



☆

周産期の女性の メンタルヘルスに関する アンケート調査

平素はアンケート調査にご協力いただき誠にありがとうございました。これは産後1か月目のアンケートです。今回も宜しく願い申し上げます。前回もご説明いたしましたように、今回の調査はあくまで研究目的ですので、参加・不参加は皆様の自由意思によります。ご参加なさらなくても、今後の診療に何ら不利益はございません。ご記入いただきましたアンケートや面接の内容はすべて番号化して処理し、個人情報が他に知れることはありません。今回の結果は、これからの女性とお子さんへの医療のなかに、「こころへの配慮」を増やす基礎資料となりますので、ご参加を心からお願い申し上げます。

今回のアンケートはご記入が終わられたら面接担当者にお渡し下さい。

厚生省心身障害研究「これからの妊産婦の健康管理システムに関する研究」

主任研究者 九州大学医学部 婦人科学産科学教室 教授 中野 仁雄

お名前 _____

事務用欄

施設番号

カルテ番号

産後 1 か月用

今回のご妊娠とご出産について

アンケートの記載年月日をお書き下さい。

平成____年____月____日

1 今回のご出産はどう感じられましたか？

- 1) 思ったより軽かった
- 2) 思った通りだった
- 3) 思ったより大変だった

2 妊娠期間中に母親学級で産後のメンタルヘルスについてのビデオを御覧になられましたか？

- 1) 見なかった  4に飛んで下さい
- 2) 見た

3 産後のメンタルヘルスについてのビデオは役立ちましたか？

- 1) 全く役に立たなかった
- 2) あまり役に立たなかった
- 3) どちらともいえな
- 4) 少し役に立った
- 5) 大変役に立った

4 具体的にはどのような点で役立ちましたか？ 当てはまるもの全ての○を付けて下さい。

相談窓口の案内

自分で意識して無理を避けた

周囲の人の理解と協力を得た

その他（ご記入下さい）

5 赤ちゃんの性別（男の子さん・女の子さん）についてどう感じられましたか？

- 1) よかった
- 2) どちらでもない
- 3) がっかりした

6 赤ちゃんの性別（男の子さん・女の子さん）についてご主人（パートナーの方）はどう感じられまようのですか？

- 1) よかった
- 2) どちらでもない
- 3) がっかりした

育児・家事・生活について

- 1 産科病棟入院中と退院後の出来事やご様子について伺います。それぞれの項目について入院中および退院後に体験なされたことがあるなら「はい」に、なければ「いいえ」に○を付けて下さい。「はい」の場合は、それがあなたにどれほど影響を与えたかを+100点から-100点の間の得点で評価してください。出来事の中には悪いものや困ったものやイヤなものもありますが、良かったものや嬉しいものや助かったものもあります。一番悪いものを-100点、一番良いものを+100点として、それぞれどれほどだったか全体的な評価でお答え下さい。このリストにないことは、その他として同じように扱って下さい。

例： 空き巣にあった (はい) いいえ (-31)

例： 宝くじに当たった (はい) いいえ (+56)

からだの症状

疲労	はい	いいえ	()
食欲増加	はい	いいえ	()
食欲低下	はい	いいえ	()
嘔気・嘔吐	はい	いいえ	()
会陰切開部の痛み	はい	いいえ	()
帝王切開部の痛み	はい	いいえ	()
その他の痛み	はい	いいえ	()
不眠	はい	いいえ	()
失禁	はい	いいえ	()
乳腺炎	はい	いいえ	()

生活パターンの変化

里帰り	はい	いいえ	()
住居が手狭になった	はい	いいえ	()
内装の変更	はい	いいえ	()
生活リズムの変更	はい	いいえ	()
引っ越し	はい	いいえ	()
外出がむずかしい	はい	いいえ	()

ご自分の体型

体重が戻らない	はい	いいえ	()
体型が崩れた	はい	いいえ	()
シミなど皮膚の変化	はい	いいえ	()

金銭上の出来事

出費がかさんだ	はい	いいえ	()
---------	----	-----	-----

借金・ローンを組んだ	はい	いいえ	()
医療費の心配	はい	いいえ	()
定収入が減った	はい	いいえ	()
<u>家族・親族について</u>			
実家の両親の反応	はい	いいえ	()
夫（パートナー）の両親の反応	はい	いいえ	()
夫（パートナー）の反応	はい	いいえ	()
夫婦生活（セックス）の変化	はい	いいえ	()
親戚の付き合い	はい	いいえ	()
<u>家庭の外の出来事</u>			
友人との付き合い	はい	いいえ	()
趣味の時間	はい	いいえ	()
<u>職業上ので出来事</u>			
勤務を開始した	はい	いいえ	()
勤務内容の変更	はい	いいえ	()
学校に行き始めた	はい	いいえ	()
<u>子育てについて</u>			
子育てがむずかしい	はい	いいえ	()
授乳の困難	はい	いいえ	()
夜の授乳	はい	いいえ	()
<u>赤ちゃんについて</u>			
なかなか泣きやまない	はい	いいえ	()
夜泣き	はい	いいえ	()
寝付きが悪い	はい	いいえ	()
赤ちゃんの感染症やその他の病気	はい	いいえ	()
赤ちゃんの入院	はい	いいえ	()
赤ちゃんの手術	はい	いいえ	()
ふたご・みつご	はい	いいえ	()
死産だった	はい	いいえ	()
<u>その他</u>	はい	いいえ	()

