

多胎児支援の方法に関する研究

服部律子 堀内寛子 清水智美 兼子真理子 (大学) 田口由紀子、福士せつ子、松原千里 (県立多治見病院) 大法啓子 (県立岐阜病院) 藤野弘子 (大垣市民病院)

はじめに

近年不妊治療の普及に伴って、全国的に双子・三つ子をはじめとする多胎児出産は、増加している。1950～70年代には、双子の出産は、大きな変動はなく出産千に対して、6.1～6.4程度であったが、1980年代後半よりIVF-ET(体外受精胚移植)などの生殖補助技術の発達のため、年々上昇を続け1999年では10.0となった。双胎妊娠はハイリスク妊娠として位置付けられ、妊娠中の異常の発生率も単胎の妊娠に比べると高く、妊娠中毒症は20～30%、早産は42.2%であるといわれている。また双胎の周産期死亡率も高率であり、1980～1991年では出生千に対し双胎では46であり、単胎の5～6倍である。

岐阜県の現状も同様に、多胎児の出産は、1998年では双子207組、三つ子3組、2001年では双子253組、三つ子2組と増加している。岐阜県でも多胎児の支援活動への関心は高いが、昨年報告したように、保健所や保健センターの管轄地域が広いことに比べて、出産数が少なく、多胎育児への専門的な知識の不足などもあり、実際には十分な支援が実践されていない課題がある。

今年度は多胎児を出産する母親と家族への包括的なケアを実践するに当たって、助産師をはじめとする施設内看護職が積極的に関わることのできる、妊娠中のケアに焦点をあて、妊娠中に求められる看護援助を検討し、実践への取り掛かりとしたいと考え、共同研究を行った。付け加えて、多胎児を育てている母親へのインタビューを行い、育児の実態や望まれる妊娠中の指導の検討も行ったので報告する。

研究1

研究1は、多胎を出産した母親に対し、妊娠中から必要だった援助について明らかにすることを目的として行った。

対象と方法

妊娠中のケアに関しては、県立多治見病院産婦人科病棟の多胎チームとの共同研究での結果の一部(妊娠期のケア)である。対象は県立多治見病院で平成12年から平成13年までに多胎児を出産した母親である。方法は郵送によるアンケート調査であった。内容は主として妊娠中の指導に関

することである。母親へのインタビューは関保健センターで行い、多胎児サークル「ツインズ」のスタッフ4名にグループで自由に語っていただいた。インタビューの所要時間は、約1時間40分であった。インタビュー内容は、随時メモを取り、後日文章に起こした。調査結果のうち、妊娠期のケアに関しての望まれる支援については、自由記載を意味内容ごとの1つの文章にして分析し、カテゴリーに分類した。またインタビュー内容も聞き取った内容から、同様の方法で分析した。

結果

調査用紙の返答は16名であった。母親の平均年齢は32.7歳 双子15組 三つ子1組で、児の平均月齢24.3か月であった。分析の結果6つの大項目があげられた。以下にそれらの内容を示す。

① 多胎妊娠がハイリスクであることの意味が理解できない

この項目の内容には、「ハイリスクだと言われるが、どういう意味かわからなかった」「どのように日常生活をおくったら安静なのかかわからない」「無理をせず、と言われるが、無理をしたらどうなるのかかわからない」「母親学級等で多胎児対象の妊娠・出産のアドバイスが欲しい」「医師から妊娠中起こりやすい異常の事ばかり言われた」などの記述があった

② 多胎妊娠中に育児の情報が欲しい

この項目の内容には「母親学級等で多胎児の育児のアドバイス、指導の時があるといい」「育児用品など何をどれだけ揃えたらよいかかわからなかった」などがあった。

③ 多胎妊娠中の胎児の健康状態などに関する情報が欲しい

胎児の健康状態については主として入院を経験した母親からであった。「双子だと、どちらの胎動か分からない事もあり、どちらか片方だめになってないかしら?とかよく不安になった」「長期入院だったので、胎児の成長だけが楽しみだった、もっと胎児の様子を知りたかった」などがあった。

