

# わたしの 妊娠報告書

記載日 28 年 11 月 日

おめでた宣言日	28 年 10 月
年齢 ( 36 ) 歳	平成 ( 19 ) 年 ( 3 ) 月 結婚
私は ( 顕微授精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 2 ) 年 ( ) 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 ( ) 回	
<input checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法 ( 2 ) 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 ( 6 ) 回	
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> IDOST 法 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 体外受精 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 顕微授精 ( 1 ) 回 ( 胚移植 4 回 )	

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

体を温めることを心がけました。朝起きがけにスプーン一杯の白湯を飲み、日常では、飲みものは必ず温かいものを飲むようにし、毎日湯船に浸かり、就寝時は冷えとソックスと腹巻きを使用していました。食事ではなるべく無添加の食材を使用するようにし、玄米や亜麻仁油やルイボステイ、酵素ドリンクなど体に良いものは積極的に取り入れていました。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

顕微授精にステップアップし、採卵にむけての自宅での毎日の自己注射は怖くてたまりませんでした。薬の影響もあり体のむくみも気になりようになりました。胚移植後もすぐには良い結果に恵まれず"何度もル"が折れそうになりましたが、友人とおしゃべりしたり、旅行へ行ったり、音楽を聴いたりして、自分なりに息抜きをし気持ちを入れ替えました。

### その他 (通院・治療費・家族など)

自宅から車で15分、職場も近かったので"通院はしやすかったですが"仕事と日程を合わせるのが"大変"でした。幸いにも理解のある職場で"仕事の合い間に少し抜けて通院するという日も何度かありました。"顕微授精は自費となり、高額なので"大変"でした。貯金をきりくずし、親からの援助も受けました。

### 治療中の方へのアドバイス

どうして妊娠できないのかと落ち込むこともたくさんありました。でも、あきらめず"必ず"できると信じて治療を続けてよかったとル"から見えます。ストレスは溜め込まないよう、その都度解消し、妊娠できる日を信じて、治療を続けていた"きたいです。"

### スタッフへのご意見など

先生、スタッフの皆様には、大変お世話になりました。ありがとうございます。いつまでもいねいに対応していただき、ありがとうございました。ル"自確認後も何度か出血が"あり不安で"お電話をさせていただいた時も看護師さんがとても優しく、いねいにアドバイスをくださり、それまで"不安だった気持ち"が一気に落ち着き安心"することが"できました。本当にありがとうございます。