

女子大学生における月経不快症状と母娘関係との関連

Relationship between menstrual discomfort symptoms and mother daughter relations in female college students

矢野 由紀子・土田 満*

愛知みずほ短期大学

*愛知みずほ大学大学院

Yukiko YANO and Mitsuru TSUCHIDA*

Aichi Mizuho Junior College

**The Graduate Center of Human Sciences, Aichi Mizuho College*

キーワード： 月経不快症状; 母娘関係; 月経教育.

Keyword : menstrual discomfort symptoms; mother daughter relations; menstruation education.

I はじめに

女子大学生は、月経に対する多岐にわたる悩みを抱えている。成熟した排卵性周期が確立する年齢であり、月経不快症状の発生が増加することが一つの要因である。月経不快症状は下腹部の痛み、腰痛、頭痛、吐き気、下痢、お腹の張り、気分の落ち込み、疲労感、脱力感、食欲不振、イライラするなど、さまざまである。また、疼痛に敏感であるために月経を苦痛に感じていると、月経時の不安や緊張が高くなり、自律神経系に関連した症状が生じやすくなると示されており、月経不快症状は心理的要因にも影響されることが明らかになっている¹⁾。

月経に対する悩みは不快症状だけではない。著者ら²⁾による女子大学生を対象にした月経の経験に関する研究では、「月経の痛みに関すること」、「月経の周期に関すること」、「月経の状態に関すること」、「月経前症状に関すること」、「精神症状に関すること」、「月経と生活に関すること」が悩みとして挙げられた。以上から、月経に対する悩みは深刻であることが明らかであり、何らかの対策を講じることは、月経中の QOL (生活の質) を向上させるためにも重要である。月経に伴う症状を理解し、その特徴や経過、セルフケアの方法など、知識を得ることで不安や恐怖心が緩和され、不

快症状が軽減されるものと推察される。

難波³⁾は、女子学生を対象に、周囲の重要な人々からのソーシャルサポートが月経周辺期症状に及ぼす影響を検討し、有効なサポートは母親によるサポートであることを認め、女子学生と母親という関係性(母娘関係)が良好な場合は、月経不快症状が緩和されると報告している。また、櫻井⁴⁾は、対人関係の基になる親子関係を、思春期の頃及び現在について調査を行い、摂食行動には、思春期の成熟の過程における親子関係(特に母親)が深く関わっており、成熟との関連から同性の親の影響が大きいと報告している。同様に、成熟と関わりのある月経においても、思春期の頃及び現在の母親との関係が月経不快症状に影響を与えていることが考えられる。先行研究から、月経のとらえ方や対処の仕方、ソーシャルサポートに母親が関係している^{5)~6)}ことは明らかにされているが、思春期の頃(初経を迎えた頃)の母親との関係と、月経に関する報告はほとんど見当たらないのが現状である。

以上を踏まえ、本研究は、女子大学生の月経不快症状と初経時期及び現在の母娘関係の関連について検討し、今後社会人として活躍していく学生に、より適切な月経教育のプログラムを作成するための基礎資料にすることを目的としている。

II 研究方法

1. 調査対象・調査時期・調査方法

愛知県内のA大学及び短期大学に在籍している女子大学生で、調査に協力が得られた349名を対象者として、2016年5月9日～5月31日に、講義担当教員より許可を得て無記名自己記入式アンケート調査を実施した。

2. 調査内容

アンケートの内容は、以下の3項目で構成した。

1) 不快症状

著者ら⁷⁾による「女子学生の月経の経験からみた養護教諭が行う健康相談の必要性」の報告から、データを一部引用した。月経前の不快症状、月経中の不快症状は、身体症状6項目、精神症状4項目について「強=3点」「弱=2点」「なし=1点」の選択式とした。

