

東京都医師会 令和7年9月9日定例記者会見資料

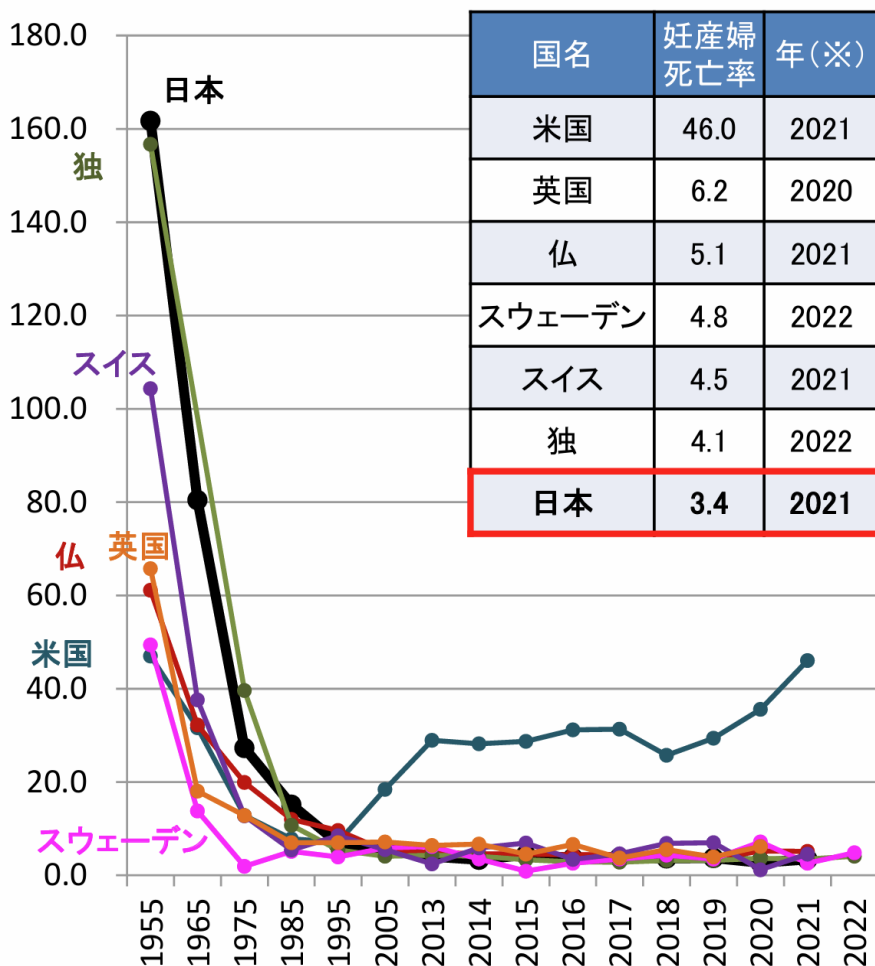
産後うつについて

東京都医師会副会長
平川 博之

妊産婦死亡率・乳児死亡率の推移

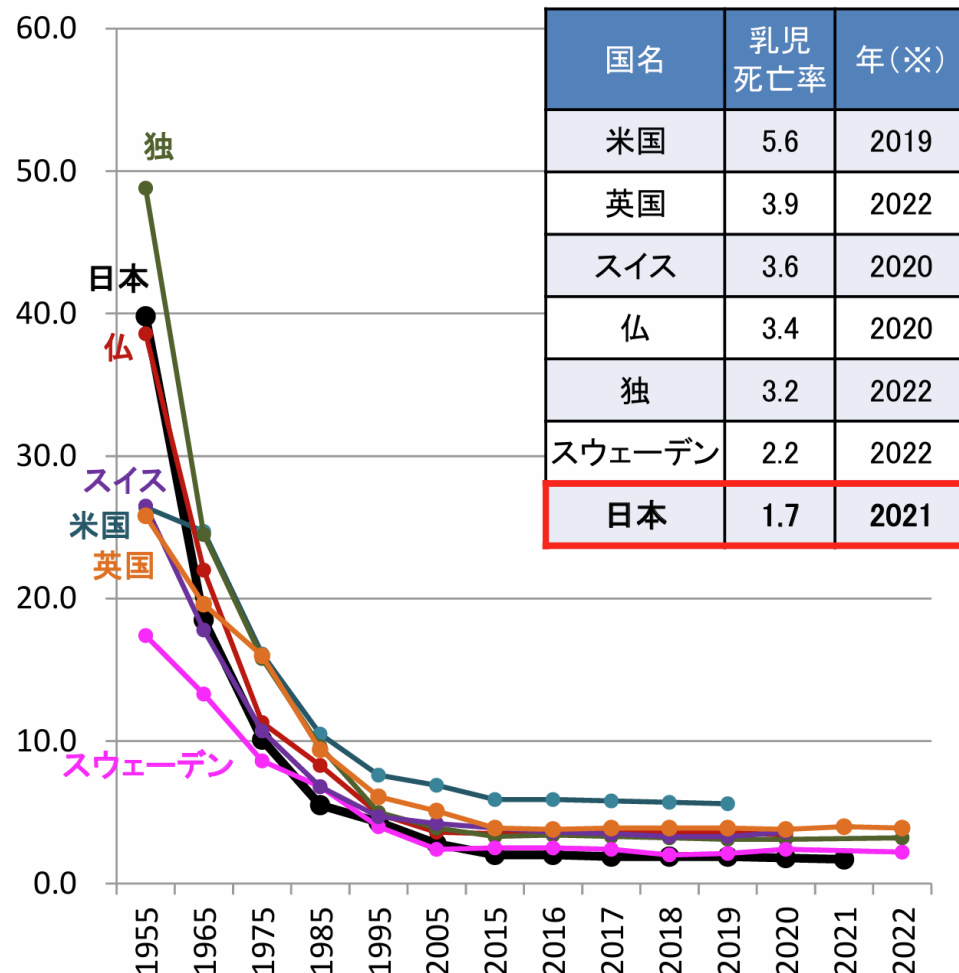
妊産婦死亡率

(妊産婦死亡数／出生数10万あたり)



