

6. 当院における双胎妊婦の調査研究

～母乳育児支援に焦点を置いて～

加古川中央市民病院 看護部 永田 公子 梅田 里奈子 井筒 仁美
原 友美 遠山 知恵子 沼田 富久美

【要旨】

双子を持つ母親が産科スタッフに求める支援を明らかにするために、母親へのインタビューやスタッフへのアンケート調査を行った。その結果、双子を持つ母親の特徴的な体験として、「妊娠期は産後の育児まで具体的に考えられない」「産後入院中は体調が整わないままの母子同室は負担に感じる」など7つの問題点・不安点と、「妊娠期からの育児支援者の確保」などスタッフの6つの指導視点が抽出された。

【はじめに】

双子に対する育児支援について、母親の睡眠不足感や育児疲労感は単胎児を育てる母親よりも優位に高く、その傾向は長期に及ぶと報告されている¹⁾。そのため、妊娠中からの個別的な支援が求められる。当院では、妊婦全員に助産師が個別的な保健指導を行っているが、双胎妊婦に特化したプログラムは存在せず、単胎妊婦に応じた内容にスタッフが各自オリジナルで指導をたしている。よって、実際の指導が双胎妊婦にどのような影響を与えているのかわかりづらい。

【目的】

双子を持つ母親が妊娠期、出産後入院中、退院後1ヵ月までの3期間で助産師から受けた育児指導をどのように感じていたか、他に求めている支援があるのかについて、また産科スタッフにおいては妊娠期、出産後入院中にどのような支援を行っているかを調査することにより、双子を持つ母親がどのようなニーズを欲しているかを明らかにする。

【方法】

- 1 対象者
①当院で出産し、入院中に母子同室をした双子の母親6名（母子同室の基準は、在胎36週以上かつ生下時体重2050g以上で、かつ医療介入の必要性がない児）
②当院産科スタッフ（助産師）39名
- 2 データ収集方法

双子の母親には、1ヵ月健診時にインタビューした。
①妊娠期、②産後入院中、③退院後から1ヵ月健診までの3つの時期における母乳育児の体験をレビューした。

スタッフには、「双子の母親に行っている母乳育児指導」をアンケート調査した。

3 分析方法

6名の体験インタビューから双子の母親の特徴的な体験を抽出し、スタッフアンケート結果と照合した。

4 研究期間

2017年8月1日～11月30日

5 倫理的配慮

研究目的や方法、倫理的配慮について研究依頼書を用いて説明し、同意書に署名が得られた患者について1ヵ月健診時にインタビューを行った。内容は了解を得てからICレコーダー録音を行った。個人情報に特定されないように配慮し、得られたデータは本研究以外の目的では使用しないことを研究依頼書に明記し、当院の研究倫理審査委員会の承認を得て研究を行った。

【結果】

1 双子を持つ母親の概要（表1）

対象者6名の年齢は平均34.5歳で、2名が初産婦、4名が経産婦であった。妊娠中5名が入院安静、1名が自宅安静であった。分娩時週数は妊娠36週から37週で、出生体重は平均2561gであった。6日間の入院中母子同室期間は平均3.3日であった。授乳方法は全例入院中から1ヵ月健診まで混合栄養を続けており、1ヵ月健診時の直接授乳回数の平均は3.6回であった。

