

點燃產後婦女的 照護議題

■ 吳美枝



產後婦女的身心健康都需要照護
(圖片來源：日創社)

一般而言，產後婦女多少會有一些隱藏的身心症狀，包括腰酸背痛、手腳冰冷、便秘、失眠、出血等。這些症狀在醫學的認定上不是疾病，卻會影響生活的品質。在50～60年代以前，台灣的公共衛生護士會親自前往產後婦女的家裡，進行產後的評估與照護。之後因為醫療科技的介入，公共衛生體系也就逐漸排除產後照護的服務。如今，婦女在醫院分娩後48小時，尚未完全感知自己身體的異狀下，就須按照規定出院，日後也得不到完善的產後醫療照護與關懷。

爲了讓國人重新思索產後醫療照護的重要性，陽明大學護理研究所簡莉盈教授及其研究團隊，著手台灣產後婦女的身心症狀研究。過去，西方學者在產後身心症狀方面的研究成果，多認定只有西方婦女有產後身心問題，而東方婦女因爲有坐月子的習俗，所以身體症狀較輕微，也少有憂鬱症傾向。但是，坐月子的習俗真的如西方學者所言，能化解產後婦女的各種身心症狀嗎？

此外，國外的相關研究也顯示，產後初期的身體和心理狀態有密切關聯。但是，究竟是身體影響心理，還是心理影響身體，卻沒有定論。再者，國外學者在較長期的產後症狀

研究方面，也有不同的發現，有些學者認為產後症狀會隨時間復原，有些則認為產後症狀會隨時間而加劇。因此，簡教授的研究除了探究坐月子對身心症狀的影響外，也要釐清身體和心理的因果性，以及產後身心症狀和時間的關聯性。

簡教授及其研究團隊針對一群產後婦女，以縱貫性問卷調查法，分別追蹤她們在1個月及12個月的身體及憂鬱的症狀，並以「結構方程式」來分析資料。這個新的統計模式可以進行「因徑分析」，也就是透過統計資料來區分誰是因、誰是果。透過這個

研究方法，簡教授領導的研究團隊發現，在1個月的時間點上，產後婦女身、心有症狀的比率很高，兩者也確實有交互影響的密切關係。

但是，當研究時間拉長，在1年的時間點來檢視時，身、心症狀並不交互影響，即1個月到1年的身心症狀彼此沒有明顯的因果關係。而且，儘管產後1個月到1年間的身體症狀減少，但憂鬱症狀卻沒有改善。

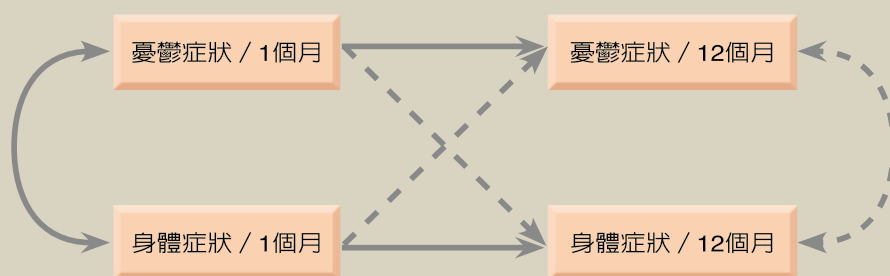
此外，在產後1個月有身體及憂鬱症狀的婦女，並不會隨著時間的推進而復原，兩者都有延續到產後1年的傾向。其研究成

果也證實，儘管台灣婦女在產後有坐月子的習俗，但是發生身心症狀的比率也很高，並不比西方婦女低。令人憂心的是，台灣目前的產後醫療照護服務，重心都在嬰兒身上，不太重視母親的部分。

簡教授的研究同時提醒我們，台灣產後婦女的身心狀況是個需要關注的議題，政府有必要針對產後婦女的身心狀況，逐步建立台灣的產後醫療照護體系。首先，必須訂定一個標準化的產後健康照護規章，明訂產後婦女的回診時間、次數及檢查內容。畢竟產後婦女的身心症狀大多不會隨著時間的推進而自行改善，因此需要健康醫療體系的介入，來建立產後全方位照護，讓台灣婦女在經歷艱辛的分娩後，能夠恢復身心的平衡。

吳美枝

本刊特約文字編輯



婦女在產後1個月有身、心症狀的比率很高，兩者也有強烈的相互影響關係；而且，產後1個月的身體及憂鬱症狀，都會延續到產後1年。但是，產後1個月的身體症狀不會直接導致產後1年的憂鬱症狀；產後1個月的憂鬱症狀也不會直接影響產後1年的身體狀況，兩者無顯著的因果關係。