



[原著]

## 産後 1 年未満の父親の抑うつに関する文献検討

デッカー清美<sup>1)</sup>、丸山昭子<sup>2)</sup>、大澤優子<sup>3)</sup>、田中瞳<sup>4)</sup>1) 九州看護福祉大学看護学科・助産師専攻科、2) 松蔭大学看護学部看護学科  
3) 埼玉医科大学保健医療学部、4) 横浜市立大学医学研究科

### 要旨

本研究の目的は、産後 1 年未満の父親の産後の抑うつについて先行研究をレビューし、その内容や影響について明らかにし、父親が抑うつに陥らないための支援について示唆を得ることであった。そこで、2007～2017 年の国内外の文献を研究対象とし、CiNii、Medical Online、PubMed、Cochrane のデータベース並びに関連先行研究の文献リストを参照し検索した。その結果、和文献 7 件、英語文献 17 件の 24 件の論文を対象とした。産後の早い時期に抑うつになる父親が増加傾向にあり、家族に影響を及ぼす可能性が報告されていた。また、産後約 10.4%の父親が高いレベルの不安症状がみられたという調査結果であった。父親の産後の抑うつは母親同様、情緒不安定や社会性の低下など子どもの発育・発達に影響があると示唆されていた。国内では、母親の産後うつの研究は多く行われているが、父親の産後の抑うつに関する研究は海外と比較するとほとんど行われていない。今後、父親の子育てへの参画が増えていくとともに産後の父親の抑うつが増えていくことが予想される。しかし、子育てをする父親への支援は少ないと言える。父親が心にゆとりがもてる社会体制、教育プログラムなどを構築していくことは今後の重要な課題である。

キーワード：父親、親、抑うつ、産後うつ

### 序論

女性の高学歴および社会進出とともに、就業継続しながらの出産・子育ての両立が難しい状況の中、核家族化の進行や育児機能の低下が指摘され、父親の子育てに関する存在意義に焦点があてられるようになった<sup>1)</sup>。そして、父親の子育て参加が望まれる社会へと変化し両親学級や父親教室等、父親の子育て支援が行われるようになってきている。そのため父親も精神的葛藤をおこしやすく、母親だけでなく産後父親も抑うつ状態になることが認知されるようになった。共働き世帯が増加する現在、仕事や家庭という夫役割に加え、理性的判断、自己の欲望への制限、社会規範等を教える教育的機能を担う存在である父親役割が期待

され、親役割として育児を担う役割を担うことが求められている。その役割の様相の変化に伴い、父親は精神的葛藤やストレスを経験し、メンタルヘルスに影響を及ぼすことが明らかになってきた<sup>1)</sup>。

近年、「産後うつ」は母親だけを焦点に研究されてきたが、父親になる過程で父親にも「産後うつ」が出現することが報告されていた<sup>2,3)</sup>。母親が産後 3 ヶ月～1 年未満の時期に父親が最も産後の抑うつ状態になりやすいことが報告されていた<sup>4)</sup>。国内では、産後 4 ヶ月の父親のうつの有病率は、13.6%でパートナーが産後うつであることと婚姻関係の満足度の低さが関連していると報じられていた<sup>5)</sup>。他に、父親の妊娠期から産後に関連した抑うつは、妊娠初期・中期の男性 11%、後期の 12%、産後 3 ヶ月は 7.7%、産後 3～6 ヶ月が 25.6%、産後 6～12 ヶ月が 9%で、妊娠期～産後 1 年

連絡先：デッカー清美

E-mail: k-decker@kyushu-ns.ac.jp

〒 865-0062

熊本県玉名市富尾 888 番地

九州看護福祉大学

TEL/FAX 0968-75-1865

2019 年 6 月 27 日受付

2019 年 9 月 25 日受理

までの期間は 10.4%という有病割合であった<sup>4)</sup>。また、年間 100 人あたりの父親の産後の抑うつ発症率は年々増加傾向にあり、生後 1 年未満が最も高く 3.6%で、その後は 2.0~2.7%の間で横ばいになるという報告がされていた<sup>3)</sup>。

