

# わたしの 妊娠報告書

記載日 年 月 日

おめでた宣言日	2023 年 5 月
年齢 ( 35 ) 歳 平成・令和 ( 27 ) 年 ( 3 ) 月 結婚	
私は ( ICSI )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 8 ) 年 ( ) ヶ月
他院での治療歴	なし (あり) → 内容 ( タイミング療法、AIH )
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 ( ) 回	
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 体外受精 ( ) 回	
<input checked="" type="checkbox"/> 顕微授精 ( 4 ) 回	

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

- 体温を上げる
- ストレスを溜めない
- よく寝る
- タンパク質をよく摂る

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

採血の結果が悪く、卵巣的にも他刺激での誘発しかできなかったため、卵胞を育てるのにも日数を押し、採卵できたとしても1つか2つ...それも空胞のことがほとんどでした。採卵も何度行ったか覚えていない程でした。空胞であった時は本当に落ちこみましたし、卵が採れた時は喜びもひとおで、授精するかもずっとドキドキでした。治療中はドキドキし、IOなど対処もたまりましたが、天やスタッフの皆様のおかげであきらめずに通うことができました。

### その他 (通院・治療費・家族など)

自宅から車で1時間以上通院にかかっていたので、受診日は半日仕事な感じでしたが、天が仕事を調整し、(ほとんど)送迎してくれていたのが助かりました。治療費は恐ろしくて全てを計算していません(笑)。途中で数えるのをやめました。保険適応になったとはいえ、まだ負担は入っていますね。家族の支えや協力は不可欠だと思います。自分一人ではここまで頑張れなかったです。

### 治療中の方へのアドバイス

不妊の原因も様々かと思いますが、あまり思い詰めます、根を詰めず、ない事をオススメします。身体作りのためにと思って色々したりしましたが、ストレスになるくらいなら普段通りの生活を楽しく過ごした方が精神的にも良いと感じました。簡単にできることは取り入れて無理のないようにして下さい😊  
あとは、自分、家族、スタッフと信じて頑張ってください。

### スタッフへのご意見など

本当に優しくお世話になり、心の支えでした。嬉しい時は一緒に喜んで下さり、悲しい時は一緒に泣いて下さり...なんて素敵なスタッフさん達に見守られていたんだとびから思います。心からありがとうございました。