

# わたしの 妊娠報告書

記載日 26年 8月 日

おめでた宣言日	26年 6月
年齢 ( 33 ) 歳	平成 ( 21 ) 年 ( 1 ) 月 結婚
私は ( 体外受精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴
( 2 ) 年 ( 7 ) ヶ月
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 type="checkbox"/> 自然排卵 タイミング法 ( 4 ) 回
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法 ( 9 <sup>?</sup> ) 回
<input type="checkbox"/> 自然排卵 +人工授精 ( ) 回
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精 ( 6 ) 回
生殖補助医療
<input type="checkbox"/> DOST法 ( ) 回
<input 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

レボステイヤマカサプリ等、妊婦に良いと言われるものを試しましたが、妊婦  
生活かた時に「あれだけやったのに…」と かえってストレスになる事もあったので  
あまり意識しないようにしました。

移植の周期は 血行を良くする為 30分~1時間程のウォーキングやヨガ  
をしました。後は神頼みです。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

タイミング法から始まり、人工授精、体外受精とステップアップしていきました。  
生理が来るとは落ち込みのくり返して、妊娠してしまえばいいんじゃないかと思う事もありました。  
人工から体外へのステップアップは、やはり1ヶ月毎よりやめからの後悔だと思い、お休みしました。  
採卵数が多かった為、1周期お休み後の凍結胚移植だったのですが、余裕を持って1ヶ月と体を整える事ができました。

### その他 (通院・治療費・家族など)

ワリニックまでは車で30分程でした。採卵の注射に毎日通うのが大変じゃないかと不安でしたが仕事終了でも受け付けてくれたので実際はあっという間に終わりました。  
やはり治療費はかさみました。色々勉強と、精神修行を兼ねた費用だと今は思っています。

### 治療中の方へのアドバイス

不妊治療中は本当に出口の見えないトンネルに入った気持ちでした。体験した人にしか分からない辛さだと思います。  
色々な感情が出てくると思いますが、人と比べることをせず、先生を信じて自分のペースで治療を進めていくのが一番だと思います。この経験が、自分を成長させてくれると思います。

### スタッフへのご意見など

朝早くからそうじをされていて、私達が気持ち良く通院できるようにしてくださっている人たちが多く思いました。移植の後、看護師の方が「気遣って声をかけてくださり、とてもうれしかったです。先生は、実は人ぐらいいるんじゃないかと思う程お忙しそうでしたが、いつも優しい口調で療されました。卒業の日、「生まれるまでは不安もあると思いますが生まれると宝になるでしょう」と言ってくさり、涙がこみ上げてきました。きちんとお礼が言えなかったのがこの場をお借りして「お世話になりました。」

・ ありがとう  
・ ございました