「はい」と答えられた育児・家事・生活の出来事について、内容をお書きください。また、お感じになったこと、考えられこともご自由にお書きください。

2 前の頁の項目でマイナス点をつけた出来事についてどの様に対応なさいましたか。苦しくて、つらい出来事が起こったときのいろいろな対処方法のリストを下に掲げました。それぞれの対処方法を、今回あなたがどれくらい用いたかについて、(1)「ぜんぜん用いなかった」(2)「少し用いた」(3)「ときどき用いた」(4)「しばしば用いた」(5)「非常にしばしば用いた」のうちから1つ選んで、その数字を○で囲んで下さい。

ぜんぜん 用いなかった	少し用いた	ときどき 用いた	しばしば 用いた	非常にしばしば 用たる
1	2	3	4	5

- | | |
|--|-----------|
| (1) そのことについてあまり考えないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (2) 状況を軽く考えた。その事についてあまり深刻にならないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (3) 状況を改善する方法がないかを考えた | 1-2-3-4-5 |
| (4) 問題の原因となった人に直接言ってみた | 1-2-3-4-5 |
| (5) 友人や身内の者にアドバイスや援助を求めた | 1-2-3-4-5 |
| (6) 友人や身内の者に情緒的ななぐさめや支えを求めた | 1-2-3-4-5 |
| (7) そのような状況がなくなってしまえとか、
何とか終わってしまえばよいのにと願った | 1-2-3-4-5 |
| (8) あまりに性急に行動しないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (9) お祈りをした、あるいは神や宗教を信じた | 1-2-3-4-5 |
| (10) 状況についての考え方を変えて、それがあまり自分の気持ちを
乱さないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (11) 専門家に相談した | 1-2-3-4-5 |
| (12) いかにもひどい状況であるかを家族や友人には内緒にして、彼等の
負担にはならないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (13) 気恥ずかしいことにならないように、気持ちを顔に出さないようにした | 1-2-3-4-5 |
| (14) 問題を解決する努力に対して自分の感情が妨げにならないようにした | 1-2-3-4-5 |

3 専門家に相談したと答えられたかたのみに伺います。相談した専門家はだれでしたか？ 当てはまるもの全ての○を付けて下さい。

産科医	助産婦	看護婦	保健婦	小児科医
精神科医	臨床心理士	ケースワーカー		その他

育児・家事・生活の出来事について、どうされたのか、具体的内容をご自由にお書きください。

4 先ほどあなたがマイナス点つけた実際に起きたいいかの出来事について、何人の人が何をしてくれたのかについてお答え下さい。また、あなたがそのことに満足している程度について当てはまるものの数字に○を付けて下さい。

(1) あなたの気持ちをよく理解してくださった方、分かってくれた方はどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 _____名

あなたはそのことに・・・

1) 不満

2) どちらかといえば不満

3) どちらかといえば満足

4) 満足

(2) 冷静で適切な助言や指導をしてくれた方はどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 _____名

あなたはそのことに・・・

1) 不満

2) どちらかといえば不満

3) どちらかといえば満足

4) 満足

(3) あなたにかわって家事や仕事をしてくれた方はどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 _____名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

- (4) 乱暴な言葉や行動で、あなたの気分を害したり怒らせたりしたのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 _____ 名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

- (5) 話題にしてほしくないことまで話題にされて、あなたの気分を害したのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 _____ 名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

(6) あなたに余計な世話を焼いて、あなたの気分を害したり怒らせたのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 　　　　　　名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

(7) あなたが期待していたほどには気持ちを理解してくれなかったのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 　　　　　　名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

(8) あなたが期待していたほどには冷静で適切な助言や指導をしてくれなかったのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）

ご実家のお父様

ご実家のお母様

兄弟姉妹（　　）名

夫の父親

夫の母親

女性の友人（　　）名

男性の友人（　　）名

その他の人（　　）名

合計 　　　　　　名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

(9) あなたにかわって仕事をしたり手伝ってくれると期待していたのに、期待ほどにはやってもらえなかったのはどなたでしたか？ 全部で何人おられましたか？ 当てはまる名前に○をして下さい。

ご主人（同棲の相手）	ご実家のお父様
ご実家のお母様	兄弟姉妹（　　）名
夫の父親	夫の母親
女性の友人（　　）名	男性の友人（　　）名
その他の人（　　）名	
	合計　　_____名

