

妊娠中、出産後の保健相談において活用できる支援技術

はじめに

子どもの生命が奪われるなど重大な子ども虐待事件も後を絶たず、「子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について」の第11次報告書によると、2013年の虐待による死亡の0歳児の割合は概ね4割を占め、0歳児の死亡事例のうち0日・0か月児事例が占める割合も約4割となっています。虐待死亡事例における加害者は実母が最も多く9割を占め、妊娠から出産に至るまでの切れ目ない相談・支援が行われる体制の整備が求められています。保健機関や医療機関では、妊婦健診や妊娠届出時の機会に支援が必要な妊婦を見極め、産婦人科医、看護職、助産師などによる支援が実施されています。しかしながら、「支援を必要とする親」への関わりに苦慮している現状があります。それは、生育歴や生活背景に問題を抱えている親の場合、信頼関係を築くことが難しいことから、関係が取りにくい、支援が受け入れられない、自己中心的な要求、指導が入りにくいなどが挙げられます。そこで、このような親への支援に関する研究を行い、導きだされた結果から本マニュアルを作成しました。本マニュアルは、妊娠中に把握した妊婦への支援を行った保健機関の看護職にインタビューした内容から、支援が必要な妊婦への妊娠期からの効果的な支援についてまとめています。日々、親に寄り添うために迷い、葛藤を抱えながら活動する保健機関の支援技術が伝えられることを願って作成しました。妊婦健診や妊娠届出時面接の際などに、支援が必要な母親をアセスメントする視点や、親との信頼関係を構築し、つながりを重要視した支援につなげるために参考にさせていただければ幸いです。

1 つながりにくさの背景

看護職は、妊娠届出時やその後の妊娠中に関わった母親の様子や行動、把握した生育歴などから、母親の生活全般をとらえ、支援が必要な母親をアセスメントしている。看護職が、支援が必要であると考えた理由としては以下に示した。これらの内容から母親が「生きづらさを抱えていることの察知」し、妊娠生活や育児する上での困難さを予測して支援していくことが必要である。

- (1) 家族状況が複雑
- (2) 人間関係における距離の取りにくさ
- (3) 生まれてくる子どもへの思いの希薄さ
- (4) 自分のからだをいたわらない行動
- (5) 産むことへの迷い
- (6) 出産準備が進まない

(1) 家族状況の複雑さ

母親の支えになる家族がいるかどうかを把握し、妊娠中から出産後、子育てする上で母親が孤独にならないかをとらえる。家族がいても、母親との関係が複雑で関係性にしんどさを抱えていることもあり、母親と関わりながら、家族状況をみていく。

① パートナーがキーパーソンになりにくい

パートナーと母親との関係性が安定しない、パートナーが母親のことを理解して関わることができない等、母親にとってパートナーがキーパーソンになりにくい。

② 経済的な不安定さがある

母親や夫の職が安定していないことや、シングルの時、生活の見通しが立ちにくく、妊娠や出産への不安を抱えやすい。

③ 実家からの支援の得にくさ

実家との関係がよくなく、母親は悩みを抱えていたり、実家の両親といることがしんどいと感じている。妊娠中も両親との関係で気持ちが不安定になり、両親から離れて暮らそうとするなど、実家からの支援を得ることを考えていない。