乳児死亡率

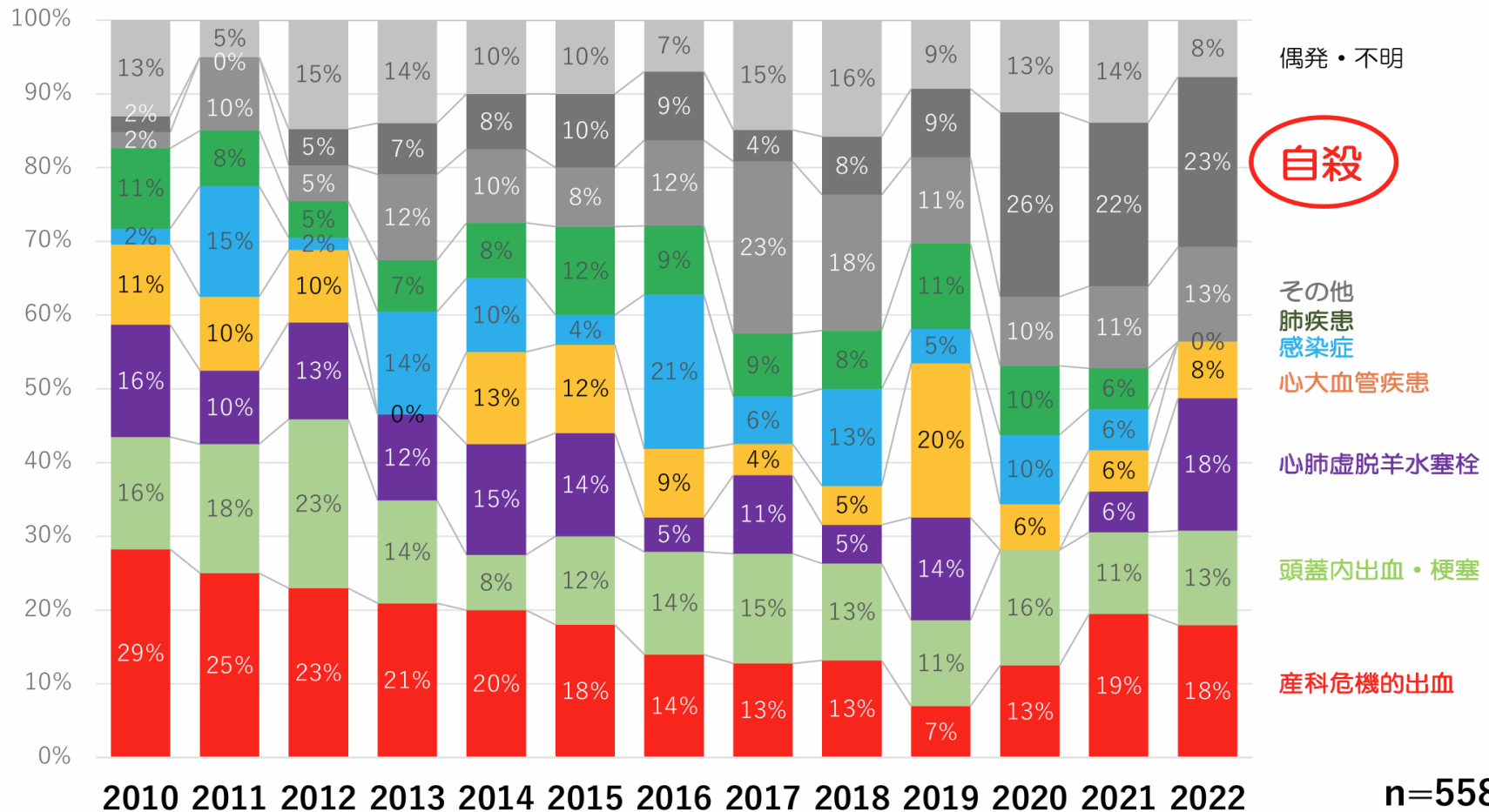
乳児死亡数／出生数千あたり



※ 1 妊産婦死亡率 = 1 年間の妊娠中又は妊娠終了後満42日未満の女性の死亡数 ÷ 1 年間の出生数 × 100,000

※ 2 乳児死亡率 = 1 年間の生後 1 歳未満の死亡数 ÷ 1 年間の出生数 × 1,000 国連 Demographic Yearbook 74th Issue 2023 を基に母子保健課作成

妊産婦死亡の原因別事例数の年次推移（比率）



我が国の妊産婦死亡率、周産期死亡率が低く押さえられているにもかかわらず、周産期の自殺率は欧米諸国と比較して高い。
妊産婦に対しての身体面の管理は高水準にある一方で、メンタルヘルス対策が立ち遅れている
その結果、自殺、母子心中、虐待、育児放棄等の不幸な事象を生むことになる。

