

母乳哺育を阻害する要因に関する研究

——母親の心理的ストレス反応——

Studies on inhibiting factors on the promotion of breastfeeding
— psychological stress reaction of mother —

坂 本 保 子

要約 本研究は、母乳哺育継続を阻害する要因の一つには、母親自身の心理ストレス反応が関連しているのかを明らかにすることを目的とした。

調査方法は、正常分娩後の母親を対象に出産後3日目と5日目に質問紙調査を行った。

質問紙票は、プレテストを行った独自の質問紙票と日本語版 STAI (State Trait Anxiety Inventory) を使用した。

その結果、特性不安が高い得点の母親は、状態不安の得点が高いことがわかった。

また、母乳不足感と分泌量 ($rs = -.704, p < 0.01$) 負の相関が認められ、母乳育児ストレス ($rs = .646, P < 0.01$) 正の相関が認められた。このことから母乳分泌量に関わらず、母乳不足感が母乳育児そのものにストレスを感じていることが明らかになった。特性不安の高い母親は様々な出来事に対しストレスを感じやすく母乳哺育継続が困難になる可能性があることがわかった。このことにより母乳育児継続へのサポート、精神的サポートが、必要であることが示唆された。

I. はじめに

母乳は、ヒトの新生児・乳児にとって、昔から最良の栄養物と考えられており、今日でもその評価は変わらない。ところが1970年代に入ってから、労働環境や社会構造の変化、人工乳の改良などが進んだ結果、母乳栄養が20～30%台に急速に低下してしまった。こ

の危機的状況を1989年WHO/UNICEFが母乳哺育の必要性を提唱⁴⁾し、世界的規模で母乳哺育推進運動が展開されている。しかしそれでも母乳栄養率は、3か月で30～40%でなかなか増加してこないのが現状であると厚生労働省より報告されている⁵⁾。母乳哺育継

続を阻害する要因には、母親自身および母乳そのものの要因、子ども自身の要因、子どもおよび母親をとりまく環境の要因などがあげられておりそれらに関し山崎、入山、濱寄¹²⁾らの報告がみられる。出産前には、96%に近い妊婦が母乳育児を望んでいるが、産後自宅にかえると生後1か月で42.5%に減少するという厚生労働省⁵⁾の報告もある。このことは、様々なストレスが授乳している母親に加わり、母乳分泌を減少させてしまいその結果として、母乳哺育をやめてしまったと考えら

れる。今日までに母親のストレスをストレス尺度を用いて明らかにしようとする試みは多くあり山崎¹²⁾ 浦崎³⁾などが報告されている。

しかし、母親自身の特性不安と状態不安について十分に明らかにしたものはほとんど見当たらない。母乳哺育の継続を阻害する要因の一つには、母親自身の心理的ストレスであると推測した。このため特性不安や状態不安が母乳育児継続を阻害する要因に関連しているのかを明らかにすることを目的として本研究に取り組むこととした。

II. 調査方法

1. 調査期間および対象者

2014年8月～2015年11月。

調査対象は承諾が得られたA市産科施設で出産した正期・正常分娩で母子ともに正常な経過をたどった母親17名とした。

2. 調査方法および内容

研究への参加に同意を得た後STAIの記入を出産後3日目、出産後5日目に自記式質問紙の回答を求めた。記入後産科施設スタッフの協力を得て同日回収とした。

1) 日本語版 STAI (State Trait Anxiety Inventory)

Spielberger (1972) 作成したもとに肥田野¹⁰⁾らが日本語版として作成したものを使用した。

特性不安は、脅威を与える様々な状況に対し反応する傾向を示す特徴があり神経症的不安を査定するとき広く用いられている。この尺度は、信頼性、妥当性を検討し標準化

されたものである。状態不安は、不安の原因となる事象の一過性の状況の反応でありその時々により変化する。状態不安尺度で評価される本質的特質は、懸念、緊張、神経質、悩み等であると肥田野¹⁰⁾らは述べている。状態不安、特性不安とも20項目からなり「非常によくあてはまる」から「まったくあてはまらない」まで項目ごとに4点から1点に点数化されている。評価は5段階に分かれており段階5は、標準得点(65点以上)、段階4は、標準得点(55点以上65点未満)、段階3は、標準得点(45点以上55点未満)、段階2は、(標準得点35点以上45点未満)、段階1は、標準得点35点未満に分類される。

