

# 産褥早期の母親の Sense of Coherence (SOC) と 母乳育児自己効力感および母乳育児負担感の関係

山崎真紀子<sup>1)</sup>・入山 茂美<sup>2)</sup>・濱寄真由美<sup>3)</sup>・本多 洋子<sup>4)</sup>

**要 旨** 完全母乳育児には、母親の母乳育児負担感を減らし、母乳育児自己効力感を高める母親への内面的なケアが必要とされている。本研究では、ストレスラーの緩衝効果があるSense of Coherence (SOC) と母乳育児自己効力感および母乳育児負担感の関係を明らかにすることを目的とした。産後4～5日に少しでも母乳を与えていた209名の母親に無記名自記式質問紙調査を実施し、195名から有効回答を得た。SOCと母乳育児自己効力感とは有意に正の相関があった。またSOCと母乳育児自己効力感とは、ともに母乳育児負担感と有意に負の相関があった。母乳育児継続に必要な母乳育児自己効力感を高め、母乳育児負担感を減らすためには、産褥早期からSOCを高める母親への内面的ケアの重要性が示唆された。

保健学研究 22(2): 45-50, 2010

**Key Words** : SOC・母乳育児・母乳育児自己効力感・母乳育児負担感

(2010年4月11日受付)  
(2010年7月21日受理)

## I 緒 言

生後6ヵ月までの母乳育児は、母子の健康にとって重要<sup>1)</sup>と認識され、母乳育児は世界中で推進されている。2001年、WHOとUNICEFは、生後6ヵ月の間は、完全母乳栄養を続け、人工栄養を児に与えないことを盛り込んだ“Global Strategy for Infant and Young Child Feeding”を採択した<sup>2)</sup>。日本においても、21世紀の母子保健を推進していく国民運動計画「健やか親子21」の中で母乳育児の推進を掲げている<sup>3)</sup>。

しかし、母乳育児の継続には困難を要する。96.0%の妊婦が母乳で育てたいと希望しているにもかかわらず、出産後1ヵ月時の母乳育児率は42%、6ヵ月では34%と、産後経過するに従い減少する傾向にある<sup>4)</sup>。そのため、母乳育児の継続に関するさらなる研究が必要である。

母乳育児継続の成功の鍵として、母乳育児自己効力感や母乳育児負担感に対する母親への心理的サポートや、育児に関するソーシャルサポートの重要性が指摘されている。母乳育児自己効力感とは、母乳育児継続の実践に繋がる重要な要因である<sup>5)</sup>。母親の自己効力感が高いと困難に直面しても、困難を克服し長期的に行動を維持できると報告されている<sup>6)</sup>。また、中崎ら<sup>7)</sup>は産褥期の初産婦は、母乳育児のストレスを感じ、「育児に対する未熟さ」や「生活の変化における身体的苦痛」といった母乳育児負担感が母乳育児に影響することを報告している。しかし、母乳育児継続に重要な役割を果たす産褥早期の母乳

育児自己効力感と母乳育児負担感に影響する要因に関する研究は、皆無である。

Sense of Coherence<sup>8)</sup> (SOC: 首尾一貫感覚) は、ストレス対処能力や健康保持能力ともいわれ、健康に影響を与える要因である。そのSOCは、育児ストレスとも関係し、SOC得点の高い人ほど育児不安感が少ないことが明らかになっている<sup>9)</sup>。そのため、母親のSOCは、母乳育児自己効力感や母乳育児負担感にも関係するのではないかと考えられる。

そこで本研究では、産褥早期の母乳育児中の母親の内面に焦点をあて、母親のSOCが母乳育児自己効力感や母乳育児負担感にどのくらい影響するのか明らかにすることを目的とした。

