

令和4年4月20日

報道機関各位

妊娠中のソーシャルサポートと周産期および産後抑うつ状態との関連について：エコチル調査

■ ポイント

富山大学学術研究部医学系公衆衛生学講座の松村健太講師らのグループは、「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」のデータを用い、妊娠中のソーシャルサポート（「ちょっと詳しく」参照）が十分でないことと周産期および産後抑うつ状態とは関連があり、また自然回復にも遅れが生じる傾向があることを明らかにしました。これらの結果から、妊娠中の十分なソーシャルサポートが、周産期および産後の抑うつ状態を予防するだけでなく、その後の自然回復にも有効である可能性が示唆されました。



・この研究成果は医学系専門誌「Journal of Affective Disorders」に2022年3月15日に掲載されました。

・ <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.117>

本研究は環境省の子どもの健康と環境に関する全国調査に係る予算を使用し行いました。

論文に示した見解は著者自らのものであり、環境省の見解ではありません。

■ 概要

- ・妊娠中のソーシャルサポートが十分でないことと周産期および産後に抑うつ状態になりやすいといわれています。今回の研究では、妊娠中のソーシャルサポートが十分でないことと周産期および産後の抑うつ状態になりやすさとの関連について調べました。
- ・解析の結果、ソーシャルサポートが十分でないことと周産期および産後に抑うつ状態になることとは関連があり、さらに、抑うつ状態からの自然回復が遅れる傾向がみられました。
- ・本研究の結果は、周産期および産後の抑うつ状態を予防し、抑うつ状態からの自然回復を促すためには、妊娠中に十分なソーシャルサポートを得ることが重要であることを示唆しています。

■ 研究の背景

産後うつ病は母親と生まれた子どもの心身に深刻な影響を及ぼすことが知られています。有病率は10%以上と高く、効果的な産後うつ病の予防方法や回復方法が求められています。産後うつ病のリスク要因について、妊娠中のソーシャルサポートが十分でないことと周産期および産後の抑うつ状態との関連についての先行研究は多くあります。しかし、これが因果の逆転現象——元からあった抑うつ状態が妊娠中の不十分なソーシャルサポートにつながり、それが周産期および産後の抑うつ状態の悪化につながる——によるものかどうか、はっきりしていませんでした。そこで本研究では、こうした因果の逆転を最大限抑えるように工夫した上で、妊娠中のソーシャルサポートと周産期および産後の抑うつ状態との関連を調べました。

■ 研究の内容・成果

エコチル調査に参加している88,771名の妊婦を対象としました。妊娠中のソーシャルサポートは、妊娠中期～妊娠末期の質問票に含まれるENRICHD Social Support Instrument (ESSI) から派生した、次の3項目で評価し、「①低い」「②中の下」「③中の上」「④高い」の4段階の水準に分けました。

- ・連絡可能な人で、あなたに愛情や好意を示してくれる人はいますか？
- ・あなたは、何か問題を相談したり、難しい決断をするのを助けてくれる、精神的な支えとなる人はいますか？
- ・あなたは近いと感じる、信頼できる人と望む程度の連絡をとっていますか？

周産期および産後の抑うつ状態については、妊娠中期～末期から産後1年時点までの質問票に含まれるK6質問票（「ちょっと詳しく」参照）とエジンバラ産後うつ質問票（「ちょっと詳しく」参照）の2種類の自己記入式質問票を用いて判断しました。K6質問票では5点以上を抑うつ状態と定義し、妊娠中期～末期と産後1年時点の計2回測定しました。また、エジンバラ産後うつ質問票では9点以上を抑うつ状態と定義し、産後1ヶ月および6ヶ月時点の計2回測定しました。

抑うつ状態である割合は、ソーシャルサポートの各水準において、図1のようになり、ソーシャルサポートの水準が低いほど抑うつ状態である割合が高くなりました。また、時間的推移を比較したところ、ソーシャルサポートの水準が高いほど大きく回復する傾向がみられました。

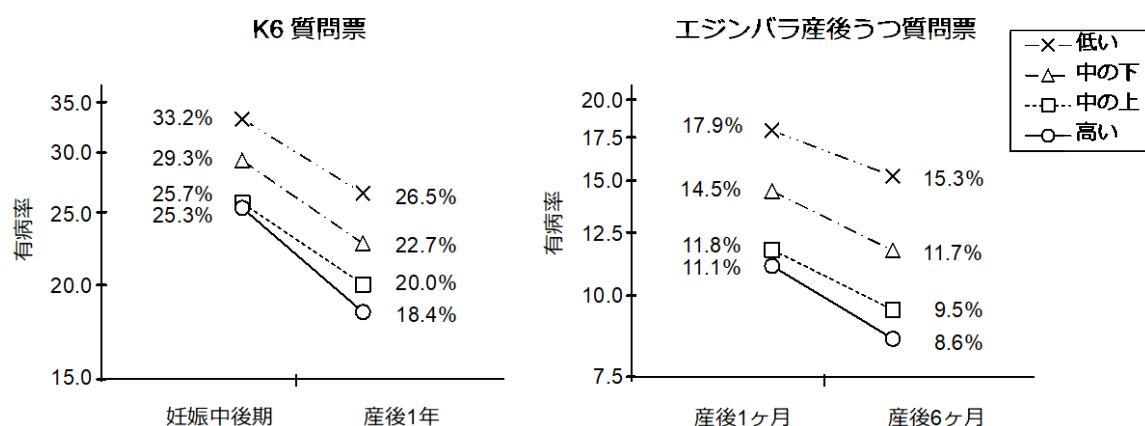


図1. K6 質問票およびエジンバラ産後うつ質問票で評価した各ソーシャルサポート水準における抑うつ状態の割合

これらの結果から、妊娠中に十分なソーシャルサポートが得られないことと、周産期および産後の抑うつ状態とは関連があり、また自然回復が遅れる傾向がみられることが分かりました。