2) 質問紙

先行研究の植地¹²⁾ および臨床経験をもとに独自に作成し、予備調査を行い内容と項目の検討を行い作成した。

(1) 基本的属性(年齢、職業、家族形態など)

- (2) 出産方法
- (3) 栄養方法
- (4) 乳房・乳頭トラブル
- (5) 母乳育児による活動制限
- (6) 母乳育児によるストレス
- (7) 授乳後の疲労感
- (8) 授乳不安
- (9) 母乳育児について相談

統計処理には、統計処理用ソフト SPSS (Versin20.0) を使用し、2 群の比較には t 検定を相関関係には、Spearman 順位相関を使用した。有意水準は、危険率 5% 未満とした。本来は、より多くのデータ数が望ましいが正

期産・正常分娩母子ともに正常である、承諾を得られた人が対象条件であるため 17 件で解析した。

3. 倫理的配慮

本研究は、八戸学院短期大学 (2014 年 7 月承認) および対象施設の承認を得て実施した。対象となる母親へは、研究の趣旨、内容、方法、を説明し協力を依頼した。研究への協力は任意であり、拒否や中止ができること、またそれにより影響はないこと、知り得た個人情報保護し研究目的以外に使用しないことを説明し書面で同意を得た。

III. 結 果

1. 対象者の背景

対象の平均年齢は、 30.5 ± 4.2 歳であった。初産婦 4 名 (24%)、経産婦 13 名 (76%) であった。そのうち無職 9 名 (51.9%)、有職者は 8 名 (47.1%)、うちフルタイムは 5 名、パートタイム 3 名であった。家族形態では、核家族が 15 名 (67%)、3 世代同居が 2 名 (33%) であった (表 1)。

表 1 対象の属性
(n=17)

		人数	%
年齢		30.5 ± 4.2	
職業	有	8	47
	無	9	53
家族形態	核家族	15	88
	3 世代	2	12

2. STAI の得点

1) 特性不安と状態不安の平均

STAI の得点の平均点は、特性不安では平均値 37.65 点、標準偏差は 12.8 点であった。状態不安の平均値は 32.71 点、標準偏差は 8.92 点であった (表 2)。

初産婦の特性不安では平均値 29.75 点、標準偏差は 9.47 点であった。状態不安の平均値は 34.0 点、標準偏差は 11.05 点であった。経産婦の特性不安では平均値 40.07 点、標準偏差は 13.0 点であった。状態不安の平均値は 32.3 点、標準偏差は 8.65 点であった (表 3)。

表 2 STAI の平均値と標準偏差
(n=17)

項目	平均値	標準偏差
特性不安	37.65	12.8
状態不安	32.71	8.92

表3 STAIの初産婦と経産婦の平均値と標準偏差

	(n=17)	
	初産婦	経産婦
	特性不安	特性不安
平均値	29.75	40.07
標準偏差	9.47	13.0
	状態不安	状態不安
平均値	34.0	32.3
標準偏差	11.05	8.65

表4 STAI Spearmanの相関係数

		(n=17)	
		状態不安	特性不安
Spearman のロー	状態不安	相関係数 有意確率 (両側) N	1.000 .627** .007 17
	特性不安	相関係数 有意確率 (両側) N	.627** .007 17

**、P < 0.01

特性不安と状態不安の関係をみるために相関分析を行った。その結果、特性不安と状態不安との関係は正の相関が認められた(rs=.627, p<0.01) (表4)。以下の結果は表5に示す。

表5 STAIと母乳哺育継続に影響を及ぼす相関係数

(n=17)												
	特性不安	有意確率	状態不安	有意確率	母乳分泌量	有意確率	母乳育児ストレス	有意確率	乳房・乳頭トラブル	有意確率	母乳育児後の疲労感	有意確率
体調	.796**	0.0	.649**	.005								
母乳育児ストレス	-.215	.406	-.506*	.038								
母乳不足感					-.704**	.002	.646**	.005				
授乳不安	-.225	.385	-.473	.055					.595*	.012	.564*	.018
乳頭痛									.465	.060	.517*	.330

