケアの効果的な実施を推進するための研究と並行して、日本産婦人科医会が例年実施している「妊産婦メンタルヘルスケア推進に関するアンケート調査」を用いたわが国の産婦人科医療施設における産後ケア事業の拡大の状況、また、東京かつしか赤十字母子医療センターにおける産後ケア事業を利用する産婦の実態について調査を行った。

## B. 研究方法

### (1) 課題の共有

産後のケア（身体的ケア、および心理的ケア・メンタルヘルス、心理的ケアが必要な産婦へのアセスメント）実践の課題を研究班で共有し、文献レビューや実態調査で対象とすべき課題を整理した。

(2) 産後のケアに関するエビデンスの文献レビュー

### ①産後の身体的ケア：

・産後の身体的トラブルを予防・緩和するためのケア

### ②産後の心理的ケア・メンタルヘルス：

・産後のメンタルヘルスおよび産後ケア事業において提供している産婦への支援  
・心理的なケアが必要な産婦のためのアセスメントについて

「(1) 課題の共有」で議論し①、②の視点で整理した課題について、システマティック・レビューの手法に則り、文献レビューを行った。

課題の一つとして、国内報告における出産後 1 年以内の産婦の抑うつや不安の軽減に効果的な方法について検討した。検索データベースは、医学中央雑誌, CiNii Research, PubMed, Cochrane library を用い、2023 年 8 月 8 日に文献を抽出した。検索式には、周産期、抑うつや不安、支援、精神評価尺度、アセスメントに関する用語を使用した。

### (3) アンケート調査等

日本産婦人科医会および東京かつしか赤十字母子医療センターにおける調査について、前者は全国の日本産婦人科医会会員で分娩取扱施設の産婦人科責任者にアンケート調査を実施(n = 2,073~2,427)し、全体の 56.9~74.8% から有効回答を得た。後者では、東京かつしか赤十字母子医療センターの診療録から産後ケア事業利用者 200 人の情報を得た。

### (倫理面への配慮)

本研究は既存の研究結果を用いた文献レビューであり、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」の適用外である。

また、日本産婦人科医会、東京かつしか赤十字母子医療センターにおける調査は、両者の倫理審査を経て、妊産婦が特定できないことを確認して実施した。後者については、入所時に個

人を特定できない統計データ解析を実施することに同意を得ている。

### C. 研究結果

「(1) 課題の共有」については、全員で産後ケア実施の課題を抽出し共有した。その結果、課題のテーマとして、「心理的ケア」「産婦のアセスメント」「身体的ケア」「子育て技術」「安全性」の5項目を挙げ、計29課題について文献レビューを実施することとした。

「(2)産後のケアに関するエビデンスの文献レビュー」については、研究班会議を2回実施し、随時メールにて討議をおこなった。令和5年10月までに16課題の文献レビューを実施し、中間報告として取りまとめた。続いて、令和6年1月までに残りの13課題について文献レビューを進め、中間報告の記載内容に追記する形で最終報告をおこなった。

産婦の抑うつや不安の軽減に効果的な方法に関する文献レビューでは、全22件を採用し、その研究デザインは、ランダム化比較試験(Randomized Controlled Trial, 以下RCT)が2件、非ランダム化比較試験が13件(準実験デザイン6件、前後比較デザイン7件)、観察研究が4件(コホート研究3件、横断研究1件)、質的研究が2件、混合研究が1件であった。これらを個別型の支援と集団型の支援で分類した。

「(3) アンケート調査等」については、日本産婦人科医学会、東京かつしか赤十字母子医療センターにおける調査で、日本全国で産後ケア事業を実施する施設は、2018年の29.3%から2023年は53.8%と有意に増加していた。また、東京かつしか赤十字母子医療センターで産後ケアを利用する産婦の最も多い利用の理由は育児疲れ(「休みたい」)で全体の51%で、続いて育児方法の取得(39%)であった。

### D. 考察

産後の身体的ケアと心理的ケア・メンタルヘルスについて、疫学的な手法に則り文献レビューを行った。

現在国においては、産後ケア事業ガイドライン(令和2年8月)(以下、ガイドライン)の見直しが進められており、本研究班においてはガイドライン改定に資するよう、文献レビューによって得られたエビデンスの一部を産後ケア事業の有識者検討会に資料として提供した。最終報告については、産後ケアの有識者検討会資料として活用され、ガイドライン改定案の①ケア内容、②安全に関する記述に反映された。