## II 対象と方法

### 1. 調査対象

調査対象は、A県内の産科2施設において出産した母親であった。その選択基準は、日本人であり、正期産で出生体重が2500g以上の一人の児を出産した母親、かつ産後に重度の合併症がなく、産後4～5日に母乳あるいは母乳およびミルクの混合で哺育を行っている母親とした。母乳を少しでも与えている母親を対象にした理由は、人工栄養のみの母親では、母乳育児自己効力感や母乳育児負担感の内容に答えられないからであった。

1 長崎大学大学院医歯薬学総合研究科保健学専攻

2 名古屋大学医学部保健学科看護学専攻

3 国際医療福祉大学福岡看護学部

4 前桐生大学短期大学部

## 2. 調査方法

### 1) 調査期間

2008年9月から12月に実施した。

### 2) 調査方法

本研究は、研究者が実習施設として使用している産科2施設において、実習期間に接することができた産後4~5日の選択基準を満たした対象者に対し、口頭と文書で調査の説明を行い、調査の同意が得られた232名に無記名自記式質問紙を配布した。回答後の質問紙はシール付きの封筒に入れて封をしていただいた後、留め置き法にて回収した。

## 3. 調査内容

### 1) 社会的属性

年齢、最終学歴、職業の有無、世帯収入について質問した。

### 2) 産科的属性

出産歴、出産方法、出産週数、児の出生時体重、妊娠中の合併症、生後4~5日の児の哺育状況について質問した。

### 3) SOC

SOCの質問票は人生の志向性に関する質問であり、「あなたは、自分の生活世界をどう見えていますか」を問うている。Antonovskyにより開発されたSOC-29を、山崎らが日本語版にし、さらに13項目5件法短縮版<sup>8)</sup>に開発したものを許可を得て使用した。5件法版SOC-13の信頼性、妥当性はともに保証されている<sup>10)</sup>。本研究におけるSOC尺度のCronbach  $\alpha$ 係数は0.84であった。13項目5件法短縮版は、自分のおかれている状況がある程度予測できるあるいは掴めるといった把握可能感の5問、何とかなる/何とかやっているといるという処理可能感の4問、ストレスへの対処のしがいも含めた、日々の営みにやりがいや生きる意味を感じられるという有意味感の4問から構成されている<sup>9)</sup>。各質問項目は、それぞれ「とてもよくある」から「まったくない」の5件法で測定した。合計得点は13点から65点となり、得点が高い方がSOCは高いことを意味する。

### 4) 母乳育児自己効力感

母乳育児自己効力感は、母親が認識する母乳育児に対する自信<sup>11)</sup>を測定している。その母乳育児自己効力感は、Dennisが開発した母乳育児自己効力感を大塚らが日本語版<sup>12)</sup>にし、妥当性と信頼性を確かめた14項目の質問を許可を得て使用した。回答は「まったく自信がない」から「とても自信がある」の5件法で測定した。合計得点は1点から70点となり、得点が高い方が母乳育児の自己効力感が高いことを意味する。本研究における母乳育児自己効力感尺度のCronbach  $\alpha$ 係数は0.94であった。

### 5) 母乳育児負担感

母乳育児負担感の質問の作成過程は、乳児を育てて

いる母親2名から、母親が母乳育児を行うことは大変または負担と思う理由を自由記載で書いてもらった。その内容を10年以上助産師として働いた経験のある研究者4名で検討し、先行文献も参考にし、母乳育児負担感としての質問項目に合うと思われるものを最終的に抽出した。その母乳育児負担感の質問項目は、「夜間の授乳は眠くてつらい」、「赤ちゃんがお乳を吸うと痛みを感じる」、「赤ちゃんが飲み終えた後、私は疲れている」、「母乳育児をすることによって生活活動が制限される」の4項目であった。各質問項目を「まったくない」から「いつもある」の5件法で測定した。合計得点は4点から20点となり、得点が高い方が負担感が高いことを意味する。本研究における母乳育児負担感尺度のCronbach  $\alpha$ 係数は0.67であった。