子どもの誕生は、家族に喜びを与えとともに両親は親という新しい役割に適応しようと努力する。しかし、夫婦関係の満足度、低い自尊心、雇用不安や社会的支援の低さ等の影響で子育てに負の感情を持つ場合、子どもの出産に関連して母親、父親がうつになるリスクは高くなることが予想される。抑うつ状態にある母親や父親の子どもは、将来うつ病、不安、多動性、行動や情緒障害等の心理社会的健康に負の影響を与えるという<sup>6)</sup>。そこで、本研究の目的は、産後 1 年未満の父親の産後の抑うつについて国内外の先行研究をレビューし、その実態および家族に与える影響などについて整理するとともに、父親が抑うつに陥らないための支援について示唆を得ることを目的とする。

## 方法

### 1. 文献・データの収集方法

産後 1 年未満の父親の産後の抑うつと家族との関連や影響について、先行研究のレビューを医中誌 web (会議録を除く)、CiNii、Medical Online、PubMed、Cochrane のデータベース並びに関連先行研究の文献リストを参照し検索した。そして、データベースの検索の際は、次のキーワードのいずれかを含む組み合わせで英語と日本語による文献レビューを行った。

1) father、paternal、父親、親; 2) depression、抑うつ; 3) postpartum depression、産後。「父親」、「抑うつ」と「産後うつ」の各キーワードとそれを組み合わせて検索した。検索期間は、2007 年 1 月 1 日~2017 年 12 月 31 日とした。

父親の産後の抑うつに関して、①父親の妊娠中から産後 1 年間の心身の状態について記述されていること、②父親の産後の抑うつに関する内容が記載されていることなどの論文を分析対象とし、タイトルと抄録から本文献検討の目的と関連が見込まれない論文は除外した。

### 2. 分析方法

出版年、著者、研究結果の項目および文献の概要に分けて整理した。

## 結果

父親の産後 1 年未満の抑うつおよび子どもの出産に関連する産後うつについて国内文献は 7 件、海外文献は 17 件の 24 件が該当しその結果を表 1、表 2 に示した。対象となった文献は、文献レビューが 6 件、

量的研究が 16 件、コホート研究が 2 件で、うつに関連する背景要因、家族に与える影響や支援などについて述べられていた。また、父親の産後の抑うつを測定する心理尺度は、EPSD (Edinburgh Postnatal Depression Scale)が最も多く用いられていることが報告されていた<sup>3)</sup>。次に CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression scale)や BDI (Beck Depression Inventory)など、これらの尺度が組み合わせて用いられていた (表 2)。

EPSD は、母親の産後うつを測定する尺度として多く用いられているが、父親の産後の抑うつ測定にも有用な尺度であることが示されていた<sup>7,8)</sup>。EPSD の測定値のカットオフ値は、地域や対象者の文化・社会的背景で異なり<sup>3)</sup>、国内では 9 点<sup>1) 2)</sup>、海外では 9~13 のカットオフ値が報告されていた<sup>7-10)</sup>。また、父親の産後の抑うつを測定する時期は 1.5 ヶ月から 12 ヶ月と多様で、その要因としてテストステロン、エストロゲン、コルチゾール、バソプレシン、オキシトシンやプロラクチンなどホルモンのレベルが低いという生物的要因<sup>8)</sup>、乳児との愛着形成が困難<sup>11)</sup>、子どもの気質<sup>12)</sup>、社会的支援が少ない<sup>1)</sup>、母親の産後うつ<sup>5)</sup>、生活スタイルや夫婦関係の変化などや文化的背景や地域性などの環境要因<sup>2, 13, 14)</sup> など様々なことが影響していた。父親の産後の抑うつ状態は、妻の不安・抑うつ状態<sup>13)</sup>、子どもの精神障害に関連性があること<sup>1, 15, 16)</sup>や子どもの発達阻害要因や夫婦間の葛藤など家族機能に影響を与えることが確認された<sup>3, 5, 8, 17, 18)</sup>。また、父親の抑うつは妊娠期の妻と同様の割合で現れ、産後 6 ヶ月は 16.3%、産後 1 年は、19.4%と高い割合で父親の抑うつの出現率は母親より高い結果が報告されている<sup>16)</sup>。父親の出産前後のメンタルヘルスに関する研究は少なく黎明期の領域と言える。

