

わたしの 妊娠報告書

記載日 2023年 7月 10日

おめでた宣言日	2022年 7月
年齢 (37) 歳	令和 平成 (元) 年 (11) 月 結婚
私は ()	で妊娠しました。

不妊治療歴	(/) 年 (10) ヶ月
他院での治療歴	なし <u>あり</u> → 内容 (卵管鏡下卵管形成術 → タイミング1回)
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 checked="" type="checkbox"/> 体外受精	(/) 回
<input checked="" type="checkbox"/> 顕微授精	(/) 回

妊娠の秘訣・心がけていた事

- 治療に集中できる環境を整える。(仕事、家事等)
- 些細なことでも一人で悩まずに先生や看護師、家族に話す(溜めず吐き出す)
- 根拠魔にならない。自分で納得して治療する
- 自分に「褒美」をあげる。
- 温活、菌活に取り組む

わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

- ・ シンプルに自己注射が痛い、取り扱いの薬を教えてください、とお願いした。
- ・ 薬の管理が大変。種類や時間を忘れないように薬ケースやスマホのアプリを使って過ぎた。大変さが周知に分かってもらえる様に、一緒に取り組んでもらえるように可視化した。
- ・ なかなか着床せずERA後、子宮内フローラを改善することで陽性反応が出た。

その他 (通院・治療費・家族など)

- ・ 通院と仕事のスケジュール調整が大変だった。予約の取りにくさは土曜日も感じず、土日は夫と一緒に通院していた。その週ではあったが、必要時は診察室まで同席してもらえたりしたので我慢できた。
- ・ 治療費の限度額を決めていたが、はるかに上回った。途中で保険高額にはし薬が変更となり、少し不安になった。

治療中の方へのアドバイス

- ・ 夫婦で治療していることを共有する。どちらか一方が頑張らなくていい。
- ・ 来時は無理に治療せず休む。心と身体が落ち着くまで、とこの頃は、自分をいかに癒やすか。心に余裕がある時ほど、上手くいった気がします。

スタッフへのご意見など

何度も悲しい結果となり、その度、身も心もボロボロになっていました。その結果を告げる先生も辛そう表情で、でも次の治療へ前向きになれるように原因や対策を話し下し、感謝しています。卒業日の中山先生の笑顔は今でも目に焼き付いています。いつも穏やかなま富先生、何度も大丈夫と私を支えて下さった看護師の皆さま、初産直前で励まして下さい、培養士の皆さま、お世話になりました。ありがとうございました。