

[別紙 2]

審 査 の 結 果 の 要 旨

氏 名 井 村 真 澄

本研究では合併症のない初産後の母親へのアロマセラピーおよびマッサージセラピーの心理的効果を明らかにするため、80名の適格者を各20名ずつ1) 安静(対照)群、2) アロマ群、3) マッサージ群、4) アロママッサージ群にランダムに割付け、1回30分間の介入を1週間に2回ずつ4週間、合計8回実施した。介入に使用した芳香(精油)は産後の母親(N=102)の香り嗜好性調査結果を元に選択し、マッサージは本研究用に開発した一定手順を用いた。介入前後の短期効果測定を産後2日目と4週間目に行い、さらに4週間継続介入後の長期効果を産後12週まで追跡調査して以下の結果を得ている。

<介入前後の短期効果>

1. アロママッサージとマッサージは安静対照群に比べて STAI 状態不安スコアを有意に低下させ、アロママッサージ・マッサージ・アロマはより不安レベルの高い参加者(状態不安スコア36以上)の状態不安スコアを有意に低下させた。アロマ vs. アロママッサージにわずかな有意差が検出されたが、介入3群間の不安軽減効果には有意差がないことが示された。さらに産後2日目では安静とアロマ介入後に不安が増加した参加者が確認されたのに対し、アロママッサージ・マッサージ介入では参加者全員の不安が低下し、高不安者(状態不安スコア42以上)は皆無で低不安者(状態不安スコア20以下)が有意に多いことが示された。
2. 産後2日目では、アロママッサージは安静と比較して POMS: 緊張-不安スコアを有意に低下させた。産後4週間目では、アロママッサージ・マッサージ・アロマは安静と比較して POMS: 緊張-不安スコアを、アロママッサージ・マッサージは抑うつスコアを、さらにアロママ

サージは POSM:敵意-怒り・FTBS 回避感情スコアおよび FTBS 拮抗指数を、それぞれ有意に低下させることが示された。

3. 産後 2 日目、産後 4 週間目の介入前後唾液中コルチゾール値に群間有意差はなく、4 群とも同様に漸減することが示された。

<産後 4 週間介入の長期効果>

1. 産後 1 日目、4 日目、4 週間目、8 週間目、12 週間目の CES-D、EPDS 抑うつスコアは、4 群とも 4 週間目にかけて上昇したあと 12 週目にかけて漸減し、4 週間の介入に有意な抑うつ軽減効果が認められないことが示された。
2. 産後 2 日目、産後 5 日目、産後 4 週間目の介入前唾液中コルチゾール値に群間有意差はなく、4 群とも同様に漸減することが示された。

以上、本論文はよく調整された一定の介入条件と適切な手順を踏んだランダム化臨床試験によって、これまで検証されていなかった合併症のない初産後の母親に対する、安静臥床との比較におけるアロママッサージ・マッサージ・アロマの不安緊張軽減効果、アロママッサージ・マッサージの抑うつ軽減効果、アロママッサージの敵意-怒り・対児回避感情軽減効果を明らかにした。これは、産後の母親の心理状態に応じた個別的なケア提供と母子関係の促進にとって良質なエビデンスを提供すると考えられる。

さらにアロママッサージとマッサージとの比較において、不安その他の諸気分改善効果に有意差がないことを明示した。これは、アロマセラピーの臨床導入が進みつつある現在、新生児早期の母子相互作用を保護、促進するためのより適切な嗅覚環境を提供する上で極めて重要な貢献をなすと考えられ、以上の点から学位の授与に値するものと判断される。