## 4. 分析方法

出産経験や年齢がSOC、母乳育児負担感、母乳育児自己効力感に影響するかを検討するために、出産経験別および年齢別のSOC、母乳育児負担感、母乳育児自己効力感を、Mann-Whitney U検定にて比較した。SOCと母乳育児負担感および母乳育児自己効力感の関係は、Spearmanの順位相関係数(rs)で示した。

統計解析には統計パッケージSPSS13.0J for Windowsを用い、有意水準は5%未満とした。

## 5. 倫理的配慮

対象者に、調査目的、調査内容、調査への参加は自由意思により調査に参加しなくても病院でのサービスで不利益を被らないこと、調査結果の公表は個人名や病院名が特定できないよう配慮する旨を文書と口頭にて説明し、口頭にて同意を得て実施した。また、病院長に調査内容の説明を行い、調査の承諾を書面にて得た。なお、本研究は、長崎大学大学院医歯薬学総合研究科倫理審査委員会の承認(承認番号08072421)を得て実施した。

## III 結 果

232名に調査票を配布し、209名(回収率90.0%)から回答を得た。そのうちの、SOC、母乳育児負担感、母乳育児自己効力感の各質問にすべて回答してあるものの195名(有効回答率93.3%)を分析対象とした。

なお、選択基準を満たしている研究者が判断して、調査に参加いただいた対象者の中で、2名が正産期に該当しない週数(36週と42週)を回答欄に記載されていたが、この2名も分析対象者に含めた。

### 1. 対象者の社会的属性と産科的属性(表1)

対象者の平均年齢は30.2歳(SD4.5)であった。職業は有りが66名(33.8%)、無しが129人(66.2%)であった。最終学歴は中学校卒が5名(2.6%)、高校卒が

表1 対象の社会的属性と産科的属性 (N=195)

属性	n	%
年齢		
20歳未満	2	1.0
20～29歳	75	39.5
30～39歳	113	57.9
40歳以上	5	2.5
職業の有無		
有り	66	33.2
無し	129	66.2
最終学歴		
中学校	5	2.6
高校	52	26.7
専門学校	44	22.6
短大	41	21.0
大学	50	25.6
大学院	3	1.5
年 <sup>a</sup>		
300万円未満	38	20.3
300～400万円未満	34	18.2
400～500万円未満	43	23.0
500～600万円未満	29	15.5
600万円以上	43	23.5
出産歴		
初産	103	52.8
1経産	76	39.0
2経産	15	7.7
3経産	1	0.5
妊娠中の合併症の有無 <sup>b</sup>		
有り	3	1.5
無し	191	98.5
出産様式 <sup>c</sup>		
帝王切開	30	15.5
経膈分娩	137	71.5
吸引分娩	23	11.9
鉗子分娩	3	1.6
出産時の週数 <sup>d</sup>		
36週	1	0.5
37週～41週	192	99.0
42週	1	0.5
児の出生時体重 <sup>e</sup>		
2500～3000未満	76	39.4
3000～3500未満	99	51.3
3500～4000未満	18	9.3

- a 未記入8名
- b 未記入1名
- c 未記入2名
- d 未記入1名
- e 未記入2名

52名(26.7%)、専門学校卒以上が138名(70.7%)であった。世帯年収は400万円未満が72名(38.5%)、400万円以上600万円未満が72名(38.5%)、600万円以上が43名(23.5%)であった。

出産歴は初産婦が103名(52.8%)であった。出産様式は経膈分娩(吸引分娩、鉗子分娩含む)が163名(87.0%)であった。出産週数は37週から41週が192名(99.5%)であった。児の出生時体重は3000gから3500g未満が99名(51.3%)であった。妊娠中の合併症は3名が有りであった。

2. 哺育状況

産後4～5日の哺育状況は、母乳とミルクの混合(以下混合栄養)が156名(80.0%)であった。

3. 母親全体のSOC、母乳育児負担感、母乳育児自己効力感の記述統計

SOC合計得点の中央値は44(四分位範囲=47-39)であった。

母乳育児負担感の合計得点の中央値は12(四分位範囲=14-11)であった。

母乳育児自己効力感の合計得点の中央値は38(四分位範囲=46-32)であった。

4. 出産歴および年齢別、SOCと母乳育児自己効力感および母乳育児負担感(表2)