2) 初経があったころ(思春期)の母娘関係

久保田⁸⁾の思春期の頃の母親との関係に関する認識を測定する尺度を用いた。各質問項目への回答は「決してそうではない=1点」、「そうでない=2点」、「どちらかというとそうでない=3点」、「どちらかというとそうだ=4点」、「そのとおりの=5点」、「全くその通り=6点」の6件法の選択式とした。

3) 現在の母娘関係

久保田⁹⁾の現在の母親との関係に関する認識を測定する尺度を用いた。各質問項目への回答は「決してそうではない=1点」、「そうでない=2点」、「どちらかというとそうでない=3点」、「どちらかというとそうだ=4点」、「そのとおりの=5点」、「全くその通り=6点」の6件法の選択式とした。

3. 分析方法

月経前と月経中の不快症状の程度について χ^2 検定を行い、初経時期の母親との関係尺度は主因子法・バリマックス回転、現在の母親との関係尺度は主因子法・プロマックス回転で因子分析を行った。また、因子分析で抽出した各下位尺度因子の得点を主成分分析により類型化した4つのグループ間でKruskal-WallisのH検定及びBonferroni補正のMann-WhitneyのU検定により多重比較を行った。解析にはIBM SPSS statistics ver.24を用いた。各検定においては危険率5%以下を有意水準とした。

4. 倫理的配慮

調査対象者に、得られたアンケート結果はコンピュータによって統計処理及び解析を行うこと、個人を特定できないよう統計処理を行う旨を文書で説明し、同意は承諾欄へのチェックの有無で確認した。また、本

研究はヒトを対象としたヘルシンキ宣言の精神に従い実施した。

III 結果

調査対象者349名のうち、調査表に記入漏れがある者11名、30歳以上の者3名、子どもがいる者1名を除いた、334名を分析対象者とした。

1. 月経前・月経中の不快症状の程度

月経(前・中)の不快症状の程度を図1に示した。

月経(前・中)と身体不快症状の程度には全症状に有意な関連が認められ、「お乳が張る」を除き、月経前よりも月経中に身体不快症状の強い者の割合が増加していた。精神症状では月経(前・中)と「無気力になる」「ゆううつになる」の不快症状の程度に有意な関連が認められ、身体症状と同様に月経前よりも月経中に不快症状の強い者の割合が増加していた。

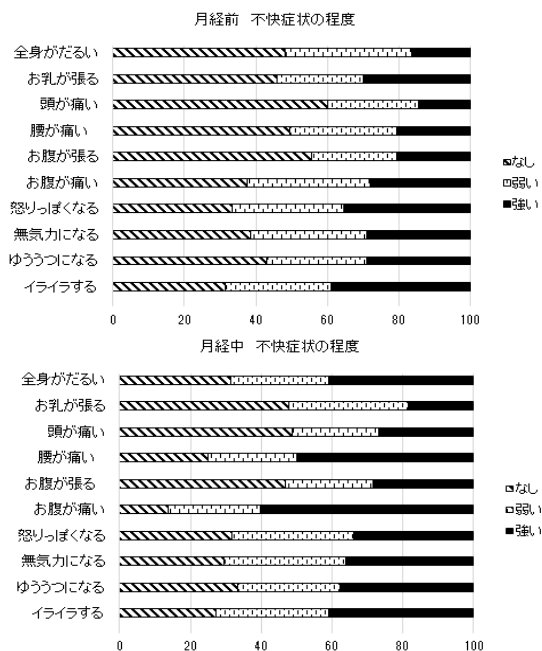


図1 月経(前・中)の不快症状の程度

2. 初経時期の母娘関係尺度の因子分析

初経時期における母親との関係について、思春期の頃の母親との関係に関する認識を測定する尺度を主因子法・バリマックス回転により因子分析を行った結果を表1に示した。固有値の推移と解釈の可能性から3因子を採用し、因子負荷量が0.40以上の29の質問項目について因子を構成した。各因子のCronbachの α 係数は0.946～0.570であり、累積寄与率は51.24%であった。

