

1P85

中学生の精神的健康状態と栄養素の関連

古川 照美¹、谷川 涼子¹、清水 亮¹、倉内 静香¹、戸沼 由紀²、吉池 信男¹¹青森県立保健大学²弘前医療福祉大学

【目的】

食事・栄養学的問題はうつ病と関連することが指摘されており、うつ病に対する食事療法あるいは補完代替療法のエビデンスも蓄積されてきている。しかしながら、子どもの精神的健康状態に関連する生活習慣や食事・栄養について、明らかになっているとは言い難い。小児期からの精神的健康状態を良好に保つための生活習慣、食事・栄養の関連について明らかにし、適切な対策を講じる必要がある。本研究では中学生の精神的健康状態と食事・栄養の関連を明らかにし、子どもの頃からのメンタルヘルス対策の示唆を得ることを目的とした。

【方法】

2018年および2019年4月～5月に青森県内の3つの自治体において、中学2年生を対象に調査を行った。精神的健康状態として、日本語版精神健康状態表簡易版（WHO-5）を用いた。生活習慣は、睡眠時間、運動時間、テレビ視聴時間、ゲーム時間についてであった。さらに、食事・栄養状況については簡易型自記式食事歴法質問票;BDHQ15yを用いた。450人を解析対象とした。WHO-5素点と生活習慣項目、うつ病との関連が指摘されている栄養素についてPearsonの相関係数で関連を確認した。その上で関連が認められた生活習慣と栄養素を変数とした重回帰分析を実施した。さらにWHO-5による精神的健康度良好群と不良群別に生活習慣、栄養素を比較した。なお本研究は倫理委員会の承認を受けて実施した。

【結果】

男女でWHO-5に関連する生活習慣、栄養素に違いが認められた。男子は植物性たんぱく質と、女子は睡眠時間、たんぱく質、動物性たんぱく質、n-3系脂肪酸との関連が認められた。重回帰分析の結果では、男子は植物性たんぱく質に有意な関連が認められたが、女子では睡眠時間であった。精神的健康度良好群と不良群別では、女子のみn-3系脂肪酸に違いが認められた。

【結論】

本研究は横断調査であり自記式食事歴法による限界があるものの、精神的健康状態と食事・栄養の関連が認められた。特にn-3系脂肪酸はメカニズムなどまだ明らかになっていない点も多いが、重要な栄養素と考えられた。子どもの頃からのメンタルヘルス対策として、睡眠時間を確保するなどの良好な生活習慣を形成、維持することの他に、成長に見合った食事内容について確認しながら支援する必要性が示唆された。

1P86

マルトリートメントの早期発見における母子健康手帳の有用性

森内 優子^{1,2}、洲上 達夫^{1,2}、寺田 啓輝^{1,2}、杉山 千央^{1,2}、高橋 智子^{1,2}、根岸 潤¹、森岡 一朗²¹イムス富士見総合病院²日本大学医学部小児科学系小児科学分野

【はじめに】

母子健康手帳（以下、母子手帳）は、妊娠期から乳幼児期までの健康情報や家族関係等を把握できる貴重なツールである。今回、マルトリートメントの早期発見において母子手帳が有用であった症例の一部を提示し、さらに、当院子ども家族支援委員会が携わった症例の虐待リスク因子や虐待及びネグレクト所見について検討した。

【症例1：母子手帳がない】

日齢0男児。母親は未妊健妊婦であり本児は飛び込み分娩で出生した。母親の「生まなければよかった」という発言から愛着形成の課題が窺われ、シングルマザー、多子家庭、金銭的困窮等の虐待リスク因子を認めた。保健師の家庭訪問により養育環境や母方両親の金銭的及び育児援助の確認が行われ、かかりつけ医へ情報提供した。

【症例2：成長増加率低下と予防接種不備】

月齢7男児。乳幼児健診の際、母親の表情が乏しく、次子妊娠7カ月で育児不安を抱えていた。また、母子手帳から成長増加率低下と予防接種歴不備が判明したため、保健師の家庭訪問による体重増加の確認やファミリーサポート及び一時保育の利用案内が行われた。

【症例3：筆跡の乱れ】

4歳男児、1歳男児、月齢3女児。呼吸器感染で入院した際、母親の精神状態が不安定となり失語を認めた。筆談時の文字が母子手帳の丁寧な文字と比べて異なることや意思疎通が図りにくく、精神疾患が疑われた。保健師が母親に付き添い精神病院を受診したところ双極性障害が疑われ入院した。市役所、保健師、父親と話し合い、長女の一時的乳児院利用と次男の一時保育利用の手続きが行われた。

【虐待リスク因子、虐待及びネグレクト所見】

当委員会症例100例における虐待リスク因子、虐待及びネグレクト所見について検討した。その結果、母子手帳により評価可能な虐待リスク因子として、子どもでは低出生体重児（12%）や医療処置を要する児（6%）、養育者では若年妊娠/妊婦健診初診22週以降（17%）、環境ではひとり親/ワンオペ育児（56%）が考えられた。また、虐待及びネグレクト所見として、医療ネグレクト（予防接種や乳幼児健診未受診）（36%）や体重増加不良（6%）が考えられた。

【考察】

母子手帳を確認する際には、上記に述べた虐待リスク因子やネグレクト所見に注意を払うことが、マルトリートメント早期発見に有用と考えられる。

【結語】

マルトリートメントの早期発見において母子健康手帳は有用である。