初産婦のSOCの中央値は44(四分位範囲=47-39)であった。経産婦の中央値は43(四分位範囲=49-40)であった。初産婦のSOCと経産婦のSOCには有意な差はみられなかった。

30歳未満の母親のSOCは中央値44(四分位範囲=47-38)であった。30歳以上の母親のSOCの中央値は44(四分位範囲=47-38)であった。30歳未満の母親のSOCと30歳以上の母親のSOCには有意な差はみられなかった。

初産婦の母乳育児自己効力感の中央値は35(四分位範囲=42-31)であった。経産婦の中央値は41(四分位範囲=51-34)であった。初産婦の母乳育児自己効力感と経産婦の母乳育児自己効力感は経産婦の方が有意に高かった(p<0.001)。

30歳未満の母親の母乳育児自己効力感の中央値は38(四分位範囲=45-33)であった。30歳以上の母親の

表2 出産歴および年齢別、SOCと母乳育児自己効力感および母乳育児負担感

	SOC			母乳育児自己効力感			母乳育児負担感		
	中央値	四分位範囲	P値	中央値	四分位範囲	P値	中央値	四分位範囲	P値
初産	44	(47-39)	0.347	35	(42-31)	<0.001	12	(14-10)	0.459
経産	43	(49-40)		41	(51-34)		12	(14-11)	
30歳未満	44	(47-38)	0.429	38	(45-33)	0.827	12	(14-10)	0.044
30歳以上	44	(47-38)		38	(47-32)		13	(14-11)	

母乳育児自己効力感の中央値は38（四分位範囲＝47－32）であった。30歳未満の母親の母乳育児自己効力感と30歳以上の母親の母乳育児自己効力感には有意な差はみられなかった。

初産婦の母乳育児負担感の中央値は12（四分位範囲＝14－10）であった。経産婦の中央値は12（四分位範囲＝14－11）であった。初産婦の母乳育児負担感と経産婦の母乳育児負担感には有意な差はみられなかった。30歳未満の母親の母乳育児負担感の中央値は12（四分位範囲＝14－10）であった。30歳以上の母親の母乳育児負担感の中央値は13（四分位範囲＝14－11）であった。30歳未満の母親の母乳育児負担感と30歳以上の母親の母乳育児負担感には30歳以上の母親が有意に高かった（ $p=0.044$ ）。

SOC、母乳育児自己効力感、母乳育児負担感に年齢と出産歴の交互作用があるかどうかを、それぞれを従属変数にして二元配置分散分析を行った。その結果交互作用は認められなかった。

#### 5. SOC と母乳育児自己効力感および母乳育児負担感の関係（表3）

SOC と母乳育児自己効力感の間には有意に正の相関があった（ $rs=0.357$ ,  $p<0.001$ ）。

SOC と母乳育児負担感の間には有意に負の相関があった（ $rs=-0.175$ ,  $p=0.015$ ）。SOC の下位尺度である3つの感覚では、処理可能感と把握可能感が母乳育児負担感に有意に負の相関があった（それぞれ  $rs=-0.146$ ,  $p=0.042$ ； $rs=-0.173$ ,  $p=0.015$ ）。

母乳育児自己効力感は母乳育児負担感と有意に負の相関があった（ $rs=-0.245$ ,  $p<0.001$ ）。

表3 SOC と母乳育児自己効力感および母乳育児負担感の相関（rs）

	1	2
1. SOC		
2. 母乳育児自己効力感	0.357 <sup>a</sup>	
3. 母乳育児負担感	-0.175 <sup>b</sup>	-0.245 <sup>c</sup>

rs: spearman の順位相関係数

<sup>a</sup> P 値 <0.001

<sup>b</sup> P 値 =0.015

<sup>c</sup> P 値 <0.001

#### IV. 考 察

本研究の結果から明らかになったことは、3点である。1点目は、産褥早期の母親のSOCが高いと、母乳育児自己効力感は高くなるという傾向がある。2点目は、産褥早期のSOCが高いと、母乳育児負担感は低くなるという傾向である。3点目は、産褥早期の母親の母乳育児自己効力感が高いと、母乳育児負担感は低いという傾向である。