2 スタッフの概要

双胎妊婦に対する母乳育児指導を行っている助産師38名からアンケート用紙を回収でき（回収率97.4%）、有効回答率は100%であった。

3 双子を持つ母親の特徴的な体験

妊娠期、産後入院中、退院後1ヵ月までの3つの時期で、特徴的な体験を以下にまとめた。双子を持つ母親の、特徴的な体験のカテゴリーを【】、対象者の言葉

を「」、双子の母親への支援を《》で示す。A・B・C・D・E・Fは各双子を持つ母親個人を示す。

表1：双子を持つ母親の概要

	A氏	B氏	C氏	D氏	E氏	F氏
年齢	44	40	24	31	33	35
初産・経産	1経産	1経産	初産	2経産	初産	1経産
安静入院	32w～	36w～	30w～	33w～	22w～	なし
分娩週数	36w1d	37w3d	37w3d	36w6d	36w3d	37w1d
産後入院期間	6日	6日	6日	6日	6日	6日
1ヵ月までの 里帰り期間	あり	あり	なし (母が自宅に 泊まり込む)	あり	あり	あり
主な育児支援者	実父母	実父母	実母	実母	実母	実父母
出生体重	2474 2608	2724 2612	2632 2350	2362 2706	2470 2466	2766 2566
母子同室期間	産後5日目～ 本人の体調回復 を待って	産後2日目～	産後5日目～ 児の低血糖回復 を待って	産後4日目～ 児の低体温回復 を待って	産後2～4日 児の無呼吸発作 検査で一時異室	産後2日目～
退院時体重	2246/2388	2500/2612	2456/2232	2198/2470	2254/2322	2640/2434
1ヵ月健診の 授乳方法	混合 直母1日2回	混合 直母1日2回	混合 直母1日2回	混合 直母1日4回	混合 直母1日4回	混合 直母1日8回
1ヵ月健診の 1日体重増加量	44g 43g	40g 41g	41g 45g	45g 44g	39g 40g	48g 47g
前日出産時の 授乳状況	混合	混合		母乳		混合

1) 妊娠期の体験

【①産後の育児まで具体的に考えられない】

双子による早産リスクを考えて、予定通り出産できることを目標に挙げている意見がすべてに聞かれた。「予定通り無事に生まれてくることしか考えておらず、産後のことは生まれてからで良い (C)」、「無事に出産することがゴール (D)」と話し、現在行っている妊娠中の母乳育児指導は、ほとんど印象に残っておらず、産後に始まる母乳育児については目が向いていない傾向であった。

2) 産後入院中の体験

【②体調が整わないままの母子同室は負担に感じる】

産後2日目から予定通り母子同室を行った3名中2名が同室中の負担を訴え、「体を休ませるために入院中は預かって欲しかった (B)」、「創痛が辛い中で双子の世話をすることに強いストレスを感じた (E)」、「高齢で体調が万全でないまま退院することに不安がある。体調が戻るまで入院期間を延長したかった (B)」と訴えていた。一方で児の体調回復を待ったため遅れて同室した2名からは、「ゆっくり同室できたことで、体調が整ってやりやすかった (A、C)」との意見が聞かれた。3時間毎の授乳以外は休息をとることができ体調を整えてから同室ができた。

【③母乳やミルクを十分に飲んでくれない不安】

2名が児の母乳やミルクの飲みが悪さに対して不安を訴えていた。「授乳時間になっても起きてくれないことが一番困った (C)」、「必要量飲まないことに不安が強かった (A)」と話した。1名は退院後自然に解消されたが、1名は退院後も解消されず、救急受診するに

至った。飲みの悪さは入院中から退院後も続いたことが、母親の不安を増強して授乳の困難さを強めたと思われた。

3) 退院後1ヵ月時までの体験

【④授乳時間を短縮するための方法を確認したい】

6名に共通して、「授乳後もぐずって寝ないことがあり、それが交互になると余計に辛い (A)」、「同時に泣きパニックになる (B、F)」、「交互に泣くので休む時間がとれない (A、B、E、F)」と話し、直接授乳をし、ミルクを与えオムツも替えても、ぐずって寝ない。2人が交互に泣くことで夜中に自分の休息時間が取れないことが、双胎児育児の困難な体験として共通に挙げられた。基本的には、同時帯に交互授乳し、授乳時間を合わせることが多いが、「同時授乳についても入院中に具体的に指導して欲しかった (B)」という意見も聞かれた。