(2) 人間関係における距離の取りにくさ

初対面の時から自分のことをさらけ出す、反対にいつまでも気持ちを表そうとしないなど相手との距離の取りにくさがある。

① 初対面から気持ちをさらけ出す

妊娠届出時面接など、初めての出会いの場で突然、自身の虐待を受けて育った生育歴を語ったり、最初から自分の思ったことをストレートに表現し、人との距離感が取りにくい。

② 知らない人が関わることへの強い抵抗感

始めて関わる人に拒否反応を示し、新たな人とのつながりを求めようとしない。看護職以外の支援者につなごうとしても断られることが多く、人間関係がひろがりにくい。

③ 困っていることをなかなか話さない

自分から、気持ちを表さず、相手に気持ちを伝えない。困ったことがあっても、話そうとしないので、看護職は母親の困りごとに近づきにくい。

(3) 生まれてくる子どもへの思いの希薄さ

愛されて育っていない生育歴があることや、妊娠中の胎児を否定するような行動が見られ、胎児への思いの希薄さがうかがえる。

① 愛情を受けて育っていない

妊娠届出時のアンケートに答えた内容や、母親自身の子ども時代からの生育歴の語りから確認する。

② 生まれてくる子どものことを意識しない自分中心の行動

胎児のことを考えず、母親自身の感情に振り回されて取ってしまう行動をとる。

(4) 自分のからだをいたわらない行動

母親の服装や行動に、からだの健康を保ちながら生活することに危うさがある。

① アンバランスな服装をしている

妊娠していても肌の露出の多い服装や、季節に合わない服装をする。

② 妊娠を気遣う行動がみられない

妊娠しても今までどおりの生活スタイルを続けていることや、からだのことを気遣う様

子がない。

(5) 産むことへの迷い

- ① 妊娠届出の遅れがある
- ② アンケートに言語化しない思いを表出する

妊娠届出面接の時のアンケートの書きぶり（はい・いいえの間に○をつけるなど）に出産することへの迷いが見られる。

- ③ 妊娠したことへのネガティブな思いがある

(6) 出産準備が進まない

初産婦にとって妊娠は未知の体験のため、出産やその後の生活のイメージが持てないことや準備しなくてもなるようになってきていることから出産準備が進まない。そのため、出産に向けて妊婦と一緒に準備していく必要がある。

- ① 出産後の育児がイメージできていない

出産やその後の生活や育児のイメージができないため、出産準備する必要性を感じにくく、準備が進まない。

- ② ぎりぎりまで出産準備をしない

出産直前まで産後の生活の準備に取りかかろうとせず、時には生まれてから育児用品を準備する場合もある。

2 妊娠中からの保健指導のポイント

背景につながりにくさのある親への支援は、時間をかけた関係づくりが基盤となる。妊娠中から出産後もつながり続けることができるように信頼関係を構築し、出産に向けて心身の準備を整え、出産後は母親が孤立することなく、育児できるよう支援する。

- (1) 妊娠中からつながり続ける
- (2) 母親の出向く機関とつながる
- (3) 母親が役に立つと感じる存在になる
- (4) 母親の負担にならない出産・育児準備を一緒にすすめる
- (5) 母親が自分で決めるのをぎりぎりまで待つ
- (6) 母親の育児力を見つけ出す
- (7) 母親のできているところに着目し伝える

(1) 妊娠中からつながり続ける

妊娠届出時等に出会った母親が、妊娠中や出産後に困難を抱えると予測した時、継続した支援を行うため、母親との信頼関係を構築してつながりが途切れないように関わる。母親は「人間関係における距離の取りにくさ」があり、関わりが困難になりやすいため、看護職は妊娠届出時等最初の出会いの場面から母親とつながり続けるための支援を行う。

① 担当看護職に顔つなぎする

支援が必要な母親は、初めて出会う人に対して人見知りしやすいことや、関わる人が変わることに拒否することがあるため、可能な限り最初から担当看護職が面接して看護職のことを知ってもらい、その後もつながりやすくしておく。

② 看護職が妊娠中から支援することを伝える

母親に看護職の役割と妊娠中から継続した支援をする目的を伝えて納得が得られるようにする。また、母親が警戒心を持たないよう、訪問は全員に行うもので特別に支援されるわけではないと伝える。

③ 母親に必ず会えるタイミングを逃さない

電話をしても断られることが予測される時は直接訪問し、また母親の生活ペースに合わせて訪問するなど必ず会えるタイミングを見計らって関わるようにする。

(2) 母親の出向く機関とつながる

看護職から母親に電話や家庭訪問をしてもつなげられない時、母親が利用する機関を通じて母親につながるようにする。また母親が新しい機関と関わる際には、看護職が仲介してつながりを持たせる。

① 医療機関と連携しアプローチする

母親と関わりが持てない時、妊娠届出書に記載されている医療機関に連絡して、妊婦の状況を把握する。また、妊婦健診時に医師や助産師等から看護職を紹介してもらうことで、その後の連絡がつながりやすくなる。

② 庁内他部署に根回しして連絡を待つ

母親が市役所の生活保護などの窓口に来た時には看護職につないでもらうよう担当の窓口の職員に頼んでおく。

③ 母親が戸惑わないよう関係機関を調整する

母親の能力では困難な様々な手続きや医療機関の受診予約等、関係機関と調整したり、受診時、医療スタッフに子どもの症状の説明ができない時には、母親に代わって行う等、母親が戸惑うことのないよう支援する。

