

日本人女性における妊娠期喫煙状況と産後うつとの関連 —子どもの健康と環境に関する全国調査—

崔美善

欧米諸国の研究では、妊娠期喫煙と産後うつ病のリスクとの関連性が検討されています。日本では、妊婦の喫煙率は高いにもかかわらず、日本人を対象とした研究は不足しています。そこで、本研究ではエコチル調査出産時全固定データを用い、妊娠期喫煙状況及び分娩時までの禁煙期間と産後うつ傾向との関連を検討する事を目的としました。

エコチル調査に参加し、単胎の生児を出産した女性かつ、精神疾患既往や抑うつ症状がない80,872名を対象に、妊娠期喫煙状況として「喫煙したことがない」、「妊娠に気付く前に禁煙した」、「妊娠に気付いて禁煙した」、「喫煙を続けている」、禁煙期間として「5年以内」、「>5-10年」、「>10年」と産後1か月時における産後うつ傾向(エジンバラ産後うつ質問票のスコア9点以上)との関連について分析しました。その結果、妊娠期喫煙状況と禁煙期間が産後うつ傾向と関連があることを見出し、専門誌(Journal of Affective Disorder 2020;264:76-81)に発表しました。

全体の9%の参加者が産後1か月時に産後うつ傾向を示しました。「妊娠に気付いて禁煙した」妊婦と「喫煙を続けている」妊婦は、「喫煙したことがない」妊婦と比較して、産後1か月時に産後うつ傾向がいずれも有意に高く(図1)、この関連は30歳以上の妊婦でより顕著に見られました(図2)。

また、「妊娠に気付く前に禁煙した」妊婦のうち、分娩時より5年以内に禁煙した妊婦で「喫煙したことがない」妊婦と比べて、産後うつ傾向のオッズ比が有意に高いことが分かりました(図3)。