第1因子は「16.母親がつまらない人間に思えてきた」「15.母親を恥ずかしいと思った」「14.母親とは口

をきくのも面倒だった」などの 21 の質問項目からなり、母親を拒否し侮蔑していることを表していることから、『拒否・侮蔑』と命名した。第 2 因子は「5.自分に向けられる母親の愛を感じるようになった」「4.母を尊敬するようになった」などの 7 質問項目からなり、

母親を尊敬し、親しみの気持ちを表していることから『敬愛』と命名した。第 3 因子は「25.母親の言うことをきいていれば間違いないと思った」「23.母親以外に相談相手はいなかった」の 2 質問項目からなり、『依存』と命名した。

表 1 初経時期の母親との関係 因子分析の結果

質問項目	第1因子	第2因子	第3因子
第1因子 拒否・侮蔑			
16 母親がつまらない人間に思えてきた	.841	-.047	.078
15 母親を恥ずかしいと思った	.833	-.041	.089
14 母親とは口をきくのも面倒だった	.830	-.016	-.072
11 母親と無縁になりたかった	.800	-.127	-.015
7 母親がうとうとしくなった	.798	.091	-.068
6 母親がいなければいいと思ったことがあった	.797	.031	-.087
13 母親の世話になっていることが苦痛だった	.754	-.012	-.036
3 母親を恨むようになった	.744	-.101	.038
1 母親を嫌うようになった	.735	-.044	-.016
9 相談相手として母親は頼りなかった	.715	-.028	-.138
17 母親の愛情を素直に受けとめられなかった	.702	.023	-.055
26 母親のようにはなりたくないと思った	.701	.018	-.035
30 母親の存在がうすくなった	.657	-.051	.120
27 母親がごちない態度で私に接しているのがよくわかった	.646	.032	.168
21 母親に支配されていた	.646	-.035	.144
24 母親への甘えを拒否しようとした	.627	.130	-.014
28 母親は私の成長に関心を示さなかった	.609	-.150	.076
8 母親の適当なあしらい方を心得た	.602	.306	-.141
18 家出にあこがれた	.598	.083	.125
22 母親はいつまでも私を子ども扱いしていた	.571	.042	.194
20 母親は私の機嫌をうかがっていた	.408	.201	.176
第2因子 敬愛			
5 自分に向けられる母親の愛を感じるようになった	-.044	.851	.059
4 母親を尊敬するようになった	-.042	.846	.043
12 母親への感謝の念がおこった	.025	.775	.059
2 母親の人生に共感を覚えるようになった	-.034	.672	.023
19 母親は私を尊重してくれた	-.195	.629	.309
10 母親をひとりの人間としてみるようになった	.157	.621	.064
29 母親の期待に応えようと努力した	.041	.508	.278
第3因子 依存			
25 母親の言うことをきいていれば間違いないと思った	-.047	.305	.594
23 母親以外に相談相手はいなかった	.118	.160	.480
固有値	10.948	4.514	1.387
寄与率(%)	34.968	12.937	3.338
累積寄与率(%)	34.968	47.905	51.243
α 係数	0.946	0.874	0.57

因子分析：主因子法・バリマックス回転
除外 なし

3. 現在の母娘関係尺度の因子分析

現在の母親との関係について、現在の母親との関係に関する認識を測定する尺度を主因子法・プロマックス回転により因子分析を行った結果を表2に示した。固有値の推移と解釈の可能性から3因子を採用し、因子負荷量が0.45以上の28の質問項目について因子を構成した。各因子のCronbachのα係数は0.923～0.919であった。

第1因子は「4.母親に気持ちを理解したいと思う」

「17.母親を好きだと言える」などの15の質問項目からなり、『親密』と命名した。第2因子は「6.母親にはあまり接近したくない」「2.母親のことは考えたくない」などの11質問項目からなり、母親を嫌悪し、不信に思っていることから『嫌悪・不信』と命名した。第3因子は「13.母親を追い越したいと思う」「21.母親だけには負けたくない」の2つの質問項目からなり『心理的離乳』と命名した。

