

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2020年 9月 24日

おめでた宣言日	2019年 12月
年齢 ( 28 ) 歳	平成 ( 28 ) 年 ( 7 ) 月 結婚
私は ( 排卵誘発 + 人工授精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 2 ) 年 ( ) ヶ月
他院での治療歴	<input checked="" type="checkbox"/> なし あり→内容 ( )
ASKAでの治療歴	
一般不妊治療	
<input type="checkbox"/> 自然排卵 タイミング法 ( ? ) 回	
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法 ( ? ) 回	
<input type="checkbox"/> 自然排卵 +人工授精 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精 ( 1 ) 回	
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST法 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 体外受精 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 顕微授精 ( ) 回	

妊娠の秘訣・心がけていた事

あまり徹底的にやっていた訳ではありませんが

基本の冷えさない、葉酸サブリの摂取、

禁酒、禁煙を意識してやりました。

# わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

卵管造影検査が地味に一番痛かった言ひ小感  
があります。あとは、又テップアップのタイミングについても  
主人と話し合いながらとても悩みました。  
20代ということもあり、先生はゆっくりでもいいんじゃないか  
という感じでしたが、こちらが希望したらその通りの治療を  
して下さいました。

その他 (通院・治療費・家族など)

不妊治療を開始して1年程はフルタイムの仕事をしていたので  
往復2時間かけての通院は大変でした。20代ということ  
周りに不妊を理解してもらうこともむずかしかったです。仕事を  
辞めて、私生活はのんびりと、治療はしっかり取り組み  
ことでストレスも減り、妊娠が近づいたのかなと思っています。

治療中の方へのアドバイス

私は2年程の比較的短い治療歴ですが  
それでも通院中はストレスもありましたし、周りの妊娠  
報告が辛かったり、赤ちゃんを食子のが辛かったりしました。  
ストレスは体への負担にもなるので、旦那さんと  
一緒にリフレッシュすることも大事にして下さい。

スタッフへのご意見など

いいスタッフさんはかりで、特に看護士の方には  
精神的に辛いとき、助けられたことが多くありました。  
(中山)先生も静かだけど安心感があって、たまに  
見せて下さる笑顔に救われたこともありました。  
本当にありがとうございました。