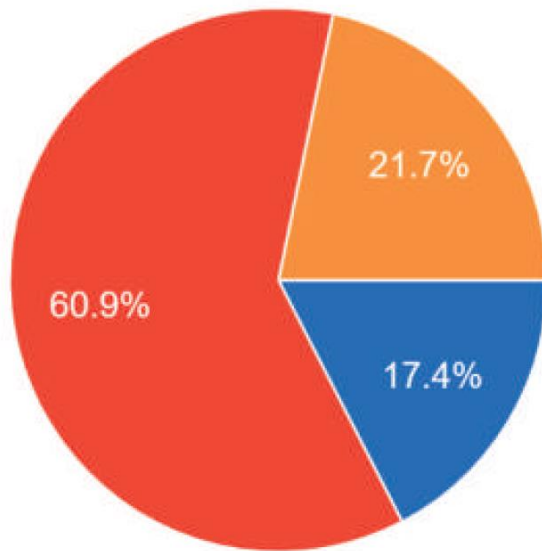
産後うつ

- 産後うつは産後3か月以内に発症し、産婦の約10%に認められる。
- マタニティブルーズは通常1-2週間でおさまるが産後うつは2週間以上続く。
- 待ち望んでいた赤ちゃんなのに可愛く思えない、育児に自信が持てない、母親失格だ。他の人に育ててもらった方がいい。母親を務められないなら生きている意味もない。消えてしまいたい（希死念慮）。子供だけ残すのも可哀想。
⇒ネガティブ思考となる。
- 発症の背景として、産後の急激な女性ホルモンの変化。望まれない妊娠やパートナー等からのサポート不足など育児環境要因による影響も大きい。
- うつの既往や妊娠中から不安や焦燥等が認められている場合も少なくない。妊娠中からの支援を行う必要がある。

