

# わたしの 妊娠報告書

記載日 21年10月19日

おめでた宣言日	21年 7月
年齢 ( 37 ) 歳	平成 ( 16 ) 年 ( 5 ) 月 結婚
私は ( 体外授精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( / ) 年 ( 4 ) 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 checked="" type="checkbox"/> 自然排卵 タイミング法 ( 2 ) 回	
<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精 ( 4 ) 回	
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法 ( ) 回	
<input checked="" type="checkbox"/> 体外受精 ( / ) 回	
<input type="checkbox"/> 顕微授精 ( ) 回	

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

- 体を冷やさないように、夏でも <sup>冷房をさけ、</sup> レッグウォーマー & くつ下をかせたかった。
- 体を冷やす食物やカフェイン含まれるものは、なるべく食べなかった。
- 半身浴 • 夫婦間での 思いやり
- 寝ふかし しない • ヌカ & 無理せず、気が向いた日等の散歩 20分。
- 三年蕎麦茶を飲む、葉酸のサプリ • よもぎ温灸 5、6回で 冷え予防。
- 妊娠直前、子宮のお寺に夫婦でお参りしたら授かった。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

初めはタイミング法から始まりましたが、結局IVFまで行き、妊娠。フルコースにするとはいいませんでした。年齢がもう少し若ければ、AIHでもう少し元々張りたかったのですが、後に後悔したくないからと、IVFにトライし、1回で妊娠。1回目妊娠できたので、驚いたのと、ホッとけたのと両方でした。

### その他 (通院・治療費・家族など)

通院は、車で30分以内でしたので、比較的楽でした。馬場も広く、安心して通院できました。治療費の事で、ストレスに感じたところだったので、平日だけのパートを週4、5日続け、治療費は自分のパート代でまかなうようにしました。両親には、軽く婦人科に通っている事だけ伝え、自分の事だけに、すべて話さず済ませ、バツを楽にしていきました。

### 治療中の方へのアドバイス

一番大事なことは、あまりくよくよしない事と、夫婦間での思いやりを忘れない事だと思っています。ついつい女性側がイライラしてしまいがちですが、治療を通じて、相手への思いやりを学ばないと気がしみます。食べ物に関しても、あまり神経質にならないように、心当たりの方が良いと思います。

### スタッフへのご意見など

先生はじめ、スタッフ皆さんは、どんなに忙しくても、変わらず笑顔で接して下さいのおかげで、本当に癒されました。最初は皆さんのそういった姿に驚いて感じておりました。先生や皆さんのおかげで、子供が授かり、これからの人生が変わりました。本当に有難うございます。心より感謝申し上げます。