

産後うつ、貧血だとリスク6割増 気力低下が原因に

毎日新聞 2019年4月16日 18時05分(最終更新 4月17日 10時06分)

産後にうつを発症するリスクが、貧血がない女性と比べある女性は約6割も増えるとする調査結果を国立成育医療研究センターのチームがまとめた。貧血になると全身の倦怠（けんたい）感や疲れが取れにくくなり、気力が低下するためとみられる。妊産婦死亡のうち、最も多い自殺の原因の一つがうつ病とされており、チームは「貧血治療で産後うつの発症を抑えられる可能性がある」と指摘する。

調査は2011～13年にセンター内で出産した女性のうち、妊娠の中期と後期、出産後に血液の検査データがあり、産後1カ月時点でうつ病の有無を調べた記録が残る977人（平均36歳）が対象。貧血だったのは、妊娠の中期で193人（19・8%）▽後期で435人（44・5%）▽産後1カ月で432人（44・2%）。また、産後にうつを発症したのは196人（20・1%）だった。

産後に貧血だった女性は、なかった女性と比べ1・63倍も産後にうつを発症するリスクが高かった。一方、妊娠の中・後期では貧血と産後うつとの関係は分からなかった。

また、産後に貧血が重症だと、うつを発症するリスクは1・92倍。軽症でも1・61倍高く、貧血が進むほど産後うつのリスクが高まる傾向にあることが明らかになった。

産後うつは社会的、精神的な要因が影響することも多いが、調査したセンターの小川浩平医師（産科）は「客観的な指標となる血液検査でリスクを評価できる意義は大きい。軽い貧血でも放置しないことが重要だ」と話している。

【荒木涼子】