島大病院ニュース 2019年8月

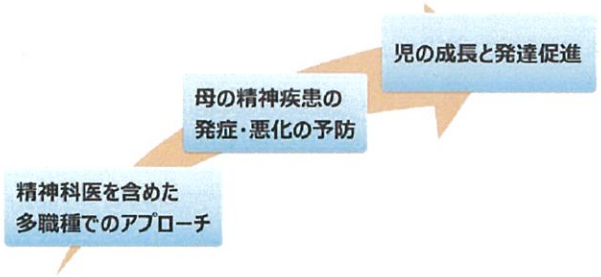
ご報告

妊産婦メンタルケアへの取り組み
―産前産後のうつ病予防効果が示されました―

精神科神経科　講師　林田（はやしだ）　麻衣子（まいこ）
産科婦人科　講師　皆本（みなもと）　敏子（としこ）

島根大学医学部附属病院精神科神経科では2018年より妊産婦を対象とした、周産期メンタルケア外来を開設し、精神科医、産科医、臨床心理士、助産師、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士などの多職種で診療にあたっています。

周産期メンタルケアによる母児両者への予防医療



日本の直接的産科死亡率（産後６週以内の死亡率）の低さは世界トップレベルですが、妊産婦自殺率（/10万出産）は、妊産婦メンタルケアの先進国であるイギリスが2.3に対し、東京は8.7と高値であり、より一層妊産婦メンタルケアを推進する必要があります。

産前産後に７人に１人の割合でうつ病を発症すると言われ、妊娠中の未治療の抑うつや不安などの精神状態は母体だけでなく児の認知、情動、行動の発達過程に否定的な影響を及ぼし、神経発達障害との関連が示されています。その一方で、親となる世代の精神保健の問題への適切な治療や支援は子育て環境の改善、児の成長発達に良い影響をもたらします。

妊産婦のうつ病発症予防法は今まで明らかではありませんでしたが、米国予防医療専門委員会（USPSTF）が2019年２月に画期的な報告を行いました。妊娠中の定期的な精神療法が産前産後のうつ病の発症を39%も減少させ、推奨される予防法であることを質の高いエビデンスで示したのです。

周産期メンタルケア外来では精神療法とともに、薬物治療が必要である際には、相談の上必要最小量にて実施しております。また、多職種連携による心理社会的サポートも行っており、サポートによる環境改善が妊産婦の不安、抑うつ症状の改善をもたらし、生物学的に脳機能の改善をもたらすことも判明しています。このように包括的アプローチを行うことで、親子二世代のウェルビーイングの要となる妊産婦の皆様をより一層、支援していきたいと考えています。

問合せ先　精神科神経科外来　0853-20-2388

ご報告 島大病院ニュース
2019年8月 発行
編集・発行　島根大学医学部附属病院「病院ニュース」編集委員会
問合せ先　島根大学医学部附属病院　医療サービス課　医療支援（地域医療）担当
TEL：0853-20-2068　FAX：0853-20-2063
◆島根大学医学部附属病院 ホームページ　http://www.med.shimane-u.ac.jp/hospital/