

思春期女性の「月経に対する認識と月経の経験」の様相とその変容プロセス ー 月経ヘルスケアプログラムの参加者への縦断的インタビューから ー

長津 恵 (応用看護学)

【キーワード】 思春期・月経に対する認識・月経の経験・月経ヘルスケアプログラム・縦断的インタビュー

[研究目的]

月経ヘルスケアプログラム参加者への縦断的インタビューから、思春期女性の「月経に対する認識と月経の経験」の様相とその変容プロセスを明らかにする。

[研究方法]

研究デザインは、縦断的質的帰納的研究である。

調査期間は、平成25年3月～10月である。

調査対象は、平成25年3月に実施した、月経の見方と生活過程への支援を中心とした月経ヘルスケアプログラムの公開講座に、自らの意思で参加した思春期女性（27名）の内、研究参加への意思があり、本人と保護者の双方の同意が得られた者8名である。

調査方法は、半構成的面接法で、プログラム参加後1ヶ月以内と4～6ヶ月後の2回実施した。

分析方法は、録音されたインタビュー内容を逐語録にし、対象者別に月経に対する認識や月経の経験に関する文脈をデータとして抽出し、時系列及びデータ間の類似性や相違性に留意しながら、カテゴリー化を行った。次に、得られたカテゴリー間の関連性を検討し、「月経に対する認識と月経の経験」の様相とその変容プロセスを関連図として作成した。さらに、それらの関連図を比較し、類似性や相違性からその特徴を検討した。

[結果]

対象者のインタビューから明らかになった「月経に対する認識と月経の経験」の様相とその変容プロセスには、以下の3つの特徴がみられた。

- 1) 初経時の月経に対する認識は、それ以降に経験する“月経教育の受け止め”“精神面でのつらさの自覚”“身体面でのつらさの自覚”という月経の経験によって、“否定的”にも“肯定的”にも変容していた。
- 2) 月経ヘルスケアプログラム参加前に何らかの月経周辺期症状を自覚し“否定的な月経に対する認識”であった者は、プログラム参加により、今の自分に大切なものとして月経を捉えていた。その後4～6ヶ月の間、自らの心身や生活を意識したセルフケア行動の継続により、「心身への効果の実感」や「月経を上手く乗り越えられた自信」という月経の経験に関する自己効力感が高まり、「月経の受容」や「生活の充実感」などの肯定的な変化を実感できるまでに変容していた。
- 3) 月経ヘルスケアプログラム参加前から月経周辺期症状の自覚がなく“肯定的な月経に対する認識”であった者は、プログラム参加により、月経に対する認識の肯定感が高まり、4～6ヶ月後もそれを維持できていた。

[結論]

思春期女性の月経に対する認識は、初経以降の月経の経験により、肯定的にも否定的にも変容していた。さらにその認識は、月経ヘルスケアプログラムという健康支援により、否定的なものは肯定的に、肯定的なものはより肯定的にと変容し、4～6ヶ月後も維持されていた。特に否定的な認識であった者は、月経の経験に関する自己効力感が高まり、「月経の受容」や「生活の充実感」を感じるまでに変容していた。