



2021年9月10日

東北大学東北メディカル・メガバンク機構  
東北大学大学院医学系研究科  
東北大学病院

### 産後うつは産後1年経過しても出現する

～長期的なスクリーニングやケアの体制構築の必要性～

#### 【研究のポイント】

- 産後うつ<sup>注1</sup>は、通常数か月以内に発症すると言われるが、今回の研究で、長期にわたって産後うつ症状を評価したところ、産後1年のうつ症状の有病率は、産後1か月と同じだった。
- 産後1年にうつ症状を呈していた者のうち、約半数は産後1か月時点ではうつ症状を呈していなかった。
- 妊娠中の心理的不調が、産後1か月、産後1年のうつ症状と関連していた。
- これらの知見により、産後1年間うつ症状が出現する可能性に注意し、適切な時期にスクリーニングとケアを行う必要が明らかになった。

#### 【研究概要】

産後うつは産後数か月以内に発症するとされ、発症に関わる心理社会的リスク因子が報告されてきました。しかし、産後1年までの経過やそれに関わる心理社会的リスク因子についての研究は不十分でした。東北大学大学院医学系研究科(兼 東北大学病院)の菊地紗耶助教、富田博秋教授、東北メディカル・メガバンク機構の栗山進一教授、小原拓准教授らのグループは、東北メディカル・メガバンク計画<sup>注2</sup>において、三世代コホート調査<sup>注3</sup>に参加した妊婦を対象として、産後1年までの産後うつの経過とそれに関わる心理社会的リスク因子を分析しました。その結果、産後1か月と同様に産後1年でも同程度の産後うつ病が出現し、産後1年にうつ症状を呈した母親のうち、約半数は産後1か月時点ではうつ症状を呈していなかったことが判明しました。本研究は、産後1年経過してもうつ症状が出現するリスクに注意し、産後直後だけでなく、より長期的な視点に立ってスクリーニングやケアの体制を構築する必要性を示唆しています。

研究成果は、2021年9月4日、Journal of Affective Disorders(電子版)に先行掲載されました。

## 【研究内容】

産後うつは産後女性の 10-20%に出現し、母親だけでなく子供の情緒発達や家族のメンタルヘルスに影響を与えることが知られています。多くの研究が産後数か月時点での有病率や心理社会的因子に関する内容であり、産後 1 年が産後数か月に比べて有病率が高いかどうかについても結果が一致していませんでした。本研究では、産後 1 か月と同様に産後 1 年でも同程度の産後うつ病が出現し、産後 1 年にうつ症状を呈していた母親のうち、約半数は産後 1 か月時点ではうつ症状を呈していなかったことを明らかにしました。

今回、東北大学大学院医学系研究科(兼 東北大学病院)の菊地紗耶助教、富田博秋教授、東北メディカル・メガバンク機構の村上慶子講師、小原拓准教授、栗山進一教授らのグループは、東北メディカル・メガバンク計画の三世代コホート調査に参加した 22,493 名の妊婦のうち、必要な項目に対して有効回答が得られた 11,668 名を対象として、産後 1 年までのうつ症状の有病率およびうつ症状の経過を調査しました。産後 1 年時点で、12.9%の母親にうつ症状があり、それは産後 1 か月(13.9%)とほぼ同等でした。また、産後 1 年にうつ症状を呈していた母親のうち、約半数は産後 1 か月時点ではうつ症状を呈していなかったことが明らかになりました。産後 1 か月と 1 年のうつ症状の経過から 4 群に分けられ、persistent(持続群)が 6.0%、recovery(回復群)が 7.9%、late-onset(遅発群)が 6.8%、resilient(正常群)が 79.2%みられました。妊娠中の心理的不調が、うつ症状のある全ての群で有意に関連していました。

本研究は、産後 1 年経過してもうつ症状が出現するリスクに注意し、産後直後だけでなくより長期的な視点に立ってスクリーニングやケアの体制を構築する必要性を示唆しています。

本研究は、日本医療研究開発機構(AMED)による東北メディカル・メガバンク計画と脳科学研究戦略推進プログラムの支援を受けて行われました。

## 【用語説明】

- 注1. 産後うつ:産後、多くの母親に3日以内に悲しさや惨めさなどの感情が出現し、2週間以内に治まるが、この状態はマタニティーブルーと呼ばれる。さらに、顕著な抑うつ症状が数週間から数か月間続き、日常生活に支障が出ることで、うつ病の診断基準を満たす状態になる場合、「産後うつ(病)」と呼ばれる。「産後うつ」は、出産後、約10~20%の女性に発症すると試算される。近年、自殺との関連性が注目されており、対策が求められている。
- 注2. 東北メディカル・メガバンク計画:東北メディカル・メガバンク計画は、東日本大震災からの復興事業として2011年度から始められ、被災地の健康復興と、個別化予防・医療の実現を目指している。東北メディカル・メガバンク機構(ToMMo)と岩手医科大学いわて東北メディカル・メガバンク機構を実施機関として、東日本大震災被災地の医療の創造的復興および被災者の健康増進に役立てるために、合計15万人規模の地域住民コホート調査および三世代コ

ホート調査を 2013 年より実施し、収集した試料・情報をもとにバイオバンクを整備している。東北メディカル・メガバンク計画は、2015 年度より、AMED が本計画の研究支援担当機関の役割を果たしている。

注3. 三世代コホート調査:ToMMo が 2013 年 7 月より開始した、妊婦さんと生まれたお子さんを中心にしたコホート調査。2017 年 3 月までに 7 万人以上の参加者を得ている。世界的に見ても貴重な家系情報付きの大規模コホート調査である。なお、コホート調査とはある特定の人々の集団を一定期間にわたって追跡し、生活習慣などの遺伝要因・環境要因などと疾病発症の関係を解明するための調査のこと。

【論文題目】

Title: One-year trajectories of postpartum depressive symptoms and associated psychosocial factors: findings from the Tohoku Medical Megabank Project Birth and Three-Generation Cohort Study

Authors: Saya Kikuchi, Keiko Murakami, Taku Obara, Mami Ishikuro, Fumihiko Ueno, Aoi Noda, Tomomi Onuma, Natsuko Kobayashi, Junichi Sugawara, Masayuki Yamamoto, Nobuo Yaegashi, Shinichi Kuriyama, Hiroaki Tomita

タイトル:産後 1 年までのうつ症状の推移と心理社会的要因との関連:三世代コホート調査

著者名:菊地紗耶、村上慶子、小原拓、石黒真美、上野史彦、野田あおい、大沼ともみ、小林奈津子、菅原準一、山本雅之、八重樫伸生、栗山進一、富田博秋

掲載誌名:Journal of Affective Disorders

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.118>

【お問い合わせ先】

(研究に関すること)

東北大学大学院医学系研究科精神神経学分野  
教授 富田 博秋

電話番号: 022-717-7262

E メール: [psy@med.tohoku.ac.jp](mailto:psy@med.tohoku.ac.jp)

(取材に関すること)

東北大学東北メディカル・メガバンク機構広報戦略室

電話番号: 022-717-7908

FAX 番号: 022-717-7923

E メール: [pr@megabank.tohoku.ac.jp](mailto:pr@megabank.tohoku.ac.jp)