「第1回女性が輝く社会と少子化対策の両立を目指してシンポジウム」抄録

お母さんが元気になる赤ちゃん健診のすすめ～赤ちゃんの健診は小児科で

・・・小児科医はお母さんのそばで子育てを応援します～

山口県小児科医会　金子小児科　金子淳子

はじめに

少子化、働く母親の増加、専業主婦の孤立化など、子どもと母親・家族を取りまく環境の変化が謳われて久しい。子ども虐待がメディアで取り上げられることも少なくない。特に、虐待死の発生が0か月、0日に多いことは、産科医・小児科医のみならず、社会全体で解決すべき懸案事項である。

「周産期」（広義には妊娠してから生後4週間の期間）を、橋本は、河合隼雄の言う「思春期」になぞらえて、「深い谷を渡っていく危険な時であり、多くは霧がかかっていて谷の深さに気付かず難なく吊り橋を渡りきるが、谷の深さを知った人にとっては、通り抜けることは非常に困難」としている。また、産科退院直後から生後1か月の間は、多くの親にとって「最も育児の手助けが欲しかった時期」、「育児が最も不安だった時期」であると、大阪レポートでは報告している。

親・保護者、特に母親にとって最も不安が強く支援が必要とされるこの期間は、健診や家庭訪問などの実施主体が行政、産科、小児科と様々で一貫性がないことに加え、1か月健診までの間に、支援における「空白の期間」が存在する。さらに、1か月健診には法的根拠がないため、現在でも分娩を取り扱った産科医により、母親の検診と一緒に行われることが多く、充分な支援の機会となっていない。

山口県の1か月健診

山口県では、すべての１か月健診を公費で、主に小児科医自身の病院や診療所で実施している。1か月健診は本来発達評価のkey monthでないとはいえ、先天的な異常を含めた疾病の早期発見や予防接種個別スケジュール策定のほか、母乳栄養の支援、産後うつ病など母親のメンタルヘルス支援や母子の愛着形成支援という育児支援として重要な意味合いを持つ。母親の不安が強いこの時期の健診は、小児科医によって実施されることが望ましい。

山口県小児科医会では、小児科で行う健診をさらに充実させるために、さまざまな取り組みを行っている。

・母乳栄養支援

1か月健診において、母親の不安要因の最も多くを占めるのは、母乳栄養についての悩みである。ほとんどの母親は妊娠中に母乳で育てたいと考えている。母乳栄養の重要性を認識し、母乳育児を希望する母親が安心して母乳で育てられるようサポートをすることは、その後の納得できる子育てにつながる。山口県では「おっぱい都市宣言」を採択している光市をはじめ、母乳栄養の割合が比較的高く、生後1か月から3か月の間に母乳栄養の児の割合が増加する傾向がみられている。

・母子のメンタルヘルスケア

産後うつ病を含む母子のメンタルヘルス支援は、母親の精神疾患の予防、子どもの健全な成長・発達の保障、心身症の予防、児童虐待の防止などの観点から、重点的に取り組むべき課題である。山口県では、半数近くの小児科医がエジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）を使用し、産後うつ病のスクリーニングを実施している。EPDSは簡便で短時間に記入することができ、初回でも使用しやすい。母親が自分の心理状態を語るきっかけになり、結果的に多くの情報が得られる。産後うつ病の出現頻度は10～20％と言われており、軽症患者の多くは見逃されている可能性がある。EPDSを実施することで、気づきが生まれ、より手厚い支援を行うことができる。

・健診の標準化

個別健診の内容については、実施方法や指導にある程度違い生ずることは避けられないが、医療者の中での意見や見解の相違は、親・家族の不安や混乱を助長する。地域において一定のレベルを保てるような工夫が必要である。山口県小児科医会では、健診の手順や実施手技のほか、よく見られる身体所見・疾患やよく聞かれる質問への対応をまとめた「1か月健診ガイドブック」を作成し、健診担当医に配布している。

宇部市における新しい試み～小児科医による生後2週間健診～

2011（平成23）年度の調査によると、産後2週間健診は約7割の施設で実施されている。発育や発達の確認、育児支援の他に、母乳栄養への不安解消や産後うつ病の早期発見への効果が期待されており、その後の子育てがスムーズにいくかどうかのキーポイントと考えられている。一方で、現在行われている2週間健診の担い手は助産師が多いことから、授乳に関する悩みは一定程度解決できているようであるが、児や育児に関わること、母親自身の身体や精神に関わることについては、解決の度合いが低く、西巻は、2週間健診をより母親の望むものとして充実させるためには、小児科医の関与が望ましいとしている。

小児科医による生後早期からの関わりと、妊娠・出産から乳児期早期の切れ目ない支援を実施することを目的として、宇部市では2015（平成27）年4月から、「地域少子化対策強化交付金」を利用した「産科・小児科つないで安心プロジェクト」事業を開始した。事業の概要は、「赤ちゃんのおせわブック」の作成・配布、「産科退院時連絡システム」と「生後2週間健診」である。

「赤ちゃんのおせわブック」は、母子保健に携わる保健師と小児科医会が協力し、出産準備教育として話しておきたい内容を冊子としてまとめたもので、乳児の泣きや母乳の悩みへの対応、抱っこのすすめ、産後の母親の体と心の変化、きょうだいへの対応など、乳児との生活の始まりによく経験する不安や心配事への対処方法や、小児科医からのアドバイスがまとめられている。また、小児科において、「産科退院時情報提供書」により産科医から提供された妊娠・分娩に関する情報をもとに生後2週間健診を実施し、これまで以上に手厚い支援体制が構築できるよう努めているところである。

おわりに

近年、子育て家庭が様々な困難を抱えていることが広く認知されるようになり、子育てを支えるためには、出産後だけでなく、妊娠が判明した時点からの継続した支援が必要であると捉えられるようになっている。子どもと子育てのプロである小児科医が、生後早期の赤ちゃんと母親に寄り添うことで、育児不安が軽減し、“この子を産んでよかった”と思える充実した子育てにつながると確信している。

参考文献

橋本洋子：周産期精神保健―赤ちゃんと家族のはじまりを支える―．第10回赤ちゃん成育ネットワーク研修フォーラム講演抄録集　2015年3月

西巻滋：よりよい2週間健診のために母親の期待に応える．助産雑誌2014；68：694-699