**、P < 0.01

*、P < 0.05

2) 特定不安との相関

母乳育児において特定不安と授乳不安に関する得点(rs=-.225, p<0.05)、特定不安と母乳育児のストレスに関する得点(rs=-.215, p<0.05)、いずれも弱い負の相関がみられた。特定不安と体調との得点(rs=.796, p<0.01)正の相関が認められた。

3) 授乳不安との相関

授乳不安と体調に関する得点(rs=.649, p<0.01)正の相関が認められた。授乳不安と母乳育児ストレス(rs=-.506, p<0.01)負の相関が認められた。授乳不安と乳房・乳頭トラブルに関する得点(rs=.595, p<0.005)で弱い正の相関がみられた。授乳不安と母乳後の疲労感(rs=.564, p<0.05)弱い正の相関がみられた。

4) 乳頭痛との相関

乳頭痛と乳頭トラブルに関する得点では、(rs=.465, p<.005)で弱い正の相関がみられた。乳頭痛と疲労感では、(rs=.517, p<0.05)で弱い正の相関がみられた。

5) 母乳不足感との相関

母乳不足感と分泌量(rs=-.704, p<0.01)負の相関が認められた。母乳不足感と母乳育児ストレス(rs=.646, P<0.01)正の相関が認められた。

3. アンケート調査の結果

1) 母乳哺育継続に不安がある

何度もある6%、時々ある41%、ほとんどのない35%、まったくない18%であった。

2) 母乳哺育による活動制限

何度もある6%、時々ある41%、ほとんどのない35%、まったくない18%であった。

3) 母乳育児について相談 (複数回答)

助産師16名、施設長2名、夫9名、看護師1名、姉妹2名、実母2名であった。

IV. 考 察

今回の調査では、母親の特性不安がどのように母乳育児継続に関連しているのかを明らかにすることを目的として出産後3日目にSTAIの調査を行った。以前調査した結果、疲労のため母乳育児をやめた件数は少なかった⁶⁾。また出産後3日目に調査を行うに当たり堀内¹¹⁾は、出産後の疲労は出産2日目かピークで、乳汁分泌するのは3日目以降であり、そのころには疲労感がなくなっていくことを報告している。このため出産後3日目を調査を行った。

STAIの得点ではほとんど異常値を示していないが、正常域の中で若干の変動がみられた。産褥期は、母乳哺育や育児などの様々な精神的・身体的なストレスを抱えるために、より不安になる。STAIの成績では、段階4点.5点が高不安を示し、1点.2点が低不安を示す¹⁰⁾。

西海⁸⁾ 研究では、産後1週間以内の特性不安の平均は、 35.2 ± 7.6 、状態不安の平均 38.3 ± 7.2 であったと報告している。本研究では、出産後3日目での特性不安では、平均値37.65点であり、状態不安の平均値は、32.71点であった。どちらも標準値内であるが、本研究では、特性不安が高い得点の母親は、状態不安の得点が高いことがわかった。初産婦、

経産婦どちらも各相関において差は、みられなかった ($rs=n.s$)。

下見、竹中、田丸⁷⁾らは、不安や抑鬱などの精神的因子だけでなく周産期は、「痛み」などの身体的要因が加わり「疲労感」を生じやすいと報告している。本研究でも同様の結果が得られた。乳頭トラブルや乳頭痛と疲労感で相関が得られていることから痛みなどの身体的要因が影響している可能性がある。また、アンケートの結果でも「乳頭痛」、「母乳不足感」、「睡眠不足が辛い」など複数の不安を表出していた。西海⁸⁾は、育児ストレスの要因を複合した状態で認知する母親は特性不安の得点水準も高値であると報告している。今回の結果は西海の報告と同様の結果が得られた。現在の体調が特性不安の得点や状態不安の得点に大きく関連しており、特性不安の得点が高い母親が、体調によってストレスを多く感じている状況にあり母乳育児に影響を受けることが明らかになった。

対象の母親の母乳分泌量が少なければ、母乳不足感が多く感じるのではないかと推測されたが、この結果では負の相関であることがわかった。母乳不足感が母乳育児そのものにストレスを感じていることがわかった。つまりこの段階で何らかの援助が必要であると

