

わたしの 妊娠報告書

記載日 2023 年 1 月 14 日

おめでた宣言日	2022 年 7 月
年齢 (31) 歳	平成 (30) 年 (5) 月 結婚
私は (顕微授精)	で妊娠しました。

不妊治療歴	(2) 年 (10) ヶ月
他院での治療歴	なし あり → 内容 (タイミング法、人工授精)
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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 + 人工授精	(?) 回
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法	() 回
<input checked="" type="checkbox"/> 体外受精	() 回
<input checked="" type="checkbox"/> 顕微授精	(1) 回

妊娠の秘訣・心がけていた事

体をあたためることを心がけていました。小麦、白砂糖を控える等していた時もありましたが、ストレスをためないことを最終的には優先していました。レッグウォーマー、白湯を飲む、半身浴をすまなどし、ARTにステップアップすると決めた時点より鍼灸院に通いました。(約半年)

わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

約3年の不妊治療、仕事と両立しながら通院することは今思うと大変でした。ですがそれ以上にプライベート、職場などあらゆる場面で耳に入る妊娠報告や出産の話題に対するデジタルコントロールが厳しかったです。

その他（通院・治療費・家族など）

治療中の方へのアドバイス

治療の大変さや悩み事はたくさんあると思いますが、身近な家族や友人、夫が必ずしも同じ温度で共感してくれるとは限らないと思います。Twitter等で「同じ悩みを持つ方と交流し、吐き出すことが気分転換になっていて、情報交換等もできておススメです。

スタッフへのご意見など

いつも優しく接して下さりありがとうございました。最後に「おめでとうございます」と皆様に言っただけとしても嬉しく、涙が出そうになりました。診察の際、名前を呼ばれるより、診察券No.で常に呼んでいただく方が安心かと思っています。