

# 育児期の月経前症候群のある母親のメンタルヘルス支援プログラムの開発

【キーワード：月経前症候群、育児期、尺度開発、健康教育】

## 領域・氏名

別科助産専攻 准教授／ 濱寄真由美

## 概要

本研究の目的は、児童虐待の早期発見・早期予防に育児中の母親の月経前症候群の症状軽減を目的として開発した「育児期の月経前症候群尺度」が、月経前症候群の診断（第1スクリーニング）と母親のセルフケア（看護介入）になっているか検討し、月経前症候群のある母親のメンタルヘルス支援プログラムを開発する研究です。

## 具体的な内容

これまで、0歳から6歳児を育児中の母親を対象とし、育児中の月経前症候群（以下PMSと略す）のある母親が、月経前に子どもとパートナーに及ぼす影響を測定する「月経周期に伴う育児感情尺度の開発と有効性の評価」を研究してきました（科研費：23593330,15K11678,19K11042）。

具体的には、0歳児～6歳児の母親を対象に、「育児期の月経前症候群尺度」活用しPMSの診断を実施しています。次に、PMSと診断した母親の精神的健康と身体的健康を目的とした健康教育（ストレス対策・貧血予防の食事指導・冷え対策・運動療法）を実施し看護介入を行います。最後にPMSのある母親のメンタルヘルスプログラムの開発をすることです。

## Information（情報）

本研究は、群馬大学大学院、国際医療福祉大学と九州看護福祉大学との共同研究です。また、月経前に、イライラする女性の「食事療法」、「運動療法」、「ストレスマネジメント」、「冷え対策」の健康教育・出前講義が可能です。