東京産婦人科医会妊産婦メンタルヘルスケアに関するアンケート調査（R4）

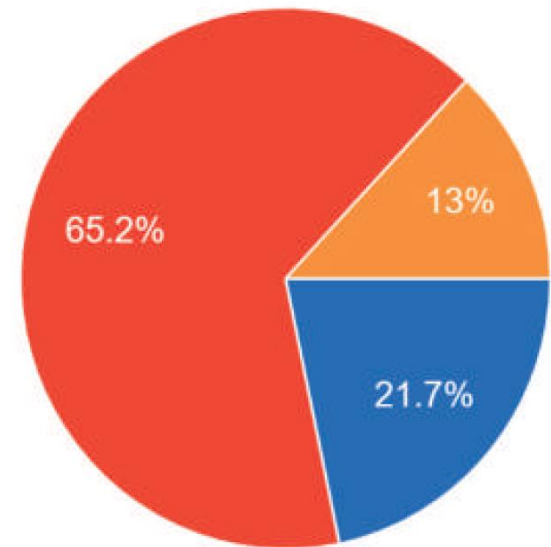
『妊婦健診・分娩とも取り扱っている医療機関（診療所）』

精神科通院中の妊婦健診・分娩を行う
場合、精神科主治医との連携体制



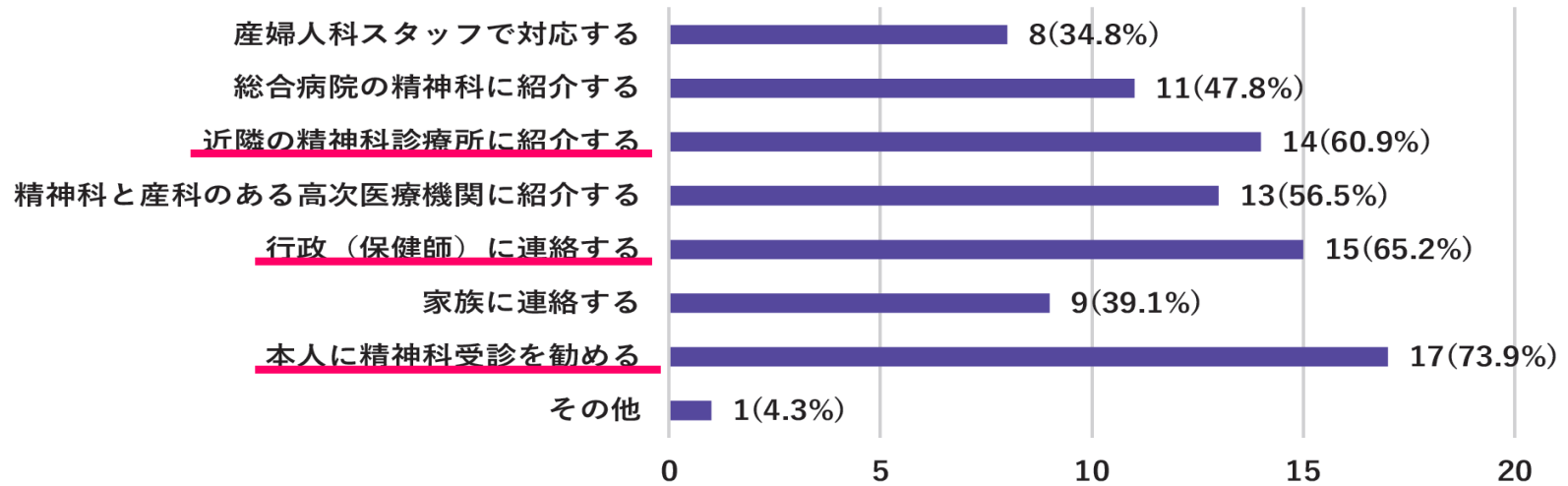
- 必ず精神科主治医と情報交換している
- 必要があれば精神科主治医と情報交換している
- 精神科主治医と直接情報交換することはほとんどない
- その他

