

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2013 年 10 月 10 日

おめでた宣言日	2013 年 5 月
年齢 ( 31 ) 歳	平成 ( 22 ) 年 ( 3 ) 月 結婚
私は ( 体外受精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 2 ) 年 ( 2 ) ヶ月 <small>途中9ヶ月 治療もお休みしました</small>
他院での治療歴	( なし ) あり→内容 ( )
ASKAでの治療歴	
一般不妊治療	
<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 自然排卵 +人工授精	( 2 ) 回
<input checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精	( 4 ) 回
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法	( ) 回
<input checked="" type="checkbox"/> 体外受精	( 1 ) 回
<input type="checkbox"/> 顕微授精	( ) 回

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

腹まきを常にする、足も冷やさない、葉酸を飲むこと  
 体外受精に入るまではビタミンEやマカを飲んでみたりましたが、薬への影響も考えやめました。移植後はたまたまGW  
 だったので、のんびり過ごし、無理はしないようにしました。着床  
 時期あたりに生のパセリやアボカドを食べると良いと聞き、食べました。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

体外受精の点鼻スプレーを忘れずにするためアラームもかけたりしましたが、忙しくしている時などもあるので、1回も抜けずにできるかプレッシャーでした。毎日の注射も痛いので注射嫌いには辛かったです。妊娠するために我慢と思っても痛いものは痛いでも(笑)

### その他(通院・治療費・家族など)

フルで働いていなかた分通院はしやすかったです。仕事のある日は注射の時間を少し早めをお願いしました。

主人は協力的で、通院の付き添いができる日は来てくれましたし、物植後も無理をしないように家事は手伝ってくれました。ただ、私のグチを聞くのはしんどかったと今でも言われます。

### 治療中の方へのアドバイス

正直終わりの見えない日々はしんどかったです。後から結婚した友人が妊娠して、ふてくされたこともありましたが、でも、結婚から妊娠まで時間があつた分、夫婦の時間がたくさんあり、それはそれで幸せなことだと思っています。治療で頭がいっぱいになりますが、夫婦で楽しいこともいっぱいいて損はないです。

### スタッフへのご意見など

とても親切にして頂き、感謝しています。お世話になった看護師さんに直接お礼が伝えられなくて残念でした。もっとお話ししたかったです。待ち時間が短くなることを期待します。先生、スタッフの皆様ありがとうございました。