

2018年12月3日

国立大学法人 東北大学大学院医学系研究科  
学校法人 東北医科薬科大学

**月経困難症の既往が周産期のメンタルヘルスマネジメントに重要  
妊娠前に月経困難症であった女性は妊娠中も心理的ストレスが大きい**

**【発表のポイント】**

- 妊娠前に月経困難症があった妊婦では、妊娠中に精神的ジストレス<sup>注\*</sup>を有している割合が高かった。
- 月経困難症は妊娠中期～末期の新規の精神的ジストレス発症と関連した。
- 心理的ストレスの頻度は月経困難症の重症度が増すと増加した。
- 月経困難症の既往は周産期のメンタルヘルスマネジメントに重要である。

**【研究概要】**

東北大学病院婦人科学分野 渡邊 善（わたなべ ぜん）助手、東北医科薬科大学医学部衛生学・公衆衛生学教室 目時 弘仁（めとき ひろひと）教授らのグループは、妊娠前に月経困難症があった女性は、妊娠中に心理的ストレスを抱えていたり、新規に心理的ストレスを発症しやすかったりすることを明らかにしました。本研究は、妊娠により月経が来なくなったとしても、妊娠前の月経困難症の有無を聞き取ることの重要性を明らかにした初めての報告です。

本研究成果は、2018年11月5日に Journal of Affective disorder 誌（電子版）に掲載されました。

本研究は、環境省が実施しているエコチル調査の結果を用いて行われましたが、本研究は研究者の責任によって行われているもので、政府の公的見解を示したものではありません。

## 【研究内容】

母体の不安や抑うつは、早産、低出生体重、妊娠高血圧症候群などの周産期合併症や産後の育児障害、児の神経発達障害に繋がることから、特に近年では妊婦の精神的ケアが重要視されています。

月経困難症は、多くの非妊娠女性が罹患し、症状から生活の質を著しく低下させる疾患で、近年においては増加傾向にあります。身体的症状のみならず精神状態にも影響していることがよく知られており、周産期においては産後うつとの関連も示唆されています。その一方で、これまで妊娠中の母体の精神状態への影響について調べた研究はありませんでした。

本研究では、2011年から2014年にかけて日本で行われたエコチル調査の全国データから、妊娠初期～中期に精神的ジストレスを有していなかった妊婦さん87,102人を対象とし、その後妊娠中期～末期における精神的ジストレスの有無を調査し、妊娠前の月経困難症が関連しているか解析しました。

9,264人（全体の10.6%）の妊婦さんが妊娠前に月経困難症を有しており、さらに1,638人（全体の1.9%）の妊婦さんはその症状が重度でした（図1）。

妊娠初期～中期の段階で精神的ジストレスを有していない妊婦さんのうち、1,870人（2.1%）の方が、妊娠中期～末期になって精神的ジストレスを抱えるようになっていました（図2）。さらに妊娠前の月経困難症の重症度でみると、月経困難症が無かった妊婦さんの精神的ジストレス罹患率が2.1%だったのに対して、妊娠前に軽度および重度の月経困難症を患っていた妊婦さんの罹患率はそれぞれ2.6%、3.6%と高かったことが分かりました（図3）。

また、妊娠期間中に精神的ジストレスを有するようになるリスクを解析した結果、妊娠前に月経困難症が無かった妊婦さんと比較して、月経困難症を有していた妊婦さんでは、その症状の重症度に伴い段階的に増大していたことが明らかになりました。さらに、そのリスクと傾向は、妊婦さんの精神状態と関連性の高い精神疾患既往（うつ病や不安障害など）や社会経済要因（年齢、学歴、収入、嗜好など）、さらには月経困難症を引き起こしうる婦人科疾患（子宮内膜症、子宮腺筋症、子宮筋腫）などを加味した検討においても高いままでした。（図4）。