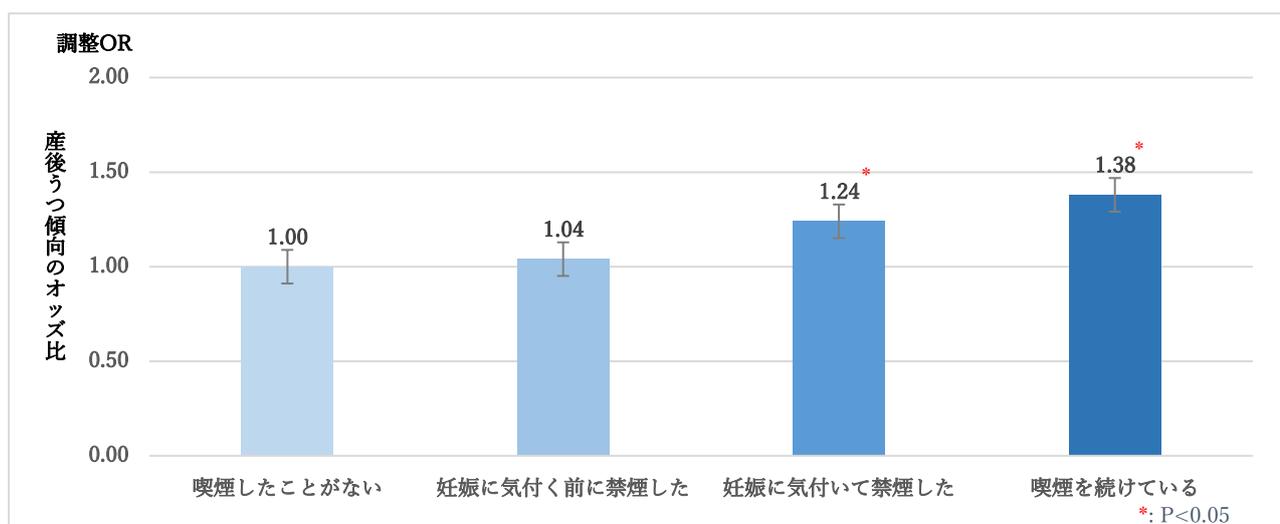


図1. 妊娠期喫煙状況と産後一か月時の産後うつ傾向との関連

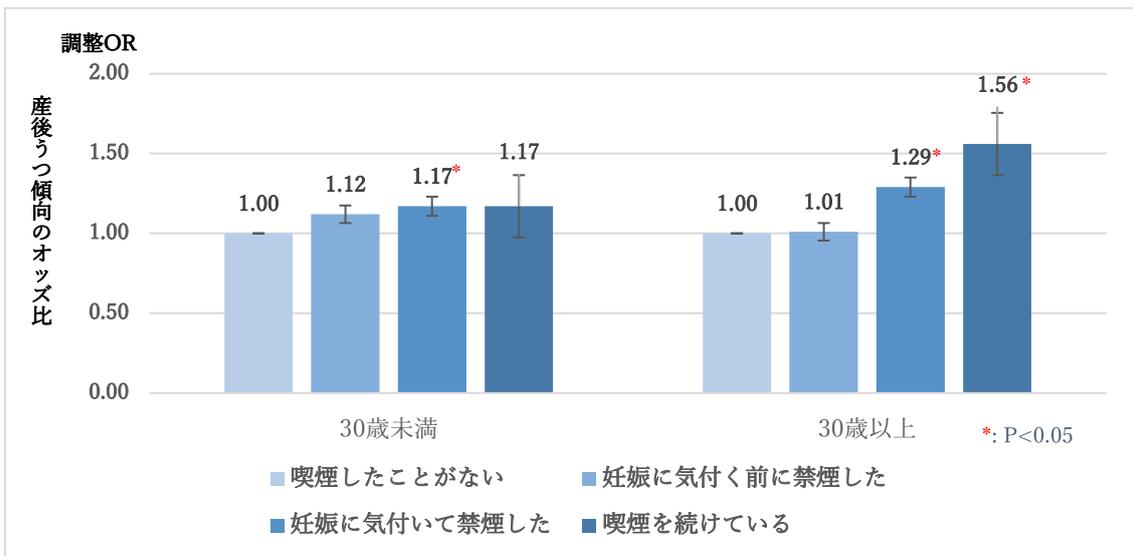


図 2. 母親の年齢別の妊娠期喫煙状況と産後 1 か月時産後うつ傾向との関連

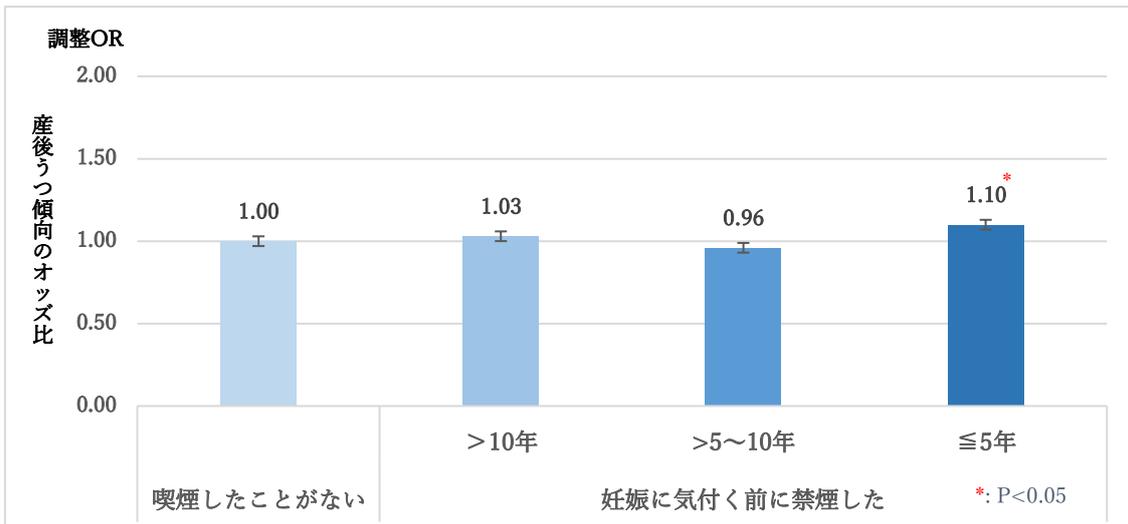


図 3. 分娩時までの禁煙期間と産後 1 か月時産後うつ傾向との関連

タバコには性ホルモンの生合成や生物学的利用能を低下する抗エストロゲン作用があり、産後うつリスクを高める可能性があります。また、喫煙による炎症物質の増加、酸化ストレスにより、視床下部-下垂体-副腎髄質系が刺激され、コルチゾールの分泌が増加されます。血中コルチゾールとうつ病との具体的な関連はまだ不明な部分が多いですが、うつ病患者の血中コルチゾール濃度が高いことや、うつ病治療薬服用後に血中コルチゾールが低下することが多くの研究で報告されています。このようなメカニズムによって妊娠期喫煙は産後うつ傾向を高めることが考えられます。

以上の結果から、産後 1 か月時の産後うつ予防のため、喫煙をしている女性に対しては、分娩の 5 年以上前の禁煙が勧められます。