表2 現在の母親との関係 因子分析の結果

質問項目	第1因子	第2因子	第3因子
第1因子 親密 (α=0.919)			
4 母親の気持ちを理解したいと思う	.826	.036	-.033
17 母親を好きだと言える	.808	-.075	-.054
10 母親とのつながりの強さを感じる	.793	.027	.053
11 母親孝行したい	.773	.010	-.038
3 母親を愛していると素直に言える	.732	.032	-.072
12 母親とは心が通じ合っている	.731	-.115	-.013
16 母親を裏切りたくない	.678	-.136	.059
22 母親だけは私の味方だと思う	.666	-.116	.013
20 母親をありがたいと思っている	.620	-.123	.051
26 母親には心配をかけたくない	.614	-.030	-.012
29 母親にはいつまでも強くいて欲しいと思う	.583	-.022	-.021
14 母親は一番の理解者だと思う	.567	-.300	.117
5 母親の干渉をききなげせる	.531	.411	-.030
18 母親に反対されると自信がなくなる	.531	.172	.170
25 母親無しの生活は考えられない	.478	-.037	-.131
第2因子 嫌悪・不信 (α=0.923)			
6 母親にはあまり接近したくない	-.034	.867	-.057
2 母親のことは考えたくない	-.045	.865	-.128
9 母親のことを考えると気分が沈む	-.053	.814	-.037
1 母親との間に崩しがたい壁がある	.175	.797	-.156
23 母親にはうんざりしている	-.083	.746	.051
15 母親をまともに相手にする気にならない	-.110	.677	.047
7 母親とは違った生き方をしたい	.074	.661	.232
19 母親を信用できない	-.147	.621	.021
8 早く母親から独立したい	.003	.615	.262
27 母親から信頼されていない	.023	.584	-.001
28 母親から何も期待されていない	-.086	.490	.031
第3因子 心理的離乳 (α=0.920)			
13 母親を追い越したいと思う	.044	-.118	.838
21 母親だけには負けたくない	-.057	.036	.728

因子間相関

	I	II	III
I	1.000	-.607	.132
II	-.607	1.000	.290
III	.132	.290	1.000

4. 初経時及び現在の母親との関係と月経前及び月経中の不快症状の程度との関連

初経時及び現在の母親との関係と月経前及び月経中の不快症状の程度との関連を表3に示した。月経前では、初経時期の母親との関係における下位尺度因子の「拒否・侮蔑」と月経前の身体症状に有意な関連が認められ、「拒否・侮蔑」が高い者が、低い者より、身体不快症状が重度の者の割合が多かった。現在の母親との関係では、「嫌悪・不信」と身体症状及び精神症状に有意な関連が認められた。いずれも「嫌悪・不信」が高い者が、低い者より、身体及び精神不快症状が重度の者の割合が多かった。

月経中では、初経時期の「拒否・侮蔑」と身体症状に、月経前と同様に、有意な関連が認められ、「拒否・侮蔑」が高い者が、低い者より身体不快症状が重度の者の割合が多かった。現在の母親との関係では、「嫌悪・不信」と身体症状及び精神症状に有意な関連が認めら

れた。いずれも「嫌悪・不信」が高い者が、低い者より、身体及び精神不快症状が重度の者の割合が多かった。

IV 考察

母娘関係と月経不快症状では、初経時期の母娘関係「拒否・侮蔑」と月経前及び月経中の身体症状に有意な関連が認められ、「拒否・侮蔑」の高い者が、身体不快症状が重度な者の割合が多かった。また、現在の母娘関係「嫌悪・不信」と月経前・月経中の身体症状及び精神症状に有意な関連が認められ、「嫌悪・不信」の高い者が、身体及び精神不快症状が重度な者の割合が多かった。川瀬¹⁰⁾は、初経を肯定的にとらえるか否定的にとらえるかが、その後の月経随伴症状の発現に関係すると指摘し、初経時における母親の対応も、その後の月経の受け止め方へ心理的影響を与えると示唆している。初経に気付いた時、その発来を告げた人は圧