あなたはそのことに・・・

- 1) 不満
- 2) どちらかといえば不満
- 3) どちらかといえば満足
- 4) 満足

5 あなたは妊娠中、家事にどのくらい時間をかけておられましたか。週に何回でしたか。1日に平均で何分ぐらいですか。

週 _____ 回 1日 _____ 分

妊娠期間中に行った家事を全てに○を付けて下さい。

朝の炊事	朝の食器洗い	昼の炊事	昼の食器洗い	夜の炊事
夜の食器洗い	掃除	洗濯	洗濯物取り込み	アイロンかけ
日用品の買い物	ごみ捨て	風呂場の掃除		

6 あなたは出産後、家事にどのくらい時間をかけておられますか。週に何回ですか。1日に平均して何分ぐらいですか。

週 _____ 回 1日 _____ 分

出産後に行っている家事を全てに○を付けて下さい。

朝の炊事	朝の食器洗い	昼の炊事	昼の食器洗い	夜の炊事
夜の食器洗い	掃除	洗濯	洗濯物取り込み	アイロンかけ
日用品の買い物	ごみ捨て	風呂場の掃除		

7 ご主人（パートナーの方）はあなたの妊娠中、家事にどのくらい時間をかけておられましたか。週に何回ですか。1日に平均して何分ぐらいですか。

週 _____ 回 1日 _____ 分

妊娠期間中にご主人（パートナーの方）が行った家事を全てに○を付けて下さい。

朝の炊事	朝の食器洗い	昼の炊事	昼の食器洗い	夜の炊事
夜の食器洗い	掃除	洗濯	洗濯物取り込み	アイロンかけ
日用品の買い物	ごみ捨て	風呂場の掃除		

8 ご主人（パートナーの方）はあなたの出産後、家事にどのくらい時間をかけておられますか。週に何回ですか。1日に平均で何分ぐらいですか。

週 _____ 回 1日 _____ 分

出産後にご主人（パートナーの方）が行っている家事を全てに○を付けて下さい。

朝の炊事	朝の食器洗い	昼の炊事	昼の食器洗い	夜の炊事
夜の食器洗い	掃除	洗濯	洗濯物取り込み	アイロンかけ
日用品の買い物	ごみ捨て	風呂場の掃除		

最近のご様子について

ここでは、あなたが最近どのように感じているかをお尋ねします。次の10の設問について4つの選択肢のうち、あなたのこの1週間の御様子に最も近いものに○をつけて下さい。

あなたはこの1週間に...

1 笑うことができたし、物事のおかしい面もわかった。

- 1) いつもと同様にできた
- 2) あまりできなかった
- 3) 明らかにできなかった
- 4) 全くできなかった

2 物事を楽しみにして待った。

- 1) いつもと同様にできた
- 2) あまりできなかった
- 3) 明らかにできなかった
- 4) ほとんどできなかった

- 3 物事が悪くいった時、自分を不必要に責めた。
- 1) はい、たいていそうだった
 - 2) はい、時々そうだった
 - 3) いいえ、あまり度々ではない
 - 4) いいえ、そうではなかった
- 4 はっきりした理由もないのに不安になったり、心配した。
- 1) いいえ、そうではなかった
 - 2) ほとんどそうではなかった
 - 3) はい、時々あった
 - 4) はい、しょっちゅうあった
- 5 はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。
- 1) はい、しょっちゅうあった
 - 2) はい、時々あった
 - 3) いいえ、めったになかった
 - 4) いいえ、全くなかった
- 6 することがたくさんあって大変だった。
- 1) はい、たいてい対処できなかった
 - 2) はい、いつものようにはうまく対処しなかった
 - 3) いいえ、たいていうまく対処した
 - 4) いいえ、普段通りに対処した
- 7 不幸せなので、眠りにくかった。
- 1) はい、ほとんどいつもそうだった
 - 2) はい、ときどきそうだった
 - 3) いいえ、あまり度々ではなかった
 - 4) いいえ、全くなかった
- 8 悲しくなったり、惨めになった。
- 1) はい、たいていそうだった
 - 2) はい、かなりしばしばそうだった
 - 3) いいえ、あまり度々ではなかった
 - 4) いいえ、全くそうではなかった
- 9 不幸せなので、泣けてきた。
- 1) はい、たいていそうだった
 - 2) はい、かなりしばしばそうだった
 - 3) ほんの時々あった
 - 4) いいえ、全くそうではなかった
- 10 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた。
- 1) はい、かなりしばしばそうだった
 - 2) 時々そうだった
 - 3) めったになかった
 - 4) 全くなかった

↓ **検索用テキスト** OCR(光学的文字認識)ソフト使用 ↓
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります

妊産褥婦へのエモーショナル・サポートに関する多施設共同研究