第 1 誕生に伴い、夫婦間の関係性の変化や抑うつ状態を高めやすい時期であることが報告されていた<sup>16)</sup>。そのため父親の産後の抑うつの有病率やリスク要因に関する理論的研究を促進し、介入していく必要性について検討されていた<sup>19)</sup>。その対策の一環として、父親が育児休暇を取得した場合の賃金の保証、専門的な治療のサポートや出生前後の教育支援の必要性が報告されていた<sup>10, 20, 21)</sup>。

## 考察

### 1. 産後の抑うつ

父親の子育て参画が言われるようになった今日、子どもの誕生とともに子育てに関わる父親の増加とともに産後の抑うつ状態

になる男性も増加することが予測される。父親の成育歴や小さい子どもとの接触体験がなどの個人要因から、子どもが苦手な子育てへの自信が低い<sup>2)</sup>。そのことが影響して親になるという「制約感」が強い父親ほど産後の抑うつ状態になりやすいのではないかと考える。しかし、国内での父親の産後うつまたは抑うつに関する研究は海外と比較すると少なく、今後父親の育児への参画の増加に伴い、研究課題として多く行われていくであろうと考えられる。

父親の産後の抑うつは、妊娠時期の頃から産後1年未満のうちに発症することが確認され、産後6か月から1年未満の有病率

が高く<sup>16)</sup>、慣れない父親役割に対する父親自身の不安、夫婦関係の変化や家族機能が影響することが示唆されていた<sup>13)</sup>。また、結婚生活の満足度や夫婦関係の希薄化、自尊心が低いこと、育児不安、子どもの気質、他方では父親の長い労働時間、雇用条件や無職など就労状態や社会的支援が少ない事などが父親の産後の抑うつを引き起こす要因となることが指摘されていた<sup>3, 12, 22)</sup>。

産後の抑うつは、母親だけでなく父親も陥りやすく、父親の抑うつの増加はその家族に深刻な結果をもたらすことが報じられており<sup>16)</sup>、父親にも母親同様育児支援が

表1 レビュー対象の文献一覧 (2007~2017)

出版年 No	著者	方法	結果の概要
2007	1 岩藤、無藤	量的	夫婦の抑うつ率は、妊娠期4.7%、産後6ヶ月2.3%、産後1年1.6%
	2 Kim, Swain	量的	産後うつの生物学的要因は、低いテストステロンやエストロゲンなどのホルモンが影響
2008	3 Ramchandani, Stein, O'Connor, Heron, Murray, Evans	コホート研究	抑うつの父親の子どもの精神障害の率は1.72%(7年間の調査)
	4 樋貝、遠藤、比江島、塩江	量的	父親のうつ状態は、職務内容や職場環境、給与に関連
2010	5 Paulson, Bazemore	文献	約10%の男性が産後にうつ
	6 Wilson, Durbin	文献	父親のうつ病は、育児行動にマイナスの影響と子どもの抑うつ状態の要因
	7 Edmondson, Psychogiou, Vlachos, Netsi, Ramchandani	量的	EPDSは父親の産後うつをスクリーニングするのに有効
2012	8 竹原, 須藤	文献	妊娠期~産後1年間、抑うつ状態の父親に産前から産後のケアが必要
2013	9 櫻沢, 大月, 鈴木	文献	第1子の父親の育児不安と抑うつ状態は、妻の不安・抑うつ状態や家族機能の問題と中等度以上の関連
	10 Musser, Ahmed, Foli, Coddington	文献	母親が産後うつになる可能性は高い場合、父親や子どもの成長に悪影響
	11 May, Fletcher	文献	出生前・産後教育は、父親のメンタルヘルスに有効
	12 Massoudi, Hwang, Wickberg	量的	はじめて父親になる男性の産後うつ状態を調査するのにEPDSかHAD-Aの尺度が有効
2014	13 Koh, Chui, Tang, Lee	量的	父の抑うつの予防および介入の重要性
2015	14 Nishimura, Fujita, Katsuta, Ishihara, Ohashi	量的	父親のうつ病の有病率は13.6%で、パートナーのうつ病と婚姻関係の満足度が影響
	15 Sethna, Murray, Netsi, Psychogiou, Ramchandani	量的	出産後のうつ病は、子どもの感情面、発達面、社会性等に影響し、不安や発達遅延に関連
	16 Cooklin, Giallo, Strazdins, Martin, Leach, Nicholson	コホート研究	父親の雇用が安定している事はメンタルに良い影響を与える
	17 Loscalzo, Giannini, Contena, Gori, Benvenuti	量的	2グループに分けて調査した結果、EPDSは有用
2016	18 渡部、安積	量的	過去に精神疾患の既往がない妻が、妊娠期から抑うつ状態になる実態やその要因
	19 岐部	文献	父親の抑うつ傾向が子どもの社会情緒的発達に与える影響
	20 Narayanan, Naerde	量的	母親の産後うつは父親より早期に現れ、父親のうつも子どもの問題行動の要因となる
	21 Zhang YP, Zhang LL, Wei, Zhang Y, Zhang CL, Porr	量的	出産後3日目、2週間および6週間の3時点の調査で、父親の能力、夫婦の満足度、母親の抑うつ症状が父親の産後うつに関連
	22 Anding, Rohrlé, Grieshop, Schucking	量的	妊娠と出産のストレスとうつ症状との関連
	23 Demontigny, Girard, Lacharite, Dubeau	量的	父親のうつ病の関連因子は、育児ストレス、育児困難な子ども、夫婦満足度の低下等が示された
	2017	24 岡山	量的