表3 母娘関係と不快症状との関連

項目		身体症状の総計			有意差	精神症状の総計			有意差	
		軽度	中程度	重度		軽度	中程度	重度		
初経時期の 母娘関係	拒否侮蔑	低値	67 (39.6)	53 (31.3)	49 (28.9)	*	57 (33.7)	55 (32.5)	57 (33.7)	n.s.
		高値	49 (29.6)	46 (27.8)	70 (42.4)		41 (24.8)	65 (39.3)	59 (35.7)	
	敬愛	低値	60 (35.5)	49 (28.9)	60 (35.5)	n.s.	41 (24.2)	62 (36.6)	66 (39.0)	n.s.
		高値	56 (33.9)	50 (30.3)	59 (35.7)		57 (34.5)	58 (35.1)	50 (30.3)	
	依存	低値	63 (33.8)	59 (31.7)	64 (34.4)	n.s.	60 (32.2)	65 (34.9)	61 (32.7)	n.s.
		高値	53 (35.8)	40 (27.0)	55 (37.1)		38 (25.6)	55 (37.1)	55 (37.1)	
現在の 母娘関係	親密	低値	68 (40.4)	45 (26.7)	55 (32.7)	n.s.	51 (30.3)	66 (39.2)	51 (30.3)	n.s.
		高値	48 (28.9)	54 (32.5)	64 (38.5)		47 (28.3)	54 (32.5)	65 (39.1)	
	嫌悪不信	低値	65 (39.8)	53 (32.5)	45 (27.6)	*	60 (36.8)	56 (34.3)	47 (28.8)	**
		高値	51 (29.8)	46 (26.9)	74 (43.2)		38 (22.2)	64 (37.4)	69 (40.3)	
	心理的離乳	低値	54 (36.2)	47 (31.5)	48 (32.2)	n.s.	49 (32.8)	53 (35.5)	47 (31.5)	n.s.
		高値	62 (33.5)	52 (28.1)	71 (38.3)		49 (26.4)	67 (36.2)	69 (37.2)	

n.s.有意差なし, *p<0.05, **p<0.01

月経中

項目		身体症状の総計			有意差	精神症状の総計			有意差	
		軽度	中程度	重度		軽度	中程度	重度		
初経時期の 母娘関係	拒否侮蔑	低値	63 (37.2)	52 (30.7)	54 (31.9)	*	61 (36.0)	50 (29.5)	58 (34.3)	n.s.
		高値	47 (28.4)	41 (24.8)	77 (46.6)		43 (26.0)	52 (31.5)	70 (42.4)	
	敬愛	低値	51 (30.1)	50 (29.5)	68 (40.2)	n.s.	48 (28.4)	54 (31.9)	67 (39.6)	n.s.
		高値	59 (35.7)	43 (26.0)	63 (38.1)		56 (33.9)	48 (29.0)	61 (36.9)	
	依存	低値	64 (34.4)	50 (26.8)	72 (38.7)	n.s.	62 (33.3)	58 (31.1)	66 (35.4)	n.s.
		高値	46 (31.0)	43 (29.0)	59 (39.8)		42 (28.3)	44 (29.7)	62 (41.8)	
現在の 母娘関係	親密	低値	65 (38.6)	44 (26.1)	59 (35.1)	n.s.	56 (33.3)	56 (33.3)	56 (33.3)	n.s.
		高値	45 (27.1)	49 (29.5)	72 (43.3)		48 (28.9)	46 (27.7)	72 (43.3)	
	嫌悪不信	低値	62 (38.0)	48 (29.4)	53 (32.5)	*	62 (38.0)	47 (28.8)	54 (33.1)	*
		高値	48 (28.0)	45 (26.3)	78 (45.6)		42 (24.5)	55 (32.1)	74 (43.2)	
	心理的離乳	低値	48 (32.2)	47 (31.5)	54 (36.2)	n.s.	50 (33.5)	46 (30.8)	53 (35.5)	n.s.
		高値	62 (33.5)	46 (24.8)	77 (41.6)		54 (29.1)	56 (30.2)	75 (40.5)	

