

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2019 年 5 月 29 日

おめでた宣言日	2018 年 8 月
年齢 ( 42 ) 歳	平成 ( 25 ) 年 ( 1 ) 月 結婚
私は ( ルトラール + フロット + 人工授精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 0 ) 年 ( 11 ) 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	( 5 ) 回
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 タイミング法	( 0 ) 回
<input type="checkbox"/> 自然排卵 + 人工授精	( 2 ) 回
<input type="checkbox"/> 排卵誘発 + 人工授精	( 3 ) 回
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法	( 0 ) 回
<input type="checkbox"/> 体外受精	( 0 ) 回
<input type="checkbox"/> 顕微授精	( 0 ) 回

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

仕事を続け、今まで通りの生活を送りました。精子の年齢が気になるので主人にサプリメント (亜鉛) をとってもらいました。

それ以外 特別のことは、あえてしませんでした。

自分の楽しんでできる 妊娠料理、おもしろいホステシーを探り

たしてはりました。先生が淡々と タイミングや人工授精の日をおっしゃるので少しスケジュール的に無理があるかも と思っていろいろ頑張りました。今回は人工授精を断ろうかと思っていたタイミングで妊娠しました。

(母の結婚式出席のため東京へ行く日でした。朝 治療後から向いました)

# わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

人工授精が始まってからは、主人が病院へは行きたくていないので、  
私の方が朝の仕事を休み、自宅採取したものを朝一番に届けるという形で行いました。仕事の調整は少し大変でしたが、  
主人が病院に来ずして治療が出来たことは彼へのストレスが少なくて有り難かったです  
その他（通院・治療費・家族など）

私が通い始めた頃は予約がとれずらかったです。アプリが導入されてからは、待ち時間も減り、目も減りました。

治療中の方へのアドバイス

私の主人は一緒に通院はしませんでした。私はその方が良かったです。待ち合室で、イライラされるよりは、家でゆっくり待ってもらう方が私事には合っていました。治療のレベルにもよるとは思いますが、いつも一緒に行かないといけないというのが夫婦のストレスに繋がってしまうように感じました。

スタッフへのご意見など

スタッフさんには、忙しいにもかかわらずお話をしてくれる機会が何もないのですが、  
卵管造影の際に付いた看護師さんと、お話しさせて頂いたことで、心が落ち着きました。中山先生が「今は我慢の続く時期です」と締めがてはじめた時期にお話ししました。その言葉で治療と続けられました