

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2018 年 3 月 18 日

おめでた宣言日	2017 年 (2) 月
年齢 (29) 歳	平成 (26) 年 (3) 月 結婚
私は (人工授精)	で妊娠しました。

不妊治療歴	(1) 年 (2) 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	(7) 回
<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 排卵誘発 +人工授精	(2) 回
生殖補助医療	
<input type="checkbox"/> DOST 法	( ) 回
<input 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、腹巻きパンツをはいたり、くつ下を重ねてはいたり、夜寝る前に白湯を飲んだりしていました。お茶は、ルイボスティーを飲み、葉酸のサプリも飲んでいました。また、「今しかできないことリスト」を旦那と一緒に作り、タイミングをみてフットサルやハイキングや旅行、BBQ、友達と飲み会などをして