本来、月経は妊娠において最も重要な生理現象の1つであるにもかかわらず、妊娠後一時的に休止すると、妊娠前の月経状況、特に月経困難症をはじめとする月経異常については軽視されています。しかしながら、本研究結果より、妊娠前の月経困難症が妊娠中の母体精神状態に関連していることが明らかになり、母体の周産期メンタルヘルスケアにおいて、妊娠前の月経状況を把握することはこれまで以上に重要視する必要があると考えられました。

エコチル調査では引き続き、子どもの発育や健康に影響を与える化学物質等の環境要因を明らかとすべく調査を続けていきます。調査に協力をいただいた妊婦さんと子どもさん、そのご家族の参加者に深く感謝申し上げますとともに、

今後の引き続きのご協力をお願い申し上げます。

#### 【用語説明】

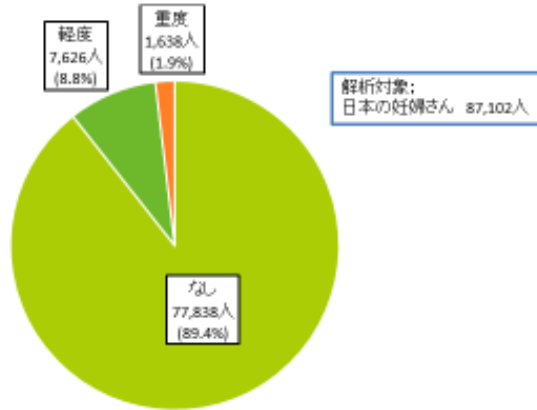
注\* : 精神的ジストレス : 耐え難い心理的な苦痛を感じている状態をさす用語。  
本調査では、K6 の点数が 13 点以上を精神的ジストレスありと判定しました。

#### 【エコチル調査について】

子どもの健康と環境に関する全国調査は、環境が子どもの健康にどのように影響するのかを明らかにし、「子どもたちが安心して健やかに育つ環境を作る」ことを目的に 2010 年度に開始された大規模かつ長期に渡る疫学調査です。妊娠期の母親の体内にいる胎児期から出生後の子どもが 13 歳になるまでの健康状態や生活習慣を 2032 年度まで追跡して調べる計画です。

エコチル調査は、国立環境研究所に研究の中心機関としてコアセンターを設置し、国立成育医療研究センターに医療面からサポートを受けるためにメディカルサポートセンターを設置し、また、日本の各地域で調査を行うために公募で選定された 15 の大学に調査の拠点となるユニットセンターを設置し、環境省と共に各関係機関が共同して調査を行っています。

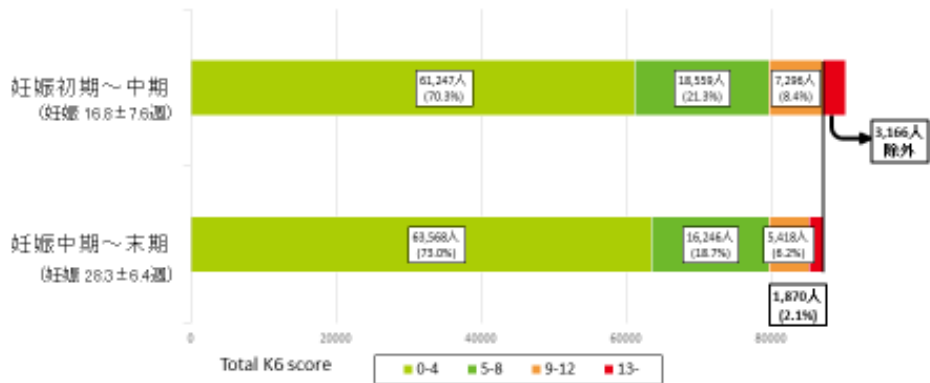
### 妊娠前の月経困難症の有無と重症度



- 10.6%の妊婦さんが妊娠前に月経困難症を罹患していた。
- 月経困難症とは、月経期間中に月経に伴って起こる病的な症状をいいます。最も頻度の多い下腹部の他、腰痛、腿部膨満感、嘔気、頭痛、食欲不振、憂うつなど様々な症状を呈します。またその症状の種類や程度には個人差があります。