考えられた。また、アンケート調査の結果から、約半数の母親が何らかの母乳育児に不安を感じている。このことは、母親の特性として不安になりやすいことをベースに出産や母親役割の獲得と様々なストレスが加わり母乳哺育継続に影響が及んでいることが考えられる。野口⁹⁾は、母乳哺育継続には、母親の気持ちを支えることが必要であるとし母親に自

信を持たせるケアの重要性を示唆している。

母乳哺育や育児に自信を持たせる関わりのなかで母乳哺育や育児不安についてほとんどの母親がなんらかの相談をしている。相談者で特に多いのが助産師、次に多いのが夫である。このことから母乳哺育を継続させるためには、専門家のサポートはもとより夫の協力や夫への教育の必要性が明らかになった。

V. 結 語

本研究は、正常分娩後の母親を対象に出産後3日目に質的調査を行い、母親自身が持っている特性が出産後の母乳育児にどのように関連しているかを明らかにすることを目的とした。STAIの特性不安と状態不安の得点には、正の相関がみられた。特性不安が高い得点を示している母親は、特性不安の得点が低い母親より状態不安の得点が高い数値を示していることが明らかになった。このことから特性不安の高い母親は様々な出来事に対しストレスを感じやすい。特に母乳不足感が母乳

育児に対しストレスを感じていることで母乳哺育継続が困難になる可能性があることがわかった。そのために母乳育児継続へのサポート、精神的サポートが必要であることが示唆された。

STAIを用いることにより、性格的傾向と現在の状態をそれぞれ測定することができた。しかし、今回の研究では、対象数が十分とは言えないため、統計学的な検討課題が残った。今後は、さらに例数を増して分析・検討していく必要がある。

謝 辞

本研究にあたりご協力をいただきました産科施設の先生はじめスタッフの皆様、ならびにご協力をいただきましたお母様方に感謝申

し上げます。また、本研究には、八戸学院短期大学後援会特別研究助成金をいただき、重ねて感謝申し上げます。

文 献

- 1) 植地正文 (1978) : 母乳栄養推進の阻害要因、助産婦雑誌、32(8) : 44-48

- 2) 植地正文（2007）：話題提供 子育て中の母親と周産期医療に関係している医師の「母乳栄養と補足」に対する認識度の比較—神奈川県における実態調査成績を中心に—、日本母乳哺育学会雑誌、1(2)：123-135
- 3) 浦崎貞子（2005）：母乳育児を確立・継続するための社会的要因と今後の課題、—母乳育児を継続した母親たちの調査から—、新潟青陵大学紀要、5：115-140
- 4) American Academy of Pediatrics, Policy statement Breastfeeding and the use of Human Milk（2005）：Pediatrics, 115：496-506
- 5) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課（2006）：平成17年度乳幼児栄養調査報告 <http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/06/ho629-1.html>（最終閲覧：2013.12.1）
- 6) 坂本保子（2011）：母乳哺育推進を阻害する要因に関する研究、東京福祉大学・大学院修士論文
- 7) 下見千恵、竹中和子、田丸政男ら（2009）：人間と科学 県立広島大学保健福祉学部誌 9(1)、61-67
- 8) 西海ひとみ、喜多淳子（2004）：第1子育児早期における母親の心理的ストレス反応（第1報）—育児ストレス要因との関連による母親の心理的ストレス反応の特徴—、母性衛生、45(2)：188-198
- 9) 野口真弓（1999）：母親の気持ちを支える母乳ケア、日本助産学会誌、13：13-21
- 10) 肥田野直、福原真知子、岩脇三良ら（2010）：新版 STAI、マニュアル、State-Trait Anxiety Inventory-FORMJYZ、：1-35
- 11) 堀内勁（2002）：特集1. 一般新生児の話題、母乳育児—母乳育児の常識と非常識—、小児科診療、65(3)：387-392
- 12) 山崎真紀子、入山茂美、濱寄真由美、本多洋子（2010）：産褥早期の母親の Sense of Coherence (SOC) と母乳育児自己効力感および母乳育児負担感の関係、保健学研究、22(2)：45-50