■今後の展開

本研究では、妊娠中に十分なソーシャルサポートを受けることで、周産期および産後の抑うつ状態が予防されるだけでなく、自然回復が促される可能性が示唆されましたが、両者の因果関係を決定づけるまでには至っていません。

本研究では抑うつ状態の測定を母親の自己記入式質問票から得ており、医師の診断に比べて客観的であるとは言えません。また、使用した質問票2種類（K6 質問票・エジンバラ産後うつ質問票）は、それぞれで測定時期が異なっており、測定期間を通じて同じ質問票を使用した場合について検討できていません。また、ソーシャルサポートの水準について ESSI 以外の判定方法を実施していません。さらに、本研究の対象者は日本在住者であり、日本以外の環境下における影響について検討したわけではありません。以上のようなことから、今後さらに追加研究を進めていく必要があります。

しかしながら、本研究の結果は、妊娠中の十分なソーシャルサポートが、周産期および産後の抑うつ状態の予防と自然回復のために重要な役割を果たすことを示唆しており、今後、妊娠中や産後の母親に対するソーシャルサポートをさらに充実させる根拠となりうると考えられます。

ちょっと
詳しく

ソーシャルサポート

社会において人と人のつながりの中から得られる精神的・物質的支援のことであり、具体的には、親しい人からの感情的サポート（例：辛い時に励ましてくれる、愚痴を聞いてくれる）、道具的サポート（例：お金をくれる、直接力を貸してくれる）、情動的サポート（例：問題解決へのアドバイスをくれる、良い解決法を教えてくれる）、等に細分化できます。今回使用したソーシャルサポートの質問項目は感情的サポートであり、おおよそ1/4の妊婦さんが満点を取られていました。

K6 質問票

抑うつや不安といった、産後うつとも関連の高い「非特異的な心理的苦痛」を測定するために開発された質問票です。名前の通り6項目の質問から構成されており、4点=いつも、0点=全くない、といった5段階の選択肢で回答します。苦痛が高いほど得点が高くなるように作られており、本研究においては、過去の日本国内の研究で示された「5点以上」を抑うつ状態と判定する基準としました。

エジンバラ産後うつ質問票

産後うつの判断に使われている指標の1つです。この質問票には10項目の質問があり、3点=とてもそう思う、2点=そう思う、1点=あまりそう思わない、0点=全くそう思わない、といったような4つの選択肢で回答します。産後うつの程度が悪いと得点が高くなるように作られており、本研究においては、過去の日本国内の研究で示された「9点以上」を抑うつ状態と判定する基準としました。

【「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」とは】

子どもの健康と環境に関する全国調査（以下、「エコチル調査」）は、胎児期から小児期にかけての化学物質ばく露が子どもの健康に与える影響を明らかにするために、平成 22 (2010) 年度から全国で約 10 万組の親子を対象として環境省が開始した、大規模かつ長期にわたる出生コホート調査です。臍帯血、血液、尿、母乳、乳歯等の生体試料を採取し保存・分析するとともに、追跡調査を行い、子どもの健康と化学物質等の環境要因との関係を明らかにしています。

エコチル調査は、国立環境研究所に研究の中心機関としてコアセンターを、国立成育医療研究センターに医学的支援のためのメディカルサポートセンターを、また、日本の各地域で調査を行うために公募で選定された 15 の大学等に地域の調査の拠点となるユニットセンターを設置し、環境省と共に各関係機関が協働して実施しています。

- 環境省「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」WEB サイト

<http://www.env.go.jp/chemi/ceh/index.html>

- 富山大学 エコチル調査 WEB サイト

<http://www.med.u-toyama.ac.jp/eco-tuc/>



【論文詳細】

論文名：

Causal model of the association of social support during pregnancy with a perinatal and postpartum depressive state: A nationwide birth cohort - the Japan Environment and Children's Study

著者：

松村健太・浜崎景・土田暁子・笠松春花・稲寺秀邦・JEGS グループ

掲載誌：

Journal of Affective Disorders (300 巻、540-550 ページ、2022 年 3 月 15 日掲載)

・ <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.117>

【本発表資料のお問い合わせ先】

富山大学学術研究部医学系 公衆衛生学講座 講師 松村 健太

TEL : 076-434-7279 (直通) Email : kmatsumu@med.u-toyama.ac.jp

ウェブサイト : <http://www.med.u-toyama.ac.jp/eco-tuc/>