SOC と母乳育児自己効力感は、有意に正の相関があ

り、SOCが高い母親は母乳育児自己効力感も高い傾向にあった。これは、日頃の日常生活の中で、自分の置かれている状況を的確に判断し、何とかやり遂げられるという気持ちを持ち、日頃のストレスを上手く解消できるSOCが高い母親は、母乳育児自己効力感も高くなると解釈できる。先行研究により、SOCと一般性セルフエフィカシーの関連は報告されている<sup>13)</sup>。母乳育児自己効力感は、母乳哺育において、必要とされている行動を自分は実行できるという「母乳育児遂行可能感」、「母乳育児実現可能感」であり、母乳育児に特化したセルフエフィカシーと位置づけられることから、SOCと関連したのではないかと考えられる。

相関係数は大きくはなかったが、SOCと母乳育児負担感には負の相関があり、SOCが高い母親は、母乳育児負担感が低い傾向にあった。特にSOCの下位尺度である3つの感覚の中の処理可能感と把握可能感が母乳育児負担感と負の相関があった。これは、日頃の日常生活の中で、自分の置かれている状況を的確に判断し、何とかやり遂げられるという気持ちをもつSOCが高い母親は、母乳育児においても、ストレスにうまく対処できると解釈できる。山崎ら<sup>14)</sup>は「ストレッサーが同等程度であっても、そこから生じるストレス反応の種類や程度には個人のSOCの高低による相違があり、SOCが高い人ほど、ストレッサーにしなやかに対処し、状況をうまく乗り越えることができる」と述べている。母乳哺育中に、母親が自身の状況とベビーの状況を把握し、見通しが立てられるよう、また、前向きな感情を持つことができるよう産褥早期からの支援が必要である。

母乳育児自己効力感と母乳育児負担感に負の相関があり、母乳育児自己効力感が高い母親は母乳育児負担感が軽減される傾向にあった。産褥早期から母乳育児自己効力感を高め、母乳育児負担感を軽減する為の支援を医療職が行うことにより、相乗効果が期待できると考えられる。

#### V. 研究の限界と今後の課題

本研究には3点の限界がある。1点目は、横断研究であるため、因果関係が明確にできないことである。今後、妊娠後期から産褥期にかけての縦断研究を行い、因果関係を明らかにする必要がある。

2点目は、北関東圏内の産科2施設における褥婦が対象であったため、北関東圏という限定された地域に住む対象にしか研究結果を当てはめることができないことである。さらに研究結果を一般化するために、今後、対象を全国に広げて追加して調査を行う必要がある。

3点目は、乳房と乳頭の状態や児の哺乳状況に関する詳細なデータの収集をしていなかったことである。乳房や乳頭のトラブルがある場合、母乳育児自己効力感や母乳育児負担感に影響を与えられ、今後、乳房や乳頭にトラブルについてのデータも収集して、分析す