④ 関係機関の情報を統合してニーズをつかむ

母親のことを理解して関わるために、関係機関が持つ情報を統合させてニーズを把握する。特定妊婦として支援することで、関係機関間の連携がスムーズになり、情報共有しやすくなる。

⑤ 出産・育児に向けて関係機関が連携して関わる

母親に関わる機関が互いに母親の情報を共有して理解を深め、出産後の母親と子どもの安定した生活が送れるようそれぞれの役割を明確にして関わる。

⑤ 看護職以外の人と関われるようにしていく

母親と子どもが新しい環境に慣れるまで付添ったり、初めて関わるスタッフへ母親に配慮することを伝えたりするなど、新しい出会いへの橋渡しをする。

(3) 母親が役に立つと感じる存在になる

母親が看護職とつながり続けたいと感じてもらうために、常に母親を主体にし、母親の困りごとには、すぐ応じることにとって看護職は役に立つと感じてもらえるように関わる。この支援は、一見、保健指導とはかけ離れた支援のように見えるかもしれないが、生きづらさを抱えた妊婦への支援において看護職をこのように認識してもらえるようになること

が支援の継続の第一歩となる。

① はなしを一生懸命聞き続ける

母親は、人間関係の距離がとりにくく、自分の本心を言い表しにくいいため、看護職はこの人になら話してもいいと思ってもらえるように、ゆっくり時間をかけて一生懸命に話を聞くようにする。時に、看護職は数時間から半日かけて母親との面接を行なう場合もある。

② 母親の気になる行動を受けとめる

母親の全てを受けとめる姿勢を示し、母親にとって全てを受け止めてくれる人になることでつながりを深めていく。

③ 母親の大変な思いに共感する

看護職は母親の大変な状況に気づき、それを伝えて労い、母親のことを理解していると伝える。

④ SOS を発信してもらえる関係を作る

看護職は、母親に対して、役に立ちたいという思いを伝え、母親が困って連絡してきた時には、すぐに訪問し、看護職が母親にとって役に立つと思えるような体験と一緒に積み重ねていく。困りごとがあれば看護職に連絡する手段を覚えてもらい、つながり続ける関係を作る。妊娠中からこの関係を作ることで、産後も母親は看護職に SOS を発信してくるようになる。

⑥ 母親の心身の健康を気遣う

母親が出産した後も子どもを中心に关わるのではなく、母親のことを常に気遣い、母親を支援するために関わっていることを伝える。

⑥ 母親の言動から信頼関係の程度を把握する

看護職は妊娠中から、母親と関わりを続けるなかで、母親の看護職への態度や言動の変化をとらえ看護職への信頼の程度をみる。

⑦ これまでのエピソードから行動を予測して対応する

妊娠中から関わりを継続するなかで、母親の考えや行動パターンが読めるようになってくる。母親が取る行動を予測し、関係機関と連携しながら、危機的状況を避けるように対応しておくことや、母親が言葉で言い表さなくても、しんどい状況にないか気持ちをくみとる。

(4) 母親の負担にならない出産・育児準備を一緒にすすめる

看護職は、母親が出産や育児の準備が負担に感じないように配慮しながら一緒に準備をしている。

① 出産に気持ちが向くよう寄り添って話を聞く

母親の気持ちが出産に向くよう、妊婦に寄り添って話を聞く。

② 妊婦健診の結果を一緒に聞く

母親に妊婦健診を受けるように促し、健診結果を理解できているかを妊婦と一緒に確認する。

③ 家族の育児協力体制を整える

母親が誰からどの程度の支援が得られるか具体的なプランを立てることができているのかを確認し、支援者がいない時は養育支援事業を紹介するなどして出産までに育児の協力体制を整える。また、母親の実母など協力者が不安を抱えている時、訴えに耳を傾け受け止める。

④ 出産・育児の準備状況を直接確認して一緒に考える

家庭訪問時に、母親の生活の基盤が整っているのか、実際に育児用品が揃っているのかを確認し、出産後すぐに育児できるように準備する。また、母親自身でできない時は、育児協力者である実母や関係機関の職員と連携しながら行う。