精神科主治医との連携について

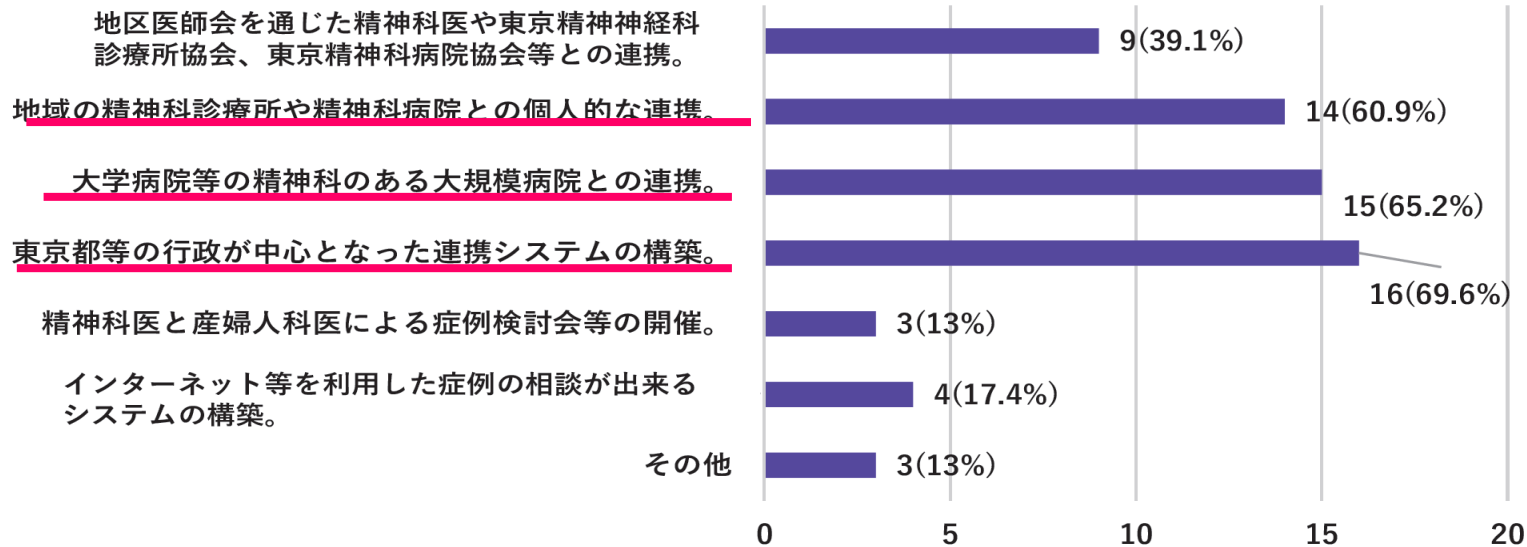


- 困難を感じることはない
- 困難を感じることは時々ある
- 非常に困難である
- その他

『精神科に通院していない妊産婦の精神状態が気になった際の対応』



『精神科との医療連携で望ましいもの』



精神科との連携に困難を感じている。困難の内容としては、妊産婦を受け入れる精神科医療機関探し/即時の対応/本人の精神科受診拒否

『産婦人科医が精神科に通院していない妊産婦の精神状態で心配になる兆候』

回答分類	回答数
<u>希死念慮</u>	5
感情の不安定さ	4
<u>表情や態度が暗い</u>	5
<u>眠れないという訴え</u>	5
<u>スクリーニング検査の高得点</u>	5
分娩継続を放棄したい訴え	1
児への関心のなさ	1
夫婦間の不和	1
その他	6