る必要がある。

## VI. 結 論

母乳育児継続に必要な母乳育児自己効力感を高め、母乳育児負担感を減らすためには、産褥早期からSOCを高める母親への内面的ケアの重要性が示唆された。

## 謝 辞

本研究にご参加くださいました対象者の皆様、ご協力いただきました調査施設の関係者の皆様に心からお礼申し上げます。

本研究は、平成20年度長崎看護学同窓会研究助成事業による看護学研究奨励賞助成金を受けて実施した。

## 文 献

- 1) Hartl G : The optimal duration of exclusive breastfeeding. *Journal of Advanced Nursing*, 35 : 313-315, 2003.
- 2) World Health Organization (WHO) . Nutrient adequacy of exclusive breastfeeding for the term infant during the first six months of life. Geneva (Switzerland) :WHO, 2001.
- 3) <http://rhino.med.yamanashi.ac.jp/sukoyaka/mokuhyou2.html>
- 4) 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課：平成17年度 乳幼児栄養調査，厚生労働省：2,2006
- 5) Dennis CL. Breastfeeding initiation and duration a 1990-2000 literature review. *Journal of Obstetric Gynecologic , and Neonatal Nursing*, 31 (1) : (12-32), 2002.
- 6) 中田かおり：母乳育児の継続に影響する要因と母親のセルフ・エフィカシーとの関連. *日本助産学会誌*, 22 (2) : 208-221, 2008.
- 7) 中崎朋美、吉永幸子、新谷友紀子、上杉直子、北川恵理子、西森まゆみ、南順子：核家族の初産婦が感じる母乳育児ストレス－退院後2週間以内の家庭訪問を通して－. *第32回日本看護学会論文集－母性看護－*, (87 - 89), 2001.
- 8) Antonovsky A.: *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well.* Jossey-Bass Publishers, San Francisco, 1983. 山崎喜比古, 吉井清子 (監訳). : *健康の謎を解く：ストレス対処と健康保持のメカニズム*. 有信堂, 東京, 2001 : 221-225
- 9) 山崎喜比古, 戸ヶ里泰典, 坂野純子：ストレス対処能力SOC. 有信堂, 東京, 2008 : 81-82
- 10) 戸ヶ里泰典, 山崎喜比古：13項目5件法版 *Sense of Coherence Scale* の信頼性と妥当性の検討. *民族衛生*, 71 (4) : 168-182, 2005.
- 11) Dennis CL. Theoretical underpinnings of breastfeeding confidence: A self-efficacy scale framework. *Journal of Human Lactation*, 15 : (195-201), 1999.
- 12) Otsuka K, Dennis CL, Tatsuoka H, Jimba M : The relationship between breastfeeding self-efficacy and perceived insufficient milk among Japanese mothers. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 37 : (546-555), 2008.
- 13) 戸ヶ里泰典, 山崎喜比古：SOCスケールとその概要－SOCスケールの種類と内容・使用上の注意点・課題－. *看護研究*, 42 (7) : 505-537, 2009.
- 14) 山崎喜比古：ストレス対処力SOC (sense of coherence) の概念と定義. *看護研究*, 42 (7) : 479-503, 2009.

# The relationships between Sense of Coherence, breastfeeding self-efficacy and burden of breastfeeding among mothers with early confinement periods

Makiko YAMASAKI<sup>1)</sup>, Sigemi IRIYAMA<sup>2)</sup>, Mayumi HAMASAKI<sup>3)</sup>, Youko HONDA<sup>4)</sup>

1 Department of Health Sciences, Nagasaki University Graduate School of Biomedical Sciences

2 Department of Nursing, Nagoya University of Health Sciences

3 International University of Health and welfare Fukuoka nursing department

4 Ex-Kiryu university junior college

Received 11 April 2010

Accepted 21 July 2010

**Abstract** Successful exclusive breastfeeding needs psychological support for decreasing burden of breastfeeding and increasing breastfeeding self-efficacy. This study examined the relationships between Sense of Coherence (SOC) which buffers the effect of some stressors, burden of breastfeeding and breastfeeding self-efficacy. We conducted this study with anonymous self-reported questionnaires among 209 mothers 4-5 days after childbirth. Of them, 195 completed the questionnaire. The SOC were positively associated with breastfeeding self-efficacy. SOC and breastfeeding self-efficacy were negatively associated with burden of breastfeeding. This study suggests that mothers with early confinement periods should have psychological support to increase SOC in order to increase breastfeeding self-efficacy and decrease burden of breastfeeding.

Health Science Research 22(2): 45-50, 2010

**Key Words** : SOC, breastfeeding, breastfeeding self-efficacy, burden of breastfeeding