図1 妊娠前の月経困難症の有無と重症度

### 妊娠時期別の精神的ジストレス



- 妊娠初期～中期に精神的ジストレスがなかった妊婦さんの2.1%が妊娠中期～後期に精神的ジストレスを抱えるようになった。
- 精神的ジストレスとは、耐え難い心理的な苦痛を感じている状態をいいます。精神的ジストレス評価指標 Kessler 6-Item psychological distress scale (K6)のtotal scoreが高いと不安障害や気分障害(うつなど)のリスクが高いとされています。本研究ではTotal K6 score 215を「精神的ジストレスを有している」と定義しています。

図2 妊娠時期別の精神的ジストレス

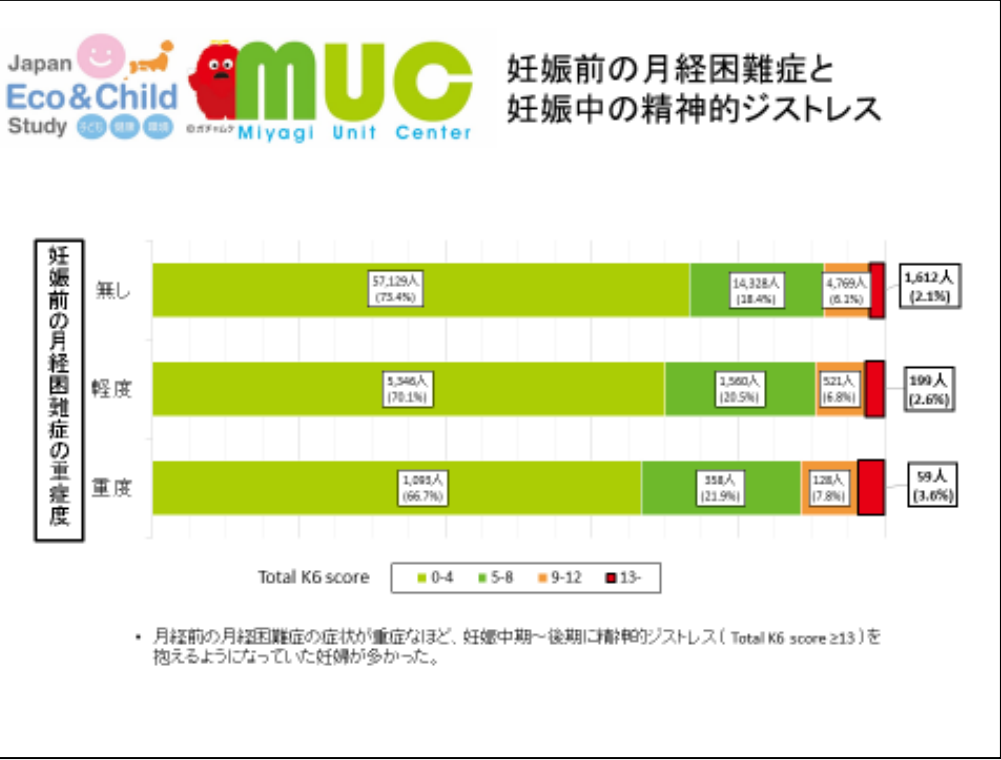


図3 妊娠前の月経困難症と妊娠中の精神的ジストレス

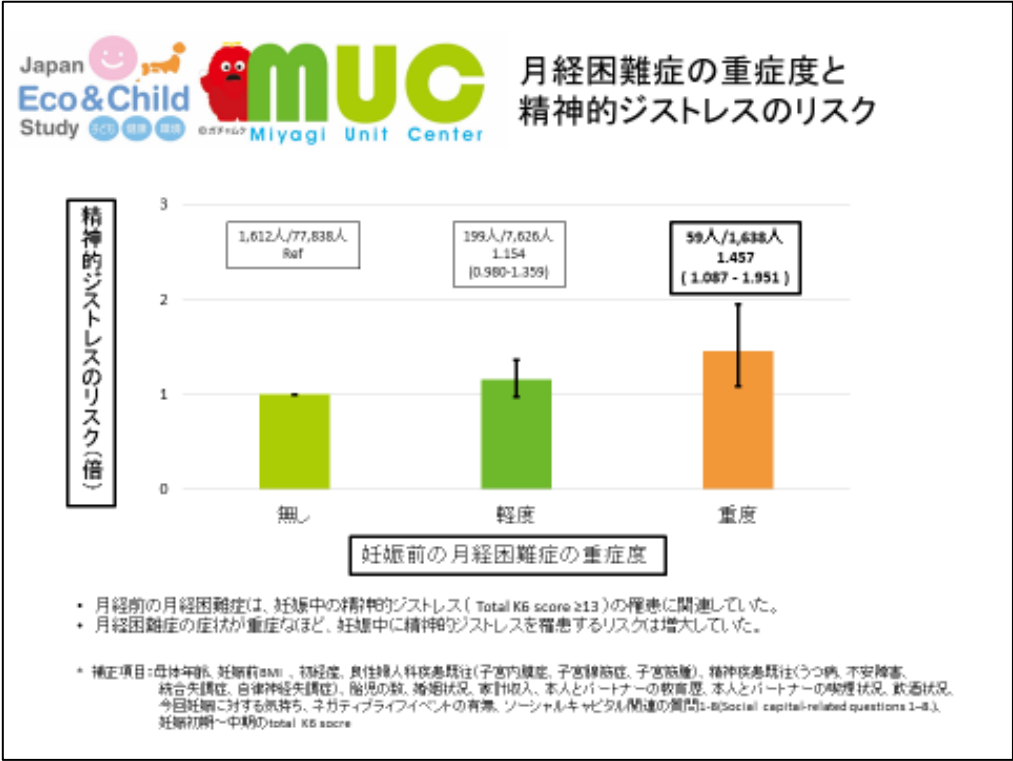


図4 月経困難症の重症度と精神的ジストレスのリスク

## 【論文題目】

English Title: Preconception dysmenorrhea as a risk factor for psychological distress in pregnancy: The Japan Environment and Children's Study

Authors: Zen Watanabe, Hidekazu Nishigori, Kaou Tanoue, Kosuke Tanaka, Noriyuki Iwama, Michihiro Satoh, Takahisa Murakami, Toshie Nishigori, Satoshi Mizuno, Kasumi Sakurai, Mami Ishikuro, Taku