【⑤双子が頻繁に泣くことで母乳不足を強く感じる】

母乳分泌が良くても、3時間以内に泣いてくると対応ができず、休めないため母乳分泌不足感を強く感じていた。「直接授乳は飲んで量が少ないので心配である (C、D、E)」と哺乳量がわからないことで母乳不足感を強く持ち、授乳後もミルクを補足する、泣く時は多めに補足する、飲む量がわかる搾乳補足に切り替える対応をしていた。頻繁に泣いてくると足りていないと感じることが多かったが、実際に1ヵ月健診時の児の体重増加量は全例十分であった。

【⑥家族の協力を受けて休息時間を確保したい】

産後1ヵ月間は主な支援者が両親であり、支援者から育児の協力を十分に得ることで、授乳のペースがほぼ確立して「何とかやっている」と6名ともに感じていた。

【⑦自宅に帰って夫婦で育児をすることへの不安】

「両親に手伝ってもらっているからできているが自宅に帰ってから心配」と6名ともに感じていた。6名は1ヵ月健診を境に自宅へ戻って行くが、「夫がほとんど育児に関わっていない。慣れていないことが心配 (C、E)」と夫が主な支援者となった場合に話し合いができていること、夫が双子の育児になれていないことの意見が多く聞かれた。産後1ヵ月間の生活は見据えてきたが、1ヵ月健診以降を具体的に見据えることができていないことが、新たな不安につながることが特徴的であった。

4) スタッフが行っている母乳育児指導の実際 (表2)

1) 妊娠期の指導

《①育児支援者の確保》

家族周囲の理解や協力支援体制、行動変容などを情

報収集し、保健指導や地域社会資源の提供を行っていた。妊娠期～産後における支援体制の必要性を伝え、具体的にいつ・誰が・どこで・何を・どう支援するかについて確認をしていた。

《②母乳育児を含めた双子育児のイメージ作り》

《③双子の授乳方法》

9割のスタッフが、同時授乳・同時間に交互授乳・交互授乳の3つの授乳パターンを全て紹介していた。また、双子の出産や育児を少しでもイメージできるような知識や技術的指導を行っていた。

2) 産後入院中の指導

《④退院後も継続でき、時間短縮を意識した授乳方法》

母親の想いや育児技術力・母乳分泌状況・児の授乳状況や個性、退院後の背景を踏まえて継続可能で効率の良い授乳方法を指導し、確認していた。

《⑤育児支援者の具体的な支援調整》

《⑥基本的欲求を満たす支援》

現状と照らし合わせて、何をどの程度支援してもらうかを調整していた。

表2：スタッフが行っている母乳育児指導の実際

妊娠中の双子の母乳育児支援(自由記載)	
1.妊娠の受け止め・率直な思い・その時点での思い	5
2.双子で起こりやすいこと、妊娠中の生活の注意点	6
3.出産(帝王切開術)、病棟での経過について	7
4.母子同室・異室の条件、過ごし方	11
5.双子育児のイメージづくり:情報収集、情報提供 ・本人の思っている双子育児、産後の生活についてのイメージはどうか ・双子の授乳、児の啼泣や睡眠・1日のリズムについて、産後の身体・精神状態など情報提供する。育児サークルや両親学級の参加をすすめる。 ・育児体験の有無、上の子の育児や産後の生活がどうであったか、本人の行動力、生活や理解力・器用さ・意欲、病院以外での情報収集方法などを確認する	20
6.育児物品	6
7.サポート体制について:人 出産退院後どこで過ごし、誰がいつどのようなことを予定しているのか、その人との関係性、育児経験、年齢就業内容・具体的にサポートしてもらえる時間、健康状態、緊急時受診時の送迎など	19
8.サポート体制について社会資源:地域連携状況	3
9.母乳育児への思い	7
10.前回の母乳育児体験	2
11.乳頭マッサージ・ケア・搾乳	10
12.授乳の方法・イメージづくり 直接授乳方法、同時授乳・授乳時間・間隔・回数、ミルクの作り方、授乳物品の消毒の必要性、授乳クッションの活用など	35
13.ベビー人形にて育児レッスン	6
14.新生児・低出生体重児の生理/特徴	6