表2 対象文献の概要 (2007~2017)

研究方法	No	研究対象	使用した尺度
文献レビュー	5, 6, 8, 10, 11, 19	文献	EPSD, CES-D, BDI, GHQ, MHI-5, SCI-90-D, PHQ, SDS, CIDI
量的研究	1	妊娠期～産後1年未満の夫婦400組	Maternal Love, CES-D
	2	過去50年の抑うつおよび産後うつに関するデータ	EPSD, CES-D, BDI, GHQ
	4	生後1ヶ月の子どもを持つ父親592名	EPSD, CES-D
	7	産後1～2か月の子どもの父親192名	EPSD
	9	生後3～4ヶ月の第1子の父親162名	CES-D
	12	産後3ヶ月の子どもを持つ夫婦1014組	EPSD, HAD-A
	13	妊娠期～産後6週間の子どもの父親622名	EPSD
	14	生後4ヶ月の乳児を持つ夫婦807組	EPSD
	15	産後3ヶ月の子どもの父親192名	EPSD
	17	産後1ヶ月～1年2ヶ月の子どもの父親436名	EPSD, BDI, CES-D
	18	妊婦の夫73名	EPSD
	20	産後6ヶ月～2年の子どもを持つ夫婦1159組	SCL-10, CBCL, C-TRF, CFA
	21	産後3日～6週目の子どもを持つ夫婦180組	EPSD, KMSS, PSOC
	22	産後2週目の子どもを持つ夫婦276組	EPSD
23	産後1年未満の子どもを持つ父親205名	EPSD	
24	妊娠期～産後1ヵ月の夫婦600組	EPSD, 妊娠期の妻への夫の関わり満足度尺度、Profile of Mood States	
コホート研究	3	10,975名の父親とその子ども	EPSD
	16	6～12ヶ月の児を持つ父親3243名	Marshall&Barnett

必要である。また、親への移行期にある第1子の夫婦において、妻同様夫の抑うつ状態も高まることが明らかとなった<sup>13)</sup>。そのため、父親支援のあり方として母親と同様に産後うつのスクリーニングテストを行うなど心身共にサポートシステムを構築し、より円滑に子育てが行える環境作りが大切であると考えられる。

## 2. 家族への影響

近年、母親の育児不安や抑うつ状態を防止するためには、父親である夫の育児サポートや精神的支援が重要であり、父親への期待は高まってきている<sup>13)</sup>。しかし、社会の父親へのサポートは充実しているとはいえず、それが父親の産後の抑うつ状態の要因の一つになっていると考える。父親の産後の抑うつは母親の情緒不安定や子どもの社会性の低下や多動、問題行動、言語発達の低下、激しい夜泣きなど子どもの発育・発達に影響があると示唆されていた<sup>3)</sup>。また、産後3ヶ月目頃の早期に父親がうつ状態であると、子どもへの愛着形成が行われず、成長や発達に伴い、子どもに精神障害

が生じる可能性が示された<sup>23)</sup>。その結果から、母親だけではなく父親に関する産後の抑うつ状態の原因となる家族関係、経済状態や労働条件などのストレス要因について調査し、育児支援の一環として家族や友人からの社会的支援など活用しその対策を講じていく必要がある。