(5) 母親が自分で決めるのをぎりぎりまで待つ

母親が将来、主体的に子育てしていく力をつけるため、妊娠中から母親の主体性を尊重して関わる。母親の主体性を尊重することで、母親の思いを重視し、つながりを大事にする。待ちながら主体性を引き出す支援は産後の育児の自信につながると考える。

① リスクより妊婦のニーズを優先する

精神疾患のある母親の受診が途絶えている時など、母親に受診する気持ちがなく、強く受診を勧めることで追い込んでしまうと感じた時には、生命に関わらなければ母親の気持ちを優先する。また、看護職が何度連絡してもつながりがもてない母親の関わりにおいて、今は看護職を必要としていないと捉え、出産まで関わりを待つことがある。しかし、全く関わらないのではなく、母親とつながっている機関と連携をはかり、母親の状況を把握し生命の安全を確認する。

② 母親のペースを守り自分で決めるまで待つ

母親がどのサービスを利用するかなど、母親自身が選び、行動するまで待っている。看

護職や他の支援者が焦って、勝手に行動して母親とのつながりが途切れないようにする。

③ 母親と胎児の健康に影響のあるぎりぎりのラインを察知してすぐに訪問する

待ち続けても、母親が動きだそうとしない時、母親の健康に影響のある状況が迫っている時には訪問し対応する。

(6) 母親の育児力を見つけ出す

母親の持てる能力が発揮できるような支援を行うためには、関わりのなかで気づいたり、感じたことから、子どもが育つ環境を整える能力や子どもを具体的に理解して関わる能力（育児力）を見つけ出していく。

① 妊娠届出時のアンケートの書きぶりから知的レベルをよみとる

妊娠届出時のアンケートをみて、簡単な文字が書けていないことや、未記入の部分もわからなくて書けないというメッセージとして理解力の低さを読み取る。

② コミュニケーション能力があることを見つける

母親の見た目の印象等から、コミュニケーションの取りにくさがあると捉えて関わりをもつが、実際に関わり続けるなかで、相手のことを気遣うことができるなど新たな能力に気づくことで、その能力に働きかける。

③ 几帳面でやるべきことはやり遂げると感じる

妊娠中から長期間関わることで、看護職の話をよく覚えていると感じたり、金銭管理がしっかりできることに気づいている。

④ 育児手技を実際にみて確認する

母親が子どもの頃から、きょうだいの世話をしして育児の経験があるかを確認したり、家庭訪問を行い母親の育児手技を実際にみて確認をする。

⑤ 子どもへの愛着を読み取る

母親の子どもに対する思いを聞いたり、子どもの発達から母親の子どもへの接し方を推測したりすることで子どもへの愛着をみる。

(7) 母親のできているところに着目し伝える

子どもの発育や発達が順調であるかを常に見守りながら、母親が自信をもって育児を続けることができるように、母親の能力に合わせて指導する。Browne (2006) らが、「親の育児能力を引き出すスキルとして彼らの能力を認め、それを彼らに伝えることである」と

述べており、母親のできているところに着目し伝えることは育児能力を高めることにつながる。

① 母親と一緒に子どもの発育・発達を見守り続ける

家庭訪問時、子どもの身長・体重などを確認することや、乳幼児健診の受診状況、結果の把握、予防接種の接種状況などを確認することから、母親と一緒に子どもの発育・発達を保障する。

② 母親のできていることをほめて自信を持たせる

母親の生育歴から、子どもの頃からほめられた経験がなく自己肯定感が低いことを理解して、母親のできていることをほめ自信がもてるようにする。

③ 母親の能力に合わせて育児の手順を伝える

母親の能力に合わせて、具体的にわかりやすい言葉を使って、手とり足取り、繰り返し育児の手順を伝える。共感性の乏しい母親には、子どもの気持ちを代弁したり、子どもとの遊び方など関わり方を具体的に伝える。

④ 母親と子どもに合わせて関わりのペースを変化させる

母親と子どもの生活が安定し、子どもの成長が確認できていること、虐待の傾向が見られていないことが確認できれば、これまでの支援のペースから間隔をあけつつ、母親がつながりのある機関との連携をはかり、母親の状況を知る機会がもてるようであれば、母親から連絡があるまで待つようにする。