

# わたしの 妊娠報告書

記載日 令和4年 3月 10日

おめでた宣言日	令和4年 2月
年齢 ( 34 ) 歳 (平成)・令和 ( 25 ) 年 ( 10 ) 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 checked="" type="checkbox"/> 自然排卵 タイミング法 ( 7 ) 回	
<input checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法 ( 13 ) 回	
<input type="checkbox"/> 自然排卵 +人工授精 ( ) 回	
<input checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精 ( 3 ) 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

- 先生を信頼して、あり悩打"言われたことはきちんと行、た(薬を飲む等)
- 朝のウォーキングを20分~30分毎日欠かさずに行、た
- フレッシュなパイナップル、ナッツ類(無塩子モード)、プロコリーはよく食べていた
- 診察日以外の日はあまりとまの事を考えずに、仕事や趣味に没頭した
- そ、と支えてくれる家族や友達がいた存在は大きかった

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

2015年から治療を始め、当時は20代だったこともあり、焦らずタイミング法からチャレンジしました。元々頭痛持ちとお腹が弱いこともあり一度通院はお休みし、その間に自然妊娠2回・流産も2度繰り返り、他院で子宮筋腫と子宮内腺症を取り除く手術を受けています。その後2022年に治療再開。不育症の検査で抗リン脂質抗体症候群の疑いが判明し、年齢も34歳になっていたの体外受精を迷わず選択しました。

### その他（通院・治療費・家族など）

治療を再開するにあたり、体質的に決められた日時に再びきちんと通院できるかどうかかとても不安でした。そこで夫婦で話し合い、先生や看護師さんにも自分の体調の不安を最初にお話すること、そしてできる限り夫婦一緒に毎回通院をしようと決めました。みなさん理解してくださる方ばかりで、予約もアプリーで取れるようになっていたので通いやすかったです。通院の日も主人も仕事を休みほぼ一緒に通院できたことも大きな支えで、治療中は病院を第一優先に体力が続く限り通う気持ちでした。

### 治療中の方へのアドバイス

「ASKAに通っていたら大丈夫。先生やスタッフのみなさんを信じてがんばろう！」私はそう思って前向きに通っていました。HPIには院長先生の「今月のひとこと」もあるので、中山先生の素敵なお人柄も知ることができるのでオススメです。ASKAのみなさんは、自分たちの目標に向かって一緒に頑張ってくくださる仲間です。心配事があればしっかりお話も聞いてくださいますし、1人ではないというお気持ちを忘れずに！私たちも同じ目標を誓っていた同士ですので、応援しています。

### スタッフへのご意見など

先生方をはじめスタッフの方には書ききれないほどの感謝の気持ちがございします。こうして妊娠することができ、卒業まで順調に育つことができたのもみなさまのおかげです。本当にありがとうございました!! お会いしたことのない培養工の方やスタッフの方にもいらしたと思いますが、みなさま/今まで支えてくださった「ありがとうございます」です。まさかの双子妊娠でしたが、2人とも元気に産むことができるよう、これからもがんばっていきます!

