

# わたしの 妊娠報告書

記載日 年 月 日

おめでた宣言日	2023 年 12 月
年齢 ( 37 ) 歳	平成 ( 26 ) 年 ( 3 ) 月 結婚
私は ( 体外受精、顕微受精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 2 ) 年 ( 3 ) ヶ月
他院での治療歴	<input checked="" type="checkbox"/> 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 ( 3 ) 回	
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法 ( 3 ) 回	
<input type="checkbox"/> 自然排卵 +人工授精 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精 ( 7 ) 回	
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法 ( ) 回	
<input type="checkbox"/> 体外受精 ( 3 ) 回	
<input type="checkbox"/> 顕微授精 ( 2 ) 回	

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

仕事を辞めた事。仕事ばかりの治療は授からなかったら、あの時辞めなければと後悔  
するから、治療に専念して授かることも全力で治療できたことに納得できたこと  
思い辞めたこと。結果的に仕事にエスプレッソから解放されたこと。周りに辞めようこと  
賛成してくれた人は少なくて悩んだこと。後悔はふたを優先し、自分で納得できる  
選択をしてよかったこと。思い打。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

じつは体外受精、顕微受精に抵抗があり、人工受精からのステップアップに悩みました。夫から、や、みたらと話をしてくれ、体外受精、顕微受精に踏み切りました。治療は本当に良かったと思います。それが高額ではありましたが、保険適応により、自己負担額が減った事も大きかったです。

### その他（通院・治療費・家族など）

私にとっては仕事との両立に大変なストレスを感じていました。仕事終わりに受診しないといけないので、残業はしないように調整して、私に多く休んで受診しないといけない所が大変だった。特に職場の人の妊娠を聞いて羨ましく、死んでしまおうかと思ってしまうのと色々は悩み、ストレスが大かったです。

### 治療中の方へのアドバイス

泣ける場所を確保しておくこと。夫も友人も家族も、話を聞いてもらえる場所があると心のオアシスになります。私は看護師さんに話を聞いてもらい、泣いてはかまいませんでした。誰かに泣きつづける所があればいいと思います。それ、なるべく後悔はない選択をすること。や、おけばと思いきりばらや、とか。

### スタッフへのご意見など

看護師さんに悩みを聞いてもらい、泣いてしま、涙目がありました。その日は本当に気分が晴れ前向きになりました。本当にありがたかったです。私に「何かはないですか」とこちらから話をしやすいように声をかけてもらって事も嬉しかったです。お世話になりました、ありがたかったです。