

「妊婦が自らに合ったつわり軽減方法を見つけることを支える看護プログラム」の効果

関西医科大学看護学部 岩國亜紀子

妊婦 112 名に対して、自らのつわり体験を振り返り自らに合ったつわり軽減方法を見つける直接・電話対話による支援プログラムの効果を検証した。結果、プログラムを受けた妊婦 45 名の 2 週間後のセルフケア能力が高まり、空（カラ）えづきの回数・程度と「吐き気・吐く・空えづき」の苦痛が軽減した。