第 17 回　日本生殖心理学会学術集会

P－6

鹿児島，2020.02.22-23

胚移植日の患者に対するこころのケア

田中　久美子（タナカ　クミコ）、重舛　知佳（シゲマス　チカ）、幸池　明希子（コウイケ　アキコ）、杉本　朱実（スギモト　アケミ）、西原　卓志（ニシハラ　タクジ）、森本　義晴（モリモト　ヨシハル）

HORAC グランフロント大阪クリニック

【はじめに】不妊治療を受けている患者にとって胚移植当日は、これまでの治療を振り返ったり不安や期待といった相反する複雑な気持ちが入り交じることも少なくない。
本研究は、胚移植を受ける患者のそういった心理面にどのようなサポートやケアがあれば緩和することができるのかを模索してくなかで構築したものである。
　マインドフルネス低減法が、うつや不安を低減することは、臨床心理の分野ですでに実証されている。また胚移植時に催眠療法を実施して効果があることも報告されている。しかしながら、胚移植の実施直前のマインドフルネスや、EMD（ Eye Movement Desensitization ：眼球運動による脱感作）などが実施されているという研究報告はないので、今回報告する。
【対象】2016 年 11 月から 2018 年 12 月の間に、体外受精-胚移植を受けた、588 症例/934 周期の女性の患者に対して胚移植当日にマインドフルネスを実施した。
事前に説明をし、希望者にのみ実施した。患者のニーズに応じ EMD（ Eye Movement Desensitization ：眼球運動による脱感作）等、こころのケアを提供した。
【結果】　マインドフルネスを含めたこころのケアの実施前と実施後の緊張度を 0～100 で患者にモニタリングをしてもらい、実施前と実施後の緊張度の比較をした。実施前の緊張度の平均は 61.1 であったが、実施後は 22.7 へと有意に低下した($p<0.01$)。　胚移植を受ける患者に対して、エクササイズの希望の有無を問い、希望のなかった患者、緊張度を数値化できなかった患者数は対象から除外した。
【考察】本研究は、胚移植を受けるにあたり不安を抱えていたり、緊張する患者に対して、マインドフルネスやニーズに合わせたこころのケアで緊張度が低減することを明らかにした。