文献レビューの結果は、次年度に予定している文献レビューで整理した産後ケアの実践状況に関する調査および精神科医療機関と産後ケア施設・市町村との連携に関する実態調査の研究計画に反映させるとともに、産後のケア実施に関するガイダンスやリーフレット作成の基礎資料とする予定である。

我が国で実施された産後ケアの抑うつや不安に対する効果に関する文献的レビューでは、個別型と集団型の支援のなかには産婦の抑うつや不安の軽減と関連するものがあることが示された。支援体制として、産婦の健康状態やニーズの評価に基づいた包括的な支援計画を作成すること、産後ケアを医師や看護職等の多職種が連携して提供することが支援効果を高めることが示されていた。

また、産後ケア事業は産科医療施設においても拡大している。また、その利用理由は育児疲れ(「休みたい」)が最も多く、ユニバーサルサービス化が求められていることが考えられた。

## E. 結論

科学的根拠に基づいた産後のケア実施の推進のため、産後の身体的ケアと心理的ケア・メンタルヘルスについて、疫学的な手法に則り文献レビューを行った。「心理的ケア」「産婦のアクセスメント」「身体的ケア」「子育て技術」「安全性」の5項目29課題について最終報告としてレビュー結果を取りまとめ、結果の一部は産後ケア事業ガイドライン改定のための資料として活用された。

### 【参考文献】

文献レビューの文献は分担研究報告書の最終報告に記載。

## F. 研究発表

### 1. 論文発表

- ・今西 洋介, 三牧 正和, 永光 信一郎, 秋山 千枝子, 上原 里程, 小川 厚, 神菌 淳司, 齋藤 伸治, 阪下 和美, 坂本 昌彦, 佐藤 さくら, 島津 智之, 富澤 大輔, 西崎 直人, 久田 研, 日高 啓量, 福地 成, 藤井 智香子, 坊 亮輔, 堀内 清華, 田中 恭子, 岡田 賢司, 金子 一成, 吉原 重美, 井原 健二, 日本小児科学会成育基本法推進委員会. 男性の産後うつと育児休業に関するアンケート調査. 日本小児科学会雑誌 2023; 127(1): 90-95.
- ・ Suzuki S. Current Status of Maternal Gestational Weight Gain and Obstetric Outcomes in Japan. *Cureus*. 2023 Nov 18;15(11):e48988.
- ・ Shibata Y, Yokoyama N, Suzuki S. A Retrospective Comparative Study of the Effect of Controlled-Release Dinoprostone Vaginal Delivery System (Propess®) and Mechanical Methods for Cervical Ripening in Nulliparous Women in Late-Term Pregnancy. *Cureus*. 2023 Oct 18;15(10):e47255.
- ・ Ueno Y, Yoshida E, Nojiri S, Kato T, Ohtsu T, Takeshita T, Suzuki S, Yoshida H, Kato K, Itoh M, Notomi T, Usui K, Sozu T, Terao Y, Kawaji H, Kato H. Use of clinical variables for preoperative prediction of lymph node metastasis in endometrial cancer. *Jpn J Clin Oncol*. 2023 Oct 9:hyad135.
- ・ Kasano S, Kuwabara Y, Ogawa S, Yokote R, Yonezawa M, Ouchi N, Ichikawa T, Suzuki S, Takeshita T. Superfertility and subfertility in patients with recurrent pregnancy loss: A comparative analysis of clinical characteristics and etiology based on differences in fertile ability. *J Reprod Immunol*. 2023 Sep;159:104129.
- ・ Miyazaki M, Suzuki S. Clinical Factors Predicting Disseminated Intravascular Coagulation (DIC) in Women With Placental Abruption and a Live Fetus. *Cureus*. 2023 Jul 26;15(7):e42506.
- ・ Suzuki S. Antimicrobial resistance for *Neisseria gonorrhoeae* infection during pregnancy in Japan. *J Matern Fetal Neonatal Med*. 2023 Dec;36(2):2238865.
- ・ Sugita Y, Kuwabara Y, Katayama A, Matsuda S, Manabe I, Suzuki S, Oishi Y. Characteristic impairment of progesterone response in cultured cervical fibroblasts obtained from patients with refractory cervical insufficiency. *Sci Rep*. 2023 Jul 20;13(1):11709.
- ・ Suzuki S. Low Accuracy of Antenatal

