P2-025

女性の健康管理能力の変化と体重管理に関する研究－妊娠前と育児期の比較－

中平 悠理子、桂 敏樹
京都大学大学院医学研究科 人間健康科学系専攻

【目的】
女性の健康管理能力は、生活習慣病等疾病予防に寄与する。生活習慣病予防には若年期からの適切な体重管理が重要であり、女性は妊娠、出産、育児のライフイベントによって体重管理に支障が生じ中年期以降の肥満につながる可能性がある。そこで、妊娠前から育児期における女性の健康管理能力の変化と体重管理との関連を明らかにすることを目的とする。

【方法】
対象は2016年5～9月に大津市の1歳9か月健診、3歳6か月健診を受診した幼児の母親のうち、出産後1年未満を除外した女性である。調査方法は健診会場で無記名記式調査票を配布し、郵送回収とした。調査内容は「妊娠前」、「育児期」における健康管理能力〔修正版Perceived Health Competence Scale日本語版〕及び体重管理、(体格の認識、ライフスタイル)である。統計的解析は、項目毎の変化を明らかにするために対応のあるt検定、McNemar検定を用いた。

【結果】
1.質問紙を配布した1,612人のうち、421人から回答を得た。このうち、101人(出産後1年未満、無効回答)を除外し、320人を本研究の分析対象とした(有効回答率19.9%)。2.健康管理能力は、妊娠前25.9±6.6から育児期22.5±6.8に有意に低下($p<0.001$)した。3.体重は、妊娠前51.2±7.0から育児期52.6±8.0に、1.5kg有意に増加($p<0.001$)した。BMI区分別の割合も有意に変化し($p=0.002$)、肥満が増加、やせが減少した。体格の認識は、妊娠に比べ育児期において有意に変化したが、実際の体格分類と体格の認識の相関は、妊娠前0.613($p<0.001$)、育児期0.649($p<0.001$)であり、強い相関がみられた。ライフスタイルは、身体活動以外の項目で良好群の割合が有意に変化した。育児期に良好群の割合が増加した項目は朝食摂取、食事時間の規則性、食事量、喫煙であり、減少した項目は間食摂取、食べる速さ、運動、睡眠時間、飲酒、ストレスであった。

【考察】
健康管理能力は妊娠前に比べ育児期に低下し、育児は健康管理能力を低下させることが示唆された。また、妊娠前に比べ育児期は体重が増加し、体格が変化することが明らかになった。一方、ライフスタイルは、妊娠前から育児期の間に悪化するものと改善するものがあり、育児がライフスタイルに及ぼす影響は必ずしも悪化だけではない。妊娠、出産、育児を経験しても、女性自身が健康管理能力を維持できるような支援を検討することが重要である。本研究は大津市との共同研究の一部である。

P2-026

女性の健康管理能力及びライフスタイルの変化はBMIの変動と関連するか －妊娠前及び育児期の比較－

中平 悠理子、桂 敏樹
京都大学大学院医学研究科 人間健康科学系専攻

【目的】
女性の健康管理能力が育児期に低下し、生活習慣の維持や適切な体重管理が困難になっている可能性がある。また、女性の体重は、妊娠前から育児期に増加することが指摘されている。そこで、本研究の目的は、妊娠前から育児期の健康管理能力及びライフスタイルの変化が、BMIの変動と関連することを明らかにすることである。

【方法】
対象及び調査方法、調査内容は前報と同様である。分析は、妊娠前及び育児期における健康管理能力及びライフスタイルの変化とBMIの変動の関連を検証した後に、それぞれのBMIを目的変数、健康管理能力、ライフスタイル等を説明変数とする重回帰分析を行った。さらに、健康管理能力及びBMIの変化とライフスタイルの変化の関連を検証するために、ライフスタイルの変化を不良群・悪化群・改善群・良好群に分け、各群と妊娠前から育児期の健康管理能力の変化及びBMIの変化の関連を一元配置分散分析を用いて分析した。

【結果】
分析対象は前報と同様である。1.妊娠前及び育児期それぞれのBMIを目的変数とする重回帰分析を行った結果、妊娠前BMIと有意な正の関連を示した変数は体格の認識($\beta=0.702$)であった。育児期BMIと有意な正の関連を示した変数は体格の認識($\beta=0.702$)、食事時間の規則性($\beta=0.102$)であり、有意な負の関連を示した変数は飲酒($\beta=-0.078$)であった。健康理能力はBMIと有意な関連はなかった。2.健康管理能力の変化とライフスタイルの変化では食事時間の規則性($p<0.001$)、食べる速さ($p=0.044$)、睡眠($p=0.005$)の間で有意な関連があった。3.BMI変化とライフスタイルの変化では身体活動($p=0.024$)および飲酒($p=0.023$)と有意な関連があった。

【考察】
健康管理能力は、妊娠前、育児期共に、BMIに関連する要因ではなかった。その理由として、横断研究であったこと、健康管理能力を測定するために使用した尺度が一般成人向けに開発された尺度であり、育児期の女性に求められる健康管理能力を適切に測定できなかったこと等が考えられた。一方で、健康管理能力の変化がライフスタイルの変化を介してBMIの変化に影響することが推測された。今後は、育児期の女性の健康管理能力を適切に測定する尺度を用いて、妊娠前から育児期の健康管理能力の変化がライフスタイルを介し女性の心身の健康とどのような関係を検討する必要がある。本研究は大津市との共同研究の一部である。

Presented by Medical*Online