母親の産後のうつ症状は、父親より早い時期に現れ、子どもの成長・発達に大きく影響することが先行研究で検証されているが、父親の産後の抑うつもまた子どもとの相互作用で影響することが明らかにされていた<sup>24)</sup>。母親は子どもと一体感的な育児を行い、父親は母子関係を一定の距離を置いて見守り、その調整や理性的判断を下す存在である<sup>1)</sup>。

母親と父親ではそれぞれ親としての役割に相違がある。また、母親は妊娠や出産を体験するが、父親はその体験がないため、母親や父親のうつ病や不安を防ぐためにそれぞれ異なる時期や支援の内容を考慮しながら介入し<sup>11,14)</sup>、育児支援をしていくことが大切であると考えられる。今後の研究にお

いて、父親と母親で子どもに与える影響の相違について検証していく必要と考える。

#### 結語

父親の産後の抑うつに関する研究数は年々増加傾向にある。そして、新しく父親の役割、生活環境の変化、慣れない育児に対するストレス、幼少時からの子どもとのふれあい経験がないなどの成育歴を要因として、不安定な精神状態に陥る父親が約10%存在することが先行研究より確認された。また、父親の産後の抑うつもまた母親と同様、子どもへの成長や発達に影響を与えることが示唆された。

子どもが健やかに成長・発達していくためには、母親はもとより父親に向けても両親学級などの教育的サポートや育児休業を取得しやすい社会体制や支援を構築していくことは重要であると考えられる。

本論文内容に関連する利益相反事項はない。

#### 引用文献

- 1) 樋貝繁香, 遠藤俊子, 比江島欣慎 et al. 生後1ヵ月の子どもをもつ父親の産後うつと関連要因. 母性衛生. 2008, 49(1), p.91-97.
- 2) 渡部舞子, 安積陽子. 妻の妊娠期における夫の抑うつの実態と関連要因. 母性衛生. 2016, 57(1), p.174-182.
- 3) 竹原健二, 須藤茉衣子. 父親の産後うつ. 小児保健研究. 2012, 71(3), p.343-349.
- 4) Paulson, JF.; Bazemore, SD. Prenatal and postpartum depression in fathers and its association with maternal depression. JAMA. 2010, 303(19), p.1961-1969.
- 5) Nishimura, A.; Fujita, Y.; Katsuta M, et al. Paternal postnatal depression in Japan: An investigation of correlated factors including relationship with a partner. BMC Pregnancy Childbirth. 2015, 15(128), p.1-8.
- 6) 岐部智恵子. 父親の抑うつ傾向と就学前の子どもの社会情緒的発達との関連-父親の育児参加に着目して-. 小児保健研究. 2016, 75(5), p.579-585.
- 7) Massoudi, P.; Hwang, CD, Wickberg B. How well does the Edinburgh postnatal depression scale identify depression and anxiety in fathers? A validation study in a population based Swedish sample. Journal of Affective Disorders 149. 2013, p. 67-74.
- 8) Kim, P.; Swain, JE. Sad dads: paternal postpartum depression. Psychiatry. 2007, p.37-47.
- 9) Edmondson, JH.; Psychogiou, L.; Vlachos, H. et al. Depression in fathers in the postnatal period: Assessment of the Edinburgh postnatal depression scale as a screening measure. Journal of Affective Disorders 125. 2010, p. 365-368.
- 10) Loscalzo, Y.; Giannini, M.; Contena B. et al. The Edinburgh postnatal depression scale for fathers: A contribution to the validation for an Italian sample. General Hospital Psychiatry 37. 2015, p.251-256.
- 11) Zhang, YP.; Zhang, LL.; Wei, HH. et al. Postpartum depression and the psychosocial predictors in first-time fathers from northwestern China. Midwifery 35. 2016, p.47-52.
- 12) Demontigny, F.; Girard, ME.; Lacharite, C. et al. Psychosocial factors associated with paternal postnatal depression. Journal Affective Disorders 150. 2016, p. 44-49.
- 13) 櫻沢亜希子, 大月恵理子, 鈴木幸子. 妻の妊娠期における夫の抑うつの実態と関連要因. 日本母性看護学会誌. 2013, 13(1), p.9-16.
- 14) Anding, JE.; Rohrle, B.; Grieshop, M. et al. Couple comorbidity and correlates of postnatal depressive symptoms in mothers and fathers in the first two weeks following delivery. Journal of Affective Disorders 190. 2016, p.300-309.
- 15) Ramchandani, P.; Stein, A.; O' Connor, T. et al. Depression in men in the postnatal period and later child psychopathology: a population cohort study. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2008, 47(4), p.390-398.
- 16) 岩藤裕美, 無藤隆. 産前・産後における夫婦の抑うつ性と親密性の因果関係-第1子出産の夫婦を対象として縦断研究から-. 家族心理学研究. 2007, 21(2), p.134-145.
- 17) Wilson, S.; Durbin, CE. Effects of paternal depression on fathers'