- Screening for Group B Streptococcus From Perianal Area. *J Clin Med Res.* 2023 Jun;15(6):340-342. doi: 10.14740/jocmr4927.
- Yokoyama N, Suzuki S. Comparison of Obstetric Outcomes Between Controlled-Release Dinoprostone Vaginal Delivery System (PROPESS) and Administration of Oral Dinoprostone for Labor Induction in Multiparous Women at Term. *Cureus.* 2023 Jun 24;15(6):e40907.
  - Matsushima T, Suzuki S. Three cases of heavy menstrual bleeding with uniform thickening of the junctional zone endometrium. *SAGE Open Med Case Rep.* 2023 Jun 21;11:2050313X231182803.
  - Nakanishi K, Toyoshima M, Ueno Y, Suzuki S. A Retrospective Study Comparing Olaparib and Bevacizumab as a Maintenance Therapy for Platinum-Sensitive Recurrent Ovarian Cancer: Impact on Recurrence-Free Survival in Japanese and Asian Populations. *Cancers (Basel).* 2023 May 22;15(10):2869.
  - Suzuki S. Effect of the Presence of Nuchal Cords on Vaginal Breech Labor. *Cureus.* 2023 May 31;15(5):e39769.
  - Shinmura H, Matsushima T, Watanabe A, Shi H, Nagashima A, Takizawa A, Yamada M, Harigane E, Tsunoda Y, Kurashina R, Ichikawa G, Suzuki S. Evaluating the effectiveness of lateral postural management for breech presentation: study protocol for a randomized controlled trial (BRLT study). *Trials.* 2023 May 27;24(1):360.
  - Ichikawa M, Shiraishi T, Okuda N, Nakao K, Shirai Y, Kaseki H, Akira S, Toyoshima M, Kuwabara Y, Suzuki S. Clinical Significance of a Pain Scoring System for Deep Endometriosis by Pelvic Examination: Pain Score. *Diagnostics (Basel).* 2023 May 17;13(10):1774.
  - Suzuki S. Transmission of the Herpes Simplex Virus in the Preclinical Phase of Disease Progression during Childbirth. *JMA J.* 2023 Apr 14;6(2):223-225.
  - 斎藤裕佳, 安達久美子. 妊婦の理想とする性行動と実際に経験した性行動の比較, *母性衛生*, 2023,64 (2), 272-279.
  - Kida R, Suzuki R, Fujitani K, Ichikawa K, Matsushita H. Interprofessional team collaboration as a mediator between workplace social capital and patient-safety climate: a cross-sectional study. *Quality Management in Health Care.* August 30, 2023. DOI: 10.1097/QMH.0000000000000421
- 渡邊博幸: 周産期メンタルヘルスコンセンサスガイドの活用事例 精神科診療における多職種連携・情報共有を中心に. *精神神経学雑誌.* 2023 ; 125 : 607-612.
- Muneoka K, Shirayama Y, Watanabe H, Kimura H : Circulating Neuroactive Steroid Levels in a Patient With Schizophrenia Who Showed Periodic Catatonia. *JCEM Case Rep.* 2023; 1 : luad009. doi: 10.1210/jcemcr/luad009.
  - Murakami T, Satoh M, Metoki H. Long-term changes in blood pressure and their health impact. *Hypertens Res.* 2023 Dec;46(12):2651-2653. doi: 10.1038/s41440-023-01446-0.
  - Suzuki T, Nishigori T, Obara T, Mori M, Sakurai K, Ishikuro M, Hamada H, Saito M, Sugawara J, Arima T, Metoki H, Kuriyama S,

- Goto A, Yaegashi N, Nishigori H. Factors associated with new onset of father-to-infant bonding failure from 1 to 6 months postpartum: an adjunct study of the Japan environment and children's study. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2023 Nov;58(11):1603-1624. doi: 10.1007/s00127-023-02505-0.
- Murakami K, Noda A, Ishikuro M, Obara T, Ueno F, Onuma T, Kikuchi S, Kobayashi N, Hamada H, Iwama N, Metoki H, Kikuya M, Saito M, Sugawara J, Tomita H, Yaegashi N, Kuriyama S. Maternal social isolation in the perinatal period and early childhood development: the Tohoku Medical Megabank Project Birth and Three-Generation Cohort Study. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2023 Nov;58(11):1593-1601. doi: 10.1007/s00127-023-02498-w.
- Murakami K, Ishikuro M, Obara T, Ueno F, Noda A, Onuma T, Matsuzaki F, Takahashi I, Kikuchi S, Kobayashi N, Hamada H, Iwama N, Metoki H, Kikuya M, Saito M, Sugawara J, Tomita H, Yaegashi N, Kuriyama S. Maternal social isolation and behavioral problems in preschool children: the Tohoku Medical Megabank Project Birth and Three-Generation Cohort Study. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2023 Mar 30. doi: 10.1007/s00787-023-02199-4.
- 2. 学会発表**  
なし
- 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