

妊娠中の肯定的な感情とその変化について

Nakamura *et al.* Positive Emotion and its Changes during Pregnancy: Adjunct Study of Japan Environment and Children's Study in Miyagi Prefecture. *Tohoku J Exp Med.* 2018;245(4):223-230. doi:[10.1620/tjem.245.223](https://doi.org/10.1620/tjem.245.223).



【はじめに】

妊娠中の肯定的な感情が、早産のリスク低下や産後の母親のメンタルヘルスの改善などに関連していることが知られています。では、妊娠中の肯定的な感情はどのようにして得られるのでしょうか。本研究では、妊娠中の肯定的な感情の変化に寄与しているものを明らかにすることを目的としました。

【調査項目】

全国15地域のエコチル調査センターで調査に参加している3,513名の妊婦を対象としました。対象者には、妊娠12週と妊娠24～28週に以下の内容に関する質問票に回答してもらい、得られた回答の点数を用いて統計学的解析を行いました。

◎質問内容

- ・肯定的な感情
- ・産科的要素（不妊治療の有無、つわりの程度、胎動の知覚の有無）
- ・身体的健康状態
- ・精神的健康状態
- ・社会的状況（家族関係の満足度）



【結果】

妊娠12週と妊娠24～28週の各時期における肯定的な感情と産科的項目、身体的健康、精神的健康、および家族関係の満足度との相関関係を調べたところ、どちらの時期でも精神的・身体的健康、家族関係の満足度と正の相関がありました。

次に、妊娠12週と妊娠24～28週の間で肯定的な感情が増加した群と減少した群での比較を行ったところ、肯定的な感情が減少した群は妊娠初期のつわり症状が弱く、低い身体的・精神的健康状態であり、非就労の割合が高いという結果になりました。

肯定的な感情が増加した群と減少した群の間で有意差があった要素
(数値は各要素の得点数)

	肯定的な感情が増加した群 (n=794)	肯定的な感情が減少した群 (n=723)
つわりの重症度合	2.50	2.29
胎動の知覚度合	3.90	3.98
妊娠12週の身体的健康	43.07	44.78
妊娠24-28週の身体的健康	44.98	43.26
妊娠12週の身体的DV※	1.04	1.02
妊娠12週の精神的健康	43.51	46.25
妊娠24-28週の精神的健康	49.59	48.34

※DV: ドメスティックバイオレンス

【この調査でわかったこと】

身体的・精神的健康が、妊娠中の肯定的な感情に関係していることが分かりました。また、つわり症状が軽度なことが肯定的な感情の減少と関連することから、たとえ不快な症状でも、妊娠の実感が重要と推察されました。以上より、妊娠期を快適に過ごすためには、妊娠の実感を自覚させるような援助とあわせ、健康状態、就労状況、家族関係の状態を把握し、適切な支援を行うことが有効と考えられました。

Written by Yukiko Tando