- parenting behaviors: a meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. 2010, 30(2), p.167-180.
- 18) Musser, A.; Ahmed, AH.; Foli, KJ, et al. Paternal postpartum depression: What health care providers should know. *Journal of Pediatric Health Care*. 2013, 27(6), p.479-485.
- 19) Koh, YW.; Chui, CY.; Tang, CS. et al. The prevalence and risk factors of paternal depression from the antenatal to the postpartum period and the relationships between antenatal and postpartum depression among fathers in Hong Kong. *Depress Research and Treatment*. 2014, p.1-11.
- 20) May, C.; Fletcher, R. Preparing fathers for the transition to parenthood: Recommendations for the content of antenatal education. *Midwifery* 29. 2013, p.474-478.
- 21) 岡山久代. プレママ・パパへのメンタルヘルスプログラム. *女性心理医学*. 2017, 21(3), p.278-281.
- 22) Cooklin, A.; Giallo, R.; Strazdins, L. et al. What matters for working fathers? Job characteristics, work-family conflict and enrichment, and fathers' postpartum mental health in an Australian cohort. *Social Science & Medicine* 146. 2015, p. 214-222.
- 23) Sethna, V.; Murray, L.; Netsi, E. et al. Paternal depression in the postnatal period and early father-infant interactions. *Parent Science and Practice*. 2015, 15(1), 1-8, doi: 10.1080/15295192.2015.992732.
- 24) Narayanan, M.; Naerde, A. Associations between maternal and paternal depressive symptoms and early child behavior problems: Testing a mutually adjusted prospective longitudinal model. *Journal of Affective Disorders* 196. 2016, p.181-189.

# Review of Literature on Father's Postpartum Depression less than one year

Kiyomi Decker<sup>1)</sup>, Akiko Maruyama<sup>2)</sup>, Yuko Oosawa<sup>3)</sup>, Hitomi Tanaka<sup>4)</sup>

1) Kyushu University of Nursing and Social Welfare, 2) Shoin University Faculty of Nursing Department of Nursing, 3) Faculty of Health & Medical Care, Saitama Medical University, 4) Yokohama City University

## Summary

Previous studies on postpartum depression of fathers less than one year after childbirth were surveyed in order to clarify the relevant details and effects and find out ways to help those fathers not to succumb to depression. Our study was focused on domestic and international literature from 2007 to 2017. We searched Ichushi-Web, CiNii, Medical Online, Magazine plus, PubMed, Cochrane, and referred to document lists of related preceding studies. We selected 24 research papers that included 7 Japanese and 17 papers published abroad and written in English. As a result, we found that a number of fathers were depressed soon after childbirth, and that this trend has increasingly become common among fathers. This may alarmingly affect their families. An additional finding from the survey was that about 10.4% of postpartum fathers had a high-level of anxiety symptoms. Just like mothers, it was suggested that the father's postpartum depression has an impact on the child's development resulting in emotional instability and lack of social skills. Many studies on the mother's postpartum depression have been conducted in Japan, but much less on the father's postpartum depression, compared with other countries. As father's participation in childcare is expected to increase in the future, the postpartum depression of fathers will also increase. In Japan, presently, social help and support for postpartum fathers involved with childcare are minimal. A more powerful and effective social system to support those fathers should be established in near future to solve those problems.

**Keywords:** father, parents, depression, postpartum depression

**Corresponding Author:**

E-mail: k-decker@kyushu-ns.ac.jp