

CITATION:Dennis CL, Dowswell T. Psychosocial and psychological interventions for preventing postpartum depression *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2013, Issue 2. Art. No.: CD001134. DOI: 10.1002/14651858.CD001134.pub3.  
CRG名:Cochrane Pregnancy and Childbirth Group.

## [最新版\(英語版\)はこちら](#)

英語版最終改訂年月:30 May 2012  
Clib issue No.;N/U:2013 Issue 2; Update

## アブストラクト

**背景:**疫学研究および予測的研究を統合したメタアナリシスでは、産褥うつ病の危険因子として、心理社会的および心理学的変数の重要性が一貫して証明されている。これらの変数に基づく介入は有効性の高い治療戦略であると考えられると同時に、理論上は、妊娠中および産褥早期において産褥うつ病の予防に用いることもできる。

**目的:**主要目的:さまざまな心理社会的および心理学的介入について、産褥うつ病の発症リスクを低下させる効果を通常の妊娠中、分娩時、または産褥ケアと比較して評価すること。副次的目的:(1) 特定の種類の心理社会的および心理学的介入の有効性、(2) 専門家による介入と非専門家による介入との有効性の比較、(3) 個人での介入とグループでの介入との有効性の比較、(4) 介入の開始時期および介入期間の影響、および(5) 特定の危険因子を有する一部の女性において介入がより有効であるか否かを検討すること。

**検索戦略:**Cochrane Pregnancy and Childbirth Group's Trials Register(2011年11月30日)を検索し、その論文の文献リストに目を通し、当該分野の専門家に連絡を取った。この検索を2012年12月31日に更新し、次回更新時に評価するために結果を本レビューの分類待ち区分に加えた。

**選択基準:**許容可能な質であり、心理社会的または心理学的介入を通常の妊娠中、分娩時、または産褥ケアと比較した発表済みおよび未発表のすべてのランダム化比較試験。

**データ収集と分析:**レビュー著者およびコクラン・レビューの経験のある研究コーディネーターが、方法の質の評価とデータ抽出に参加した。何人かの試験研究者に追加情報を求めた。結果は、分類(カテゴリー)データについてはリスク比(RR)で、連続データについては平均差(MD)で表した。

**主な結果:**約17,000例の女性を対象とした28件の試験データを本レビューに含めた。全体として、心理社会的または心理学的介入を受けた女性は、標準的ケアを受けた女性に比べて産褥うつ病を発症する確率が有意に低かった[平均RR 0.78、95%信頼区間(CI)0.66~0.93;20試験、女性14,727例]。いくつかの有望な介入として、以下のものがあった:(1) 保健師または助産師による集中的な、個々の女性に応じた分娩後の家庭訪問の実施(RR 0.56、95% CI 0.43~0.73;2試験、女性1,262例);(2) 非専門家(同僚・仲間)の電話によるサポート(RR 0.54、95% CI 0.38~0.77;1試験、女性612例);および(3) 対人的な心理療法(標準化した平均差-0.27、95% CI -0.52~-0.01;5試験、女性366例)。専門家による介入と非専門家による介入は、いずれも総体的なうつ病の症状の発現リスクを低下させるうえで有効であった。複数の人が接触する介入(RR 0.78、95% CI 0.66~0.93;16試験、女性11,850例)と同様に、個人での介入は、最終評価時点でのうつ病の症状を減少させた(RR 0.75、95% CI 0.61~0.92;14試験、女性12,914例)。また、分娩後に開始された介入も、うつ病の症候の発症リスクを有意に低下させた(RR 0.73、95% CI 0.59~0.90;12試験、女性12,786例)。「リスクを抱えている」母親の同定は、産褥うつ病の予防に役立った(RR 0.66、95% CI 0.50~0.88;8試験、女性1,853例)。

**レビューアの結論:**全体として、心理社会的および心理学的介入は、産褥うつ病を発症する女性の数を有意に減少させた。有望な介入は、専門家による集中的な産褥の家庭訪問の実施、同僚・仲間の電話によるサポート、

## 平易な要約(Plain language summary)

### 産褥うつ病予防のための心理社会的および心理学的介入

産褥うつ病は、公衆衛生上の重要性がきわめて高い深刻な疾患です。このレビューの目的は、心理社会的および心理学的介入について、産褥うつ病のリスクを低下させる効果を通常のケアと比較して検討することでした。このレビューには、約17,000例の女性を対象とした28件のランダム化比較試験のデータが含まれています。レビューに含めた試験で評価された予防的介入はさまざまであり、エンドポイントは大きく異なっていましたが、方法の質は良好～きわめて良好でした。さまざまな心理社会的および心理学的介入により、産褥うつ病の予防における明確な利益効果が認められました。有望な介入は、専門家による産褥の家庭訪問、分娩後の非専門家または同僚や仲間の電話によるサポート、および対人的な心理療法でした。さまざまな医療従事者による介入と非専門家による介入は、同様に有益でした。個人での介入は、複数の人が接触する介入と同様に有益でした。また、特に「リスクのある」母親を対象とした介入と同様に、出産後に開始された介入が産褥うつ病の予防に役立ったというエビデンスもありました。多くの疑問が未解決のまま残されており、今後さらなる研究が必要とされています。

(監訳 江藤 宏美)

翻訳公開日:2015年 1月 8日

**ご注意:**この日本語訳は、臨床医、疫学研究者などによる翻訳のチェックを受けて公開していますが、訳語の間違いなどお気づきの点がございましたら、Minds事務局までご連絡ください。なお、コクラン・ライブラリは年12回改定版が発行されます。Mindsでは最新版の日本語訳を掲載するよう努めておりますが、編集作業に伴うタイム・ラグが生じている場合もあります。ご利用に際しては、最新版(英語版)の内容をご確認ください。