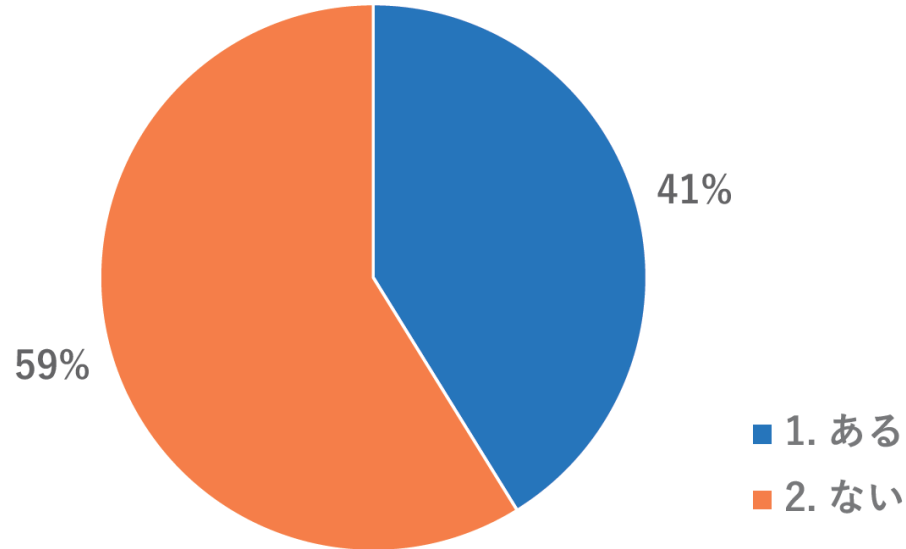
- ・ EPDS(※)が 高得点
- ・ 妊産婦の「死にたい」という言葉や表情の暗さ、不眠の訴え、などの抑うつ症状
- ・ 子どもへの関心がないなどのボンディング障害
- ・ 夫婦間の不仲などの育児環境

※EPDS（エジンバラ産後うつ病質問票）

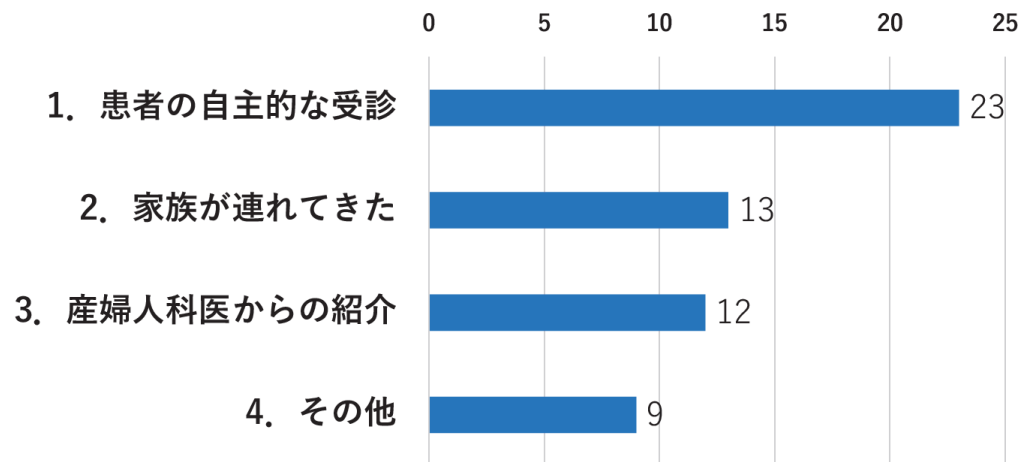
産後うつ病のスクリーニングを行うための10項目のスケール

東京精神神経科診療所協会妊産婦メンタルヘルスケアに関するアンケート調査 (R4)