産後(母子同室中)の母乳育児支援(自由記載)	
1.母体の状況に応じた援助:疼痛・睡眠・疲労	8
2.児の哺乳力・成長、工夫	3
3.授乳スタイルについて(思い)	2
4.退院後も継続できる具体的な育児方法や時間について一緒に考える ・授乳の流れ:サポートを受けての同時授乳・同時授乳・交互授乳など授乳時間をなるべく短時間で終える、母乳分泌に応じた対応について ・児の特徴をふまえた、起こし方、飲ませ方、注意事項について説明する ・児の啼泣時の対応:添い寝、添い乳、カンガルーケア	14

【考察】

双子を持つ母親の特徴的な体験として、7つの問題点・不安点が抽出された。また、スタッフの指導の実

際から、6つの指導視点が抽出された。

特に妊娠期、産後入院中、退院後の3期間に、双子を持つ母親の体験について考察する。

1 妊娠期について

双胎妊婦はハイリスク妊娠であり外来保健指導の回数が単胎妊婦よりも多かった。また、妊娠中に管理入院となることが多く、受け持ち助産師が個性を重視しながら出産や新生児の生理や特徴を説明していた。しかし、妊娠期には一定期間まで妊娠継続や生まれてくる児に対する不安も強く、育児への具体的なイメージが持てていなかった。この不安の強い時期に母乳育児への関心を高め、具体的な双子の育児へのイメージを作っていくことは効果的ではなく、指導を行っても内容が印象として残らない傾向にあることがうかがえた。出産や育児に意識が向いてから《個々に応じた時期での母乳育児指導》を行う必要があると思われた。

出産準備に関しては、多胎の育児サークルやSNSを活用して、実体験や育児の情報を得ている妊婦もおり、服部は、「母親のほとんどは援助の欲しかった人として「双子の母親」をあげている。」²⁾と報告している。このことから《双子の育児の実体験などの情報提供》は有効な方法と考える。当院で使用しているパンフレットには、双胎に特化した内容は記載されておらず、双胎妊婦が得たい情報が十分に反映されていない。そのため《双子の育児の実体験などの情報提供》を充実させることがより双胎妊婦の心に響き、励みになると考えられた。また地域への多胎サークルに参加はしたいが実際には参加までできていなかった母親が多く、地域だけでなく院内でも参加しやすい《多胎の母親の交流の場づくり》が求められた。

インタビューを行った妊婦全員が、早期より家族の支援を求めることができていた。これは、スタッフアンケートでも家族の育児支援が必要と考える回答が100%であり、育児支援者の確保を優先的に指導することが《退院後の具体的な育児協力体制を整える》ことに活かされていると考える。

2 産後入院中について

産後に双子の育児の疲労感、睡眠不足感を軽減するための《時短で休息が取れる授乳方法の提案》は、自分に合った授乳スタイルをもつことにつながった。選択肢の提示はインタビューからも自分に合った授乳方法を選択できたという意見が得られていた。一方で「同時授乳の方法の指導を教えておいて欲しかった。」「児の哺乳力が弱く飲みが緩慢な場合の工夫や飲ませ方の指導をしておいて欲しかった。」、という意見もあった。産後の支援者とともに入院中に育児を行う時間を設け、

飲む量や意欲はどうか、どのような工夫があるかなど実際に見せ実践してもらいながら児の特徴とそれに合わせた対応ができるようになっておくことが望ましい。藤井は、「退院前には家族を含めて具体的な双子の生活をイメージできるような情報提供と先に見える指導、個に応じた柔軟性のある授乳への援助が必要である。」³⁾と述べている。退院後に起こりうる状況を想定し、事前に指導しておくべきである。

産後の同室に関しては、休息を優先にするのか同室を優先にするのかは個々の気持ちと産前からの長期入院の影響によるところが大きい「個々の背景を考慮した上で母子同室の開始時期の検討」が必要である。