Obara, Nozomi Tatsuta, Masatoshi Saito, Masahito Tachibana, Ikuma Fujiwara, Takahiro Arima, Takashi Takeda, Shinichi Kuriyama, Kunihiko Nakai, Nobuo Yaegashi, Hirohito Metoki, Japan Environment & Children's Study Group

タイトル：「妊娠前の月経困難症と妊娠中の精神的ジストレス発症リスク：エコチル調査」

著者名：渡邊善、西郡秀和、田上可桜、田中宏典、岩間憲之、佐藤倫広、村上任尚、西郡俊絵、水野聖士、櫻井香澄、石黒真美、小原拓、龍田希、齋藤昌利、立花眞仁、藤原幾磨、有馬隆博、武田卓、栗山進一、仲井邦彦、八重樫伸生、目時弘仁、エコチル調査グループ

掲載誌名: Journal of Affective disorder (電子版)

doi: 10.1016/j.jad.2018.11.061.

### 【お問い合わせ先】

#### (研究に関すること)

東北大学医学部 産科学婦人科学教室

助手 渡邊 善(わたなべ ぜん)

電話番号: 022-717-7251

Eメール: zenw5261@med.tohoku.ac.jp

東北医科薬科大学医学部衛生学・公衆衛生学教室

教授 目時 弘仁(めとき ひろひと)

電話番号: 022-290-8727

Eメール: hmetoki@tohoku-mpu.ac.jp

#### (取材に関すること)

東北大学大学院医学系研究科・医学部広報室

電話番号: 022-717-7891

FAX 番号: 022-717-8187

Eメール: pr-office@med.tohoku.ac.jp