④ 多胎妊娠中の様々な不安を聞いて欲しい

これには「妊娠中は不安だらけ」「もっと心のケアが必要」というものであった。

⑤ 小児科との連携をとり、妊娠中から NICU などの情報が欲しい

この項目は新生児に異常があり NICU に入院経験をもつ母親からのものであった。

⑥ 妊娠中から地域との連携をとって欲しい

これは地域の育児サークルの母親からの回答で、「妊娠中から地域の情報が伝わるようにして欲しい」というものであった。

考察とまとめ

妊娠中に望まれる援助ということで以上 6 項目が分類できた。もっとも多かったものとして、「多胎妊娠のリスクの具体的な意味がわからない」という内容であった。多胎妊娠は「ハイリスク」であるということは、医師や看護職にとっては当然のことであるが、始めて双子、三つ子を妊娠する母親にとっては、たとえ経産婦であっても「異常妊娠」や「ハイリスク妊娠」の言葉自体、耳慣れないもので、不安をかきたてられるものである。まず「ハイリスク」という言葉の意味を説明し、どのようなリスクが考えられるかを、丁寧に妊婦に伝えることが、必要であろう。これについては、主として医師から説明されることも多いと思うが、看護職はさらに妊婦の理解に応じて説明しなおしたり、わかりにくいところがないか聞いたりすることは、必要である。妊娠中はたとえ正常妊娠でも不安が強いといわれているが、「ハイリスク」となると、さらにその不安も高まり、妊婦は落ち着かない気持ちでいると思われる。

リスクが高いと安静を指示されることになるのだが、「安静にしていして下さい」だけでは、妊婦にとって、どうすることが「安静」なのか具体的なイメージをもちにくいことがある。散歩にでかけることは、安静にしていることと思っている人もいるし、手のかかる幼児の子育てをしている母親には、安静のイメージがつきにくい。また本人が安静が必要と理解していても、家族が理解できていない場合もある。家族特に祖父母では、お産は病気ではない、といった思いがあるため、たとえ多胎でも、入院していなければ、安静が必要な状態であるとは考えられないことがある。

多胎妊婦には、家族を含めて、多胎妊娠のリスクと日常生活の過ごし方を、丁寧に指導していかなければならない。医師は医学的な説明はしても日常生活上の問題まで指導する立場ではない。また妊婦がもっとも望んでいるのは、「リスクが高いからどう生活していけばいいのか」ということである。個別な生活にそった指導は、ぜひとも看

護職が積極的に行っていかなければならない。

次に、リスクの説明とは別に、多胎妊娠の経過や分娩について、通常、母親学級で行われているような情報を得たい、ということがあげられる。多胎妊婦にとっても妊娠初期から産後の母体の問題、双子の育児について、断片的な情報ではなく一通りの知識が必要だと考えられる。それにはやはり、単胎の場合と同様に、多胎においても母親学級に相当する指導が不可欠であろう。多胎妊婦は NICU のある総合病院で管理される傾向が、年々高くなってきているので、外来通院の妊婦を対象にしても、集団での指導は可能と考えられる。また夫、祖父母など家族も含めた、指導の場をもつことも必要となってくる。

多胎妊娠について、医療側から情報は得ることはできても、多胎の育児に関しては、妊娠中に情報を得ることは難しく、母親は生活の予想のつかない不安をもっていることが多い。多胎の育児について経験者から直接聞ける機会があると、母親にとって、役に立つばかりでなく、心強い励みとなるであろう。

妊娠中の胎児の健康状態については、入院経験のある母親からのものであるが、胎児 2 人を育てていると思うと、順調に育っているかと不安も強い。多胎では胎児も 30 週以降は小さめに育ち、かつ体重差がでてくる事も多いので、胎児の健康状態については、状況をわかりやすく伝えることが必要である。胎動についても複数の胎動をそれぞれ別に認識することは難しく、一人一人の心音を聞くことで、安心を得ることも多い。

さらに「とにかく不安だらけ」といった回答があり、不安を聞いて欲しい、心のケアが必要といった要望があった。これは主に入院中の妊婦からの訴えであるが、特に変わりなく入院生活を過ごしているように見えても、不安は消えることなく、看護職に話を聞いてもらえるだけで、気持ちが落ち着くことも多いであろう。日常の配慮が必要とされる場所である。

地域との連携については、主に育児サークルの母親からあげられた。妊娠中からサークルの情報があると、生まれてからでも連絡がとりやすく、地域に仲間がいるという心づもりができる。また地域の保健師も出産後できるだけ早く、多胎児を出産した母親の家庭を訪問できることが望ましい。里帰り出産や、退院が長引くなど、保健師の訪問が受けられない場合も多い。妊娠中に保健師など専門職が、地域資源の活用や新生児訪問について、多胎児の妊娠や育児などの指導とともに事