3 退院後について

インタビューを受けた妊婦全員は、家族のサポートを十分に得られ、休息をとることができていた。1ヵ月健診では、疲労感を感じつつも育児を楽しみながら行っており、家族の支援の重要性が明らかであった。

その中で、双子が交互に泣くことや授乳後もぐずぐず寝ないことでの母乳不足感を強めていたことがうかがえた。母乳分泌は十分であっても実際の量が見えないことで授乳はせず搾乳をして飲ませる、授乳後も必要以上のミルクを多めに補足するなどの対応をしていた母親もあり、「母乳不足感への指導」を行うことも双子の母親には特に必要な母乳育児支援であると考えられた。また、個々が行っている工夫をしながら退院後1週間を過ぎた頃から生活リズムが整ってきている場合が多かった。双子の授乳の工夫を入院中から情報提供し活かせるよう支援していくことが求められた。

藤井は、「母親は必要と思われる援助を考え、思いを察して援助する者に対し、分かり合い、一緒に寄り添い双子の育児を行う存在として肯定的に受け止めるのである。」³⁾と述べている。本研究でも母親が主体となって育児方法を検討し、家族もそれを理解し、協力的に生活されていた。本人と家族が同じ方向に向かい話し合っ取り組むことができることで、双子の育児が順調に進んでいると考える。

両親のいる実家から自宅に帰り、環境の変化と一人で育児することへの不安は強い傾向があった。しかし、実際には今後一緒に育児を行っていく夫と具体的な話し合いを持つことができず、夫に育児支援の期待をしていない、夫の存在がストレスとの意見が聞かれ、自宅へ帰ってからの育児に不安が残っていた。

6名の対象者は、1ヵ月健診まで母乳育児を自分たちのペースで続けることができ、それに対する満足感もあった。十分なサポートを受けることができ、休息をとることや生活リズムを早くから整えることが

できたことで母乳育児へも前向きに取り組むことができた一因と考えられた。長く母乳育児を続けるために家族の支援は欠かせないため、実家から自宅へ戻ってからも生活の中で授乳を続けていくために「夫が支援をしていけるように指導する」ことが課題であろう。

【結論】

本研究では、双子を持つ母親の妊娠期、出産後入院中、退院後1ヵ月までの3期間での特徴的な体験と求められる支援を明らかにした。妊娠期では【出産の先の産後の育児まで具体的に考えられない】、産後入院中では【体調が整わないままの母子同室は負担に感じる】、【双子が母乳やミルクを十分に飲んでくれないことを不安に思う】、退院後では【授乳時間を短縮するための方法を確立したい】、【双胎が頻繁に泣くことで母乳不足を強く感じる】、【家族の協力を受けて休息時間を確保したい】、【自宅に帰って夫婦で育児をすることに不安を感じる】の7つの問題点・不安点が抽出された。今後、母乳育児を視点にした双子の母親への支援としては、「個々に応じた時期に行う母乳育児指導」「双子の育児の実体験などの情報提供」「退院後の具体的な育児協力体制の調整」「時短で休息が取れる授乳方法の提案」「個々の背景を考慮した母子同室の開始」「母乳不足感への指導」「早期から夫を中心とした育児支援体制確立への調整」が考えられた。

今回明らかとなった内容を軸に、次の段階として双胎妊婦に特化した保健指導プログラムの開発を進めていきたい。そして、そのプログラムをスタッフが活用することで、双胎妊婦にとって有効な指導を行うことができ、最終的には双胎妊婦に対する保健指導の質の向上につながることを期待する。

【文献】

- 1) 村上淳子: 双子の母親の育児ストレスに関する研究, 川崎医療福祉会誌. 第22巻1号:79-86, 2012.
- 2) 服部律子: 出生から3ヵ月までの双子の保健指導(第2報) - 母乳哺育を可能にする因子について -, 保健婦誌. 第36巻4号:430-436, 1995.
- 3) 藤井美穂子: 双子を持つ母親の退院後1ヵ月間の育児体験, 日本助産学会誌. 第21巻2号:77-86, 2007.

【Keyword】

双胎・母乳育児支援