n.s.有意差なし, *p<0.05, **p<0.01

倒的に母親であった¹¹⁾という報告からも、初経時の母親の態度や言葉かけ、母親の月経に対する認識や対応が重要になってくる。

現在の母親との関係においては、野間ら¹²⁾は母親との距離が近いことが娘の自尊感情を高め、抑うつを低減させることを明らかにし、服部ら¹³⁾は月経時の不快症状と抑うつ度には有意な相関関係があり、抑うつ度が高いほど月経時の不快症状も多く出現すると報告している。

また、娘の月経に対する母親の関わりは、保健行動の知識を与える、指示をする、月経の観察や正常かどうかの判断の手助け、具体的なケアや慰めの提供、月経に対する態度や行動を見せることであったという報告⁷⁾から、月経の悩みに対して相談相手になるのは最も身近にいる母親であると考えられる。母親に相談することで不快症状の対処行動がとれたり、適切なセルフケアができたりする。反対に母親との関係が悪いと相談ができないことが推察される。本研究で認められた、初経時期及び現在の母娘関係と月経不快症状の関係から、母娘関係の険悪さが月経不快症状を重度にしている可能性が示唆される。

V 結論

現在実施されている月経教育の主な内容は、メカニズムなどが主体であり、母娘の関係性についてはほとんど触れられていない。本研究で得られた母娘関係の重要性を盛り込んだ月経教育を、初経を迎える娘をもつ母親並びに将来親になるであろう世代に実施することが必要である。

今後、母親の初経時の対応や、発達過程における娘の良好な関係性を築くことに関する更なる研究が必要とされる。

引用・参考文献

- 1) 森恵美著者代表：系統看護学講座 専門分野Ⅱ 母性看護学1、医学書院、2018
- 2) 矢野由紀子、土田満：女子学生の月経の経験からみた養護教諭が行う健康相談の必要性、瀬木学園紀要、第11号、2-8、2017
- 3) 難波茂美：女子学生の月経周辺期症状に及ぼすソーシャル・サポート効果の検討、岡山県立大学保健福祉学部紀要第10巻、1号、11-20、2003
- 4) 櫻井登世子：摂食行動におよぼす親子関係の影響田園調布学園大学紀要、第1号、2006
- 5) 竹原健二、嶋根卓也、野村真利香、他：都内女子大生における性と生殖に関する伝承と母娘関係の関連、民族衛生、第73巻第2号、2007
- 6) 鈴木幸子：月経に関する思春期女性の保健行動に影響する

因子—母親と娘の関連を中心として—、千葉看会誌 Vol.4、No2、1998

7) 前掲 2)

8) 久保田まり：アタッチメントの研究—内的ワーキング・モデルの形成と発達—、371-374、川島書店、1995

9) 前掲 8)

10) 川瀬良美：思春期と月経、淑徳大学総合福祉学部研究叢書23、月経の研究—女性発達心理学の立場から—、31-67、川島書店、2006

11) 前掲 10)

12) 野間あずさ、牛尾恵、横瀬洋輔、他：女子大学生における母娘関係が娘の自尊感情と抑うつに与える影響、徳島大学人間科学研究、第21巻、35-47、2013

13) 服部律子・任和子：看護学生の月経時の不定愁訴と抑うつ度、思春期学、16巻4号、524-530、1998