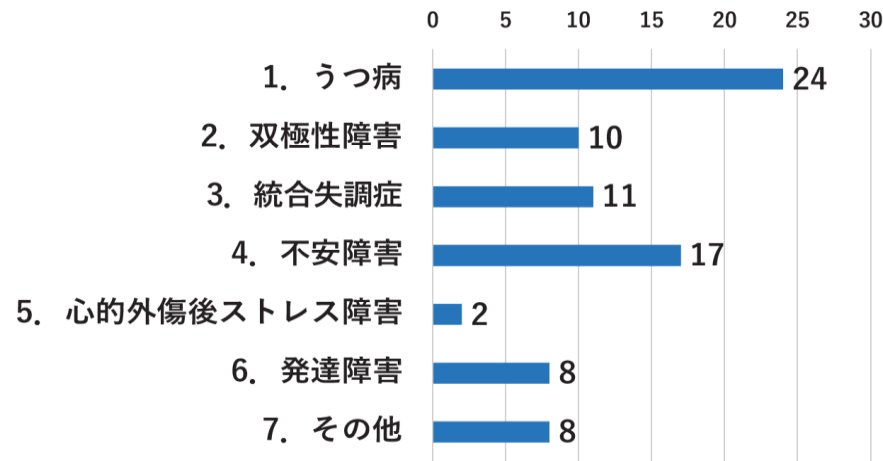
『通院患者以外の妊産婦（妊娠中～産後1年）の診療経験』



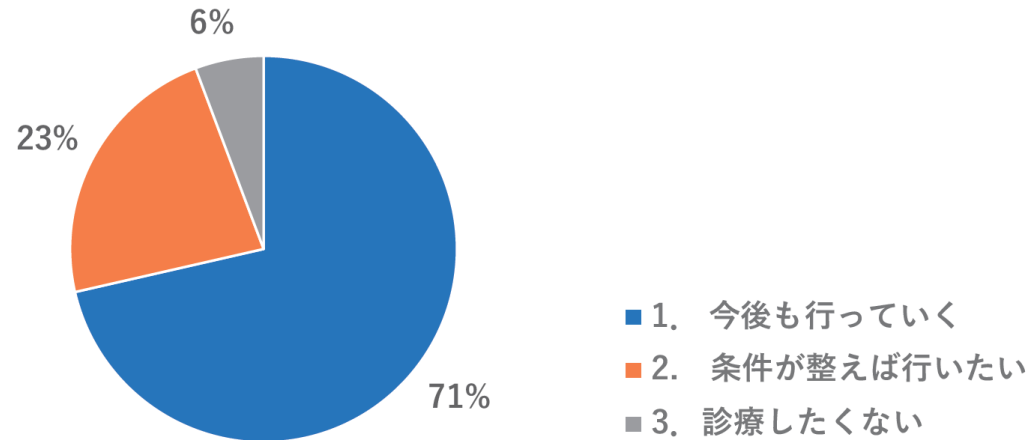
『精神科受診までの経緯』



『診断名』



『通院患者以外の妊産婦の診療について』



約8割が年に数人の受持ち患者の妊娠を経験／約3割が産科医療機関への積極的な情報提供や産後の育児支援体制にアドバイスを行っている／4割以上が通院患者以外の妊産婦を受け入れているが年間10人以下／7割以上が条件（診療マニュアルや研修、多職種連携や連携コーディネーター等）が整えば妊産婦の受入れ可。

精神科的視点からの産後うつのまとめ

- 出産は自分でコントロールできず、無防備な状態で迎える。
- 母親は1か月ほどかけて我が子とのかかわり方を身につけていく。
- 出産後しばらく子供の存在は母親の意識の中で明確に分離されず、周囲の者のわが子の受入れ方、可愛がられ方が、わが身に起こっているかのような感覚を持つ。授乳がうまくいかないと自分が脅かされる感覚を覚える。
- 授乳、夜泣きによる睡眠不足、身体疲労が重なり精神的に不安定になりやすい。
- その結果、マタニティブルーズは約半数の母親が体験。産後半年位までに13～19%が産後うつ発症。うつ症状はボンディング（愛おしい、守ってあげたいという情緒的絆）障害を生む。ボンディング障害は虐待にもつながると指摘されている。

⇒ 妊産婦死亡報告の原因別で自殺が最多となっている。

⇒ 令和5年度自殺対策白書でも妊産婦の自殺率の高さが明確になった。

∴ 妊産婦のメンタルヘルスケアの充実に向けて、妊婦健診での公的補助の実施、産後の産婦健康診査への公的補助の充実、産後ケアの充実など、政策的な取り組みが求められる。