前の説明があるとよい。

以上のように多胎児を産み育てる家族へのケアは妊娠中から、施設や地域の専門職による、個別なケアと、さらに集団を対象とした仲間作りを目指した指導など、きめ細やかな指導が不可欠と思われる。

研究2

研究2では多胎児でも特に双子を育児中の母親に対し、医療施設や地域で受けてきた保健サービスの評価と育児の援助者や母親の健康状態などを調査した。

対象と方法

対象は県立G病院およびO市民病院で双胎を出産した母親172名である。対照群として県立G病院で単胎児を出産した母親171名であった。方法は郵送による質問紙調査であり、調査の目的を文書で説明し、了解を得られた母親から返答を得た。質問の内容は母親の妊娠中・出産時の状況、育児の援助者、母親の健康状態などであった。

結果

1. 対象の概要

表1 対象の概要

	双胎	単胎
	平均±SD	平均±SD
母親の年齢(歳)	32.4±3.9	32.3±4.9
父親の年齢(歳)	34.6±4.4	35.1±4.9
在胎週数(週)*	35.4±2.7	38.6±1.6
出生体重(g)*	2180±550	3036±415
児の月齢(月)	18.4±1.1	16.6±0.9

*p<0.01

表1に対象の概要を示した。母親の年齢、父親の年齢、児の月齢には両群で有意差はなかった。在胎週数と出生体重については、双胎群のほうが有意に低値だった。

2. 双子の保健指導について

妊娠中の異常・出産時の異常について表2、3に示した。双胎では妊娠中の異常は、単胎に比べて有意に多く、切迫早産は双胎では約60%が経験しており特に多かった。出産時の異常は帝王切開が双子に有意に多く、80%が帝王切開で出産していた。また早期産も多かった。

妊娠中からの保健指導についての満足度を表4に示した。双胎と単胎で差が認められたのは、妊娠中の保健センターでの保健師による指導について「育児に関する病院での医師や看護師の

指導について」「育児に関する保健センターでの指導について」であり、いずれも双胎の母親の方が満足度が低かった。妊娠中の病院での医師や看護師の指導については、単胎とほとんど変わらないが、医師の指導については、双胎の方が高いほどであった。

3. 育児の援助者

育児の相談相手は、双胎、単胎とも夫が最も多く、次に実母であった。差が見られたのは、友人で双胎の方が有意に少なかった。双胎では相談相手がいないとしたものが3名あった。育児の手伝いも双胎、単胎とも夫が最も多く次に実母であった(表5、6)。

表5 育児の相談相手

	双胎(90)	単胎(91)
夫	68(75.6)	70(76.9)
実母	63(70)	68(74.7)
義母	19(11.1)	26(28.6)
姉妹	17(18.9)	20(22)
友人	43(44.4)	63(69.2)
保健師	6(6.7)	8(8.8)
医師	5(5.5)	7(7.7)
保育士	4(4.4)	10(11.1)
なし	3(3.3)	0

表6 育児の手伝い

	双胎(90)	単胎(91)
夫	68(75.6)	70(76.2)
実母	55(61.1)	61(67.0)
義母	38(42.2)	41(45.1)
姉妹	20(22.2)	13(14.3)
友人	6(6.6)	7(7.7)
実父	23(25.6)	29(31.9)
義父	21(23.3)	23(25.3)
ベビ-シッター	2(2.2)	1(1.1)
なし	4(4.4)	3(3.3)

育児サークルに入っている母親は双胎の方が少なかったが、入っていない人で育児サークルに入りたいと思っている人は、有意に多かった(表7)。

4. 母親の体調

産後の体調は、産後2~3ヶ月の時期を想起して答えたものであるが、双胎と単胎と大きな差はなかった。訴えの多かったものを以下にあげる。「眠い」は双胎で68.5%、単胎で61.5%、「腰が痛い」は双胎で40.4%、単胎で30.8%「気分が不安定」は双胎で38.2%、単胎で27.5%「全身がだるい」は双胎で33.7%、単胎で31.9%

る」は双胎で 28.1%、単胎で 36.3%などであった。双胎と単胎で有意差があったものは「むくみがある」で双胎で 13.5%、単胎で 3.8%と双胎の方が多かった。現在の体調については、双胎、単胎とも多かったものでは「肩がこる」双胎 38.8%、単胎 38.5%、「腰が痛い」は有意に双胎の母親の方が多く、37.8%、単胎 23.1%であった。「眠い」は双胎で 33.3%、単胎で 30.8%、「イライラする」は双胎で 28.9%、単胎で 37.4%であった。

