

## 韓国の食・出産文化における妊婦管理と産後ケアの実態

キーワード：韓国、妊婦 体重増加、産後ケア施設

○池田かよ子<sup>1)</sup>、李 在憶<sup>1)</sup>、田 惠媛<sup>2)</sup>、李 素泳<sup>2)</sup>  
新潟青陵大学<sup>1)</sup> コットンネ大学<sup>2)</sup>

### I 目的

日本の出生率は減少しているにもかかわらず、低出生体重児の頻度は 2012 年に 9.6%と高く、出生児の 10 人に 1 人が低出生体重児と見てよい。一方、同じ文化的背景を有する韓国では、日本と同様出生数が減少しているものの低出生体重児は 4.3%であり、わずかに増加しているにすぎない。韓国では妊婦の食事について親から助言を強く受けており、胎児の成長を考え栄養を多く摂ることを勧められている。また、出産後は殆どの褥婦が「産後養生院」に入院し、妊娠や出産後の身心両面へのケアを受けていることを伝え聞いている。そこで本研究の目的は、コットンネ大学との連携の下、都市と地方の出産施設を訪問し、妊娠期の妊婦管理、出産の状況や産後ケアについて現状を把握する。それを基に、妊娠・出産後のケアと低体重児出生の低下に向けた支援の基礎資料とする。今回はその一端を報告する。

### II 方法

1. 対象と方法：韓国の首都であるソウル市内の江南区（人口約 53 万人）にある「江南チャ病院（総合病院）」、ソウル市から約 140km 離れた青州市（人口約 67 万人）にある「モテアン女性病院」の 2 施設を訪問し、看護スタッフの代表者からケアの実態についてのインタビューと資料、施設見学を通して研究者が記録したフィールドノートにより概要を把握した。
2. 倫理的配慮：共同研究者が看護スタッフの代表者に研究の趣旨、方法、インタビュー内容と情報の管理、写真の掲載について口頭で説明し了承を得た。

### III 結果

1. 施設の概要について以下のように示した。

	ソウル江南チャ病院	モテアン女性病院
分娩件数	200 件/月	300 件/月
分娩様式	自然分娩の他に、一部無痛分娩を実施	
出生児体重	3000g～4000g	3200～4000g
妊婦の体重増加量	平均約 11～16Kg	平均約 14Kg
産後ケア利用人数	50 人/月	100 人/月
産後ケア費用	約 40 万円	約 15～20 万円

2. 妊娠中の管理

韓国では、日本と同様に妊婦健診が実施され、独自の対策として公費で全員の妊婦に貧血予防の鉄剤が処方されている。また妊娠中の栄養は、特に家族から伝承されている韓国独自の食事として、ワカメスープ（ミネラル補給）、南瓜スープ（血行促進による浮腫

軽減）、黒ヤギの肉スープ（高タンパク質）を摂取することを勧めている。出産に向けては「産みやすい身体作り」を基本にモテアン女性病院は有酸素運動、ソウル江南チャ病院は下肢痛や骨盤のずれによる疼痛等マイナートラブルに対応したケアが行われている。

### 3. 産後のケア

韓国では出産のための入院は 3 日前後であり、その後は大半の褥婦が産後ケアを受けるために、出産した病院または居住地域に近い産後ケア施設に約 2 週間入院する。入院中は、プログラムに沿って授乳や育児指導、ダイエットやヨガ、また特徴的なケアとして、外陰部の創傷治癒促進のためのスチームの使用、児への玩具作りや季節のイベントなどが行われている。産褥期の食事の特徴は、多様な食材を使用したワカメスープが毎食の献立に取り入れられている。なお、産後ケア施設に入院しない場合は家族の支援や家事等の産後ヘルパーを依頼している。

### IV 考察

妊婦の体重や栄養管理は出産する児の体重や発育に大きく影響をする。妊娠中の体重増加量は BMI 値を基準に設定しているが、韓国は日本に比べ多い傾向にある。また、韓国では全員の妊婦に鉄剤が処方されており、体重増加だけでなく栄養のバランスを考えた指導の必要性から注目すべき点ではないかと思われる。

退院後の産後ケアの必要性は日本でも認知され、施設も増えつつある。近年、核家族化により産後の支援が受けにくい状況や、母親の育児不安、産後うつ、子ども虐待など母子を取り巻く問題が多い中、韓国のような産後ケア施設は必要である。一方、費用が高額などの課題もあるが、今後ケアや支援を受けたい褥婦が受けられる体制を充実させていくことが求められる。

### V 結論

韓国では独自の食文化と妊婦管理の基に、妊産婦の出産に向けての身体作りと、出産後に産後ケア施設において専門スタッフより「産後の養生」として心身両面への充実したアフターケアが行われている。

#### 参考文献

- ・厚生労働省. 妊産婦のための食生活指針 ―「健やか親子 21」推進検討会報告書. 「健やか親子 21」推進検討会. 2006 ; 61-74.
- ・藤田愛・山口咲奈枝・宇野日菜子ほか. 妊娠期の体重増加量別における栄養摂取所要量と PFC バランス. 日本看護研究学会. 2013 ; 36(1):135-140.