

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2025 年 5 月 日

おめでた宣言日	2024 年 月
年齢 ( 33 ) 歳 平成・令和 ( 元 ) 年 ( 5 ) 月 結婚	
私は ( 体外受精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴

( / ) 年 ( 3 ) ヶ月

他院での治療歴

なし (あり) → 内容 ( タイミング法 )

ASKA での治療歴

一般不妊治療

自然排卵 タイミング法 ( / ) 回

排卵誘発 タイミング法 ( 2 ) 回

自然排卵 +人工授精 ( ) 回

排卵誘発 +人工授精 ( 2 ) 回

生殖補助医療

DOST 法 ( ) 回

体外受精 ( 2 ) 回

顕微授精 ( ) 回

妊娠の秘訣・心がけていた事

ストレスを溜めないこと

しんどい時は 1ヶ月治療を休んだり気分転換に旅行に行ったりマイペースに過ごすことを意識していました。

# わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

他院での治療でしっかり診てもらえず、不妊治療専門のクリニックに通おうと思いい転院しました。

薬や注射の副作用で眠くなったりイライラすることがありました。

その他（通院・治療費・家族など）

電車とバスを乗り継いで通院していました。

治療費は保険適用になったのと助成金が出るので助かりました。

夫の理解が心の支えになりました。

不妊治療をしていると伝えたら適切なアドバイスを言ってくれる人が多かったこともありました。

治療中の方へのアドバイス

不妊治療期間中は出口の見えないトンネルにいるような気持ちになっていました。

疲れたときは自分の感情を否定せず、受け入れてバランスをとるようになっていました。

辛いときは信頼できる人や看護師さんに話を聞いていただいたりして一人で抱え込まないようにすると少し楽になりました。

スタッフへのご意見など

先生をはじめ、皆様がとても優しく丁寧に接してくださっていました。

通院日にメンタルが不安定になり予約時間を変更していただいたりご迷惑をおかけすることもあったのですが、いつも暖かく対応してくださったので安心して通い続けることができました。

本当にありがとうございました。