さらに「体調は元に戻らない」と答えている母親は、有意に双胎の方が多く、また子どもの育てやすさということについても、「育てにくい」と回答している母親が双胎に有意に多かった（表 7）。

表 7 子どもの育てやすさと母親の体調の回復

	双胎	単胎
育てやすい***	40 (46.5)	16(17.5)
育てにくい	46 (53.5)	74(82.2)
体調は戻った*	68 (78.2)	83(91.2)
戻らない	19 (21.8)	8 (8.6)

考察

1. 保健指導について

母親が受けた保健指導については、妊娠中の指導については、満足度が高かった。このことは、対象の多くが、妊娠中に入院経験があることが影響していると考えられる。入院中には、看護職からも情報が得やすいであろう。また医師についても、日常の回診や検査の説明など、その時点での状況を聞く機会は、単胎の妊婦の外來通院よりも多いと考えられるので、満足度は高くなっている。

しかし、保健センターなど地域での指導には不満をもつ母親が多い。また双子の育児の指導については、病院・地域とも満足度は低くなっており、地域における妊娠中からのサポートとともに、出産してからの病院の外來や訪問指導、健診での指導などについても今後は考慮していく必要があると思われる。

2. 母親の体調と育児

育児の相談相手や援助者では、双胎と単胎とで大きな違いはなかったが、相談相手では、単胎では友人が相談相手になることが多いのだが双胎では、単胎よりも少なくなっている。このことは、共通して話せる話題が少なく、育児の相談でも単胎の母親の経験では、解決にならないことが多いのであろう。双胎では相談相手がいない、と答え

た母親も 3 人あり、双子の育児について、悩んでいる母親も多いのではないだろうか。「子どもは育てやすいか」という質問には、「育てにくい」と答えている母親が、単胎と比べ多かったのも、双子育児に悩む母親が多いことを表している。

母親の体調についても、現在の体調の比較では「腰が痛い」という訴えを除いて、個々の症状では単胎の母親と差はなかったのであるが、全体として、体調が元に戻らない、という感覚をもっており、育児の疲労が蓄積しているのではないかと考えられる。

まとめ

双胎の母親の育児の実態を把握し、単胎の母親と比較する目的で、質問紙調査を行った。その結果、双胎の母親では地域での保健指導や育児指導に不満足な母親が多く、妊娠から育児までの一貫した指導が必要と考えられた。また双胎の母親は、体調も元に戻らない、と感じている母親が多く、子育ても、単胎の母親と比べると、育てにくさを感じている母親が多かった。双胎の母親には特に、双子であることを念頭においた個別なケアの必要性が示された。

討論

- ・多胎の妊婦に外來で特別に指導することが必要だが、なかなかできていない。この内容にもあるように、もっと具体的に指導する必要がある。
- ・新生児センターでは双胎や品胎が多いが、産科との連携が大切
- ・地域での訪問は、里帰りなどで保健所や市町村との連携がうまくかないときがある。訪問ができていないこともあるので、積極的に訪問していきたい
- ・家族を含めた指導が大切だと思った。家族の理解が少ない場合も多いことがわかった。

表2 妊娠中の異常

		双胎 n=90(%)	単胎 n=91(%)
妊娠中の異常***	あり	74 (82.2)	39 (42.9)
	なし	16 (17.8)	52 (57.1)
妊娠悪阻	あり	4 (4.4)	2 (2.2)
	なし	86 (95.6)	89 (97.8)
切迫流産**	あり	24 (26.7)	8 (8.8)
	なし	66 (73.7)	83 (91.2)
切迫早産***	あり	52 (57.8)	17 (18.7)
	なし	38 (42.2)	74 (81.3)
妊娠中毒症**	あり	17 (18.9)	5 (5.5)
	なし	73 (81.1)	86 (94.5)
貧血***	あり	32 (35.6)	8 (8.8)
	なし	58 (64.4)	83 (91.2)
前期破水*	あり	7 (7.8)	1 (1.1)
	なし	83 (92.2)	90 (98.9)

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

表3 出産時の異常

		双胎 n=90(%)	単胎 n=91(%)
出産時の異常***	あり	72 (80.0)	33 (36.3)
	なし	18 (20.0)	58 (63.7)
帝王切開***	あり	72 (80.0)	25 (27.5)
	なし	18 (20.0)	66 (72.5)
多量出血	あり	3 (3.3)	5 (5.5)
	なし	87 (96.7)	86 (94.5)
早期産***	あり	21 (23.3)	1 (1.1)
	なし	69 (76.7)	90 (98.9)
微弱陣痛	あり	3 (3.3)	1 (1.1)
	なし	87 (96.7)	90 (98.9)
羊水混濁	あり	0 (0)	5 (5.5)
	なし	90 (100)	86 (94.5)
子宮内感染	あり	0 (0)	1 (1.1)
	なし	90 (100)	90 (98.9)

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

表4 専門職の妊娠中から育児期の指導への満足

専門職の指導		満足	不満足
妊娠中の病院の医師による指導について	双胎	76 (84.4)	14 (15.6)
	単胎	72 (79.1)	19 (20.9)
妊娠中の病院の助産師・看護師による指導について	双胎	77 (85.6)	13 (14.4)
	単胎	79 (86.8)	12 (13.2)
妊娠中の保健センターでの保健師による指導について*	双胎	32 (35.6)	58 (64.4)
	単胎	52 (57.1)	39 (42.9)
育児に関する病院での医師や看護師の指導について*	双胎	45 (50.0)	45 (50.0)
	単胎	66 (72.5)	25 (27.5)
育児に関する保健センターでの指導について**	双胎	36 (40.0)	54 (60.0)
	単胎	64 (70.3)	27 (29.7)

*p<0.01 **p<0.001

多胎児の母親からみた妊娠中に必要な援助

<p>多胎妊娠のリスクの具体的な意味がわからない</p>	<p>他院ですが、双子だから危険！と言う感じがすごく強くて、薬をすすめられることが多かったり、前もって子宮口をしぼったり、本当にそこまで必要なのかと疑問を感じながらいました。</p> <p>管理入院の時、安静の意味がわからなかった。初めての出産だったので、何で入院しなくてはいけないのか、もう少し説明してもらえると良かったです。</p> <p>医師から妊娠中起こりやすい異常の事ばかり言われたので、途中から「私の双子は障害を持って生まれてくるんだ・・・」と思い込むようにすらなりました。すごく不安になって怖かったのを思い出します。</p> <p>ハイリスクだと言われるが、どういう意味がわからなかった。</p> <p>どのように日常生活をおくつたら安静なのかわからない。</p> <p>リスクにはどういうものがあるのか、よくわからない</p> <p>無理をせず、と言われるが、無理をしたらどうなるのかわからない</p> <p>上の子がいたら、普通に家でも動いてしまう。安静は保ちにくい</p> <p>安静と言われても、自分では普通の生活のつもりで、散歩もしていた</p> <p>家族には妊娠は病気ではないからと言われ、ふたごでもそれほど重大には考えてもらえなかった</p>
<p>多胎妊娠と出産、育児についての知識と情報をきちんと教えて欲しい</p>	<p>妊娠の経過を多胎と単胎と比較して教えて欲しい</p> <p>本人だけ話を聞いても、家族には伝わらない、家族は理解していないことがあり、家族を含めて指導して欲しい</p> <p>母親学級等で多胎児対象の出産、育児のアドバイス、指導の時があるといいかと思えます</p> <p>出産方法の指導はありましたが、どうしても悪い方のことを考えてしまいそうになる話だったので、少し悩みました。話も大切な事ですが、もう少し安心できるような指導をして欲しい</p> <p>育児用品など何をどれだけ揃えたらよいかわからなかった</p>
<p>多胎妊娠中の胎児の健康状態などに関する情報が欲しい</p>	<p>もっと子供が(胎児)、今どのような状態か説明して欲しい。</p> <p>普通の健康な妊娠生活を送れなかったので(長期の入院生活)、胎児の成長が楽しみだったのに不安ばかりかきたてられた。</p> <p>双子だと、どちらの胎動が分からない事もあり、どちらか片方だめになってないかしら？とかよく不安になった</p>
<p>多胎妊娠中の様々な不安を聞いて欲しい</p>	<p>実際多胎を妊娠した母親としては1から10まで全てが分からなくて、不安だらけ もっと心の面のケアが必要</p>
<p>妊娠中から地域との連携をとって欲しい</p>	<p>妊娠中から地域の情報が伝わるようにして欲しい</p> <p>育児サークルなども出産すると忙しくて連絡がとれない。妊娠中にサークルの情報があるといい</p> <p>里帰り分娩が多いが、帰ってきたときにサークルや保健センターと連絡が取れないことが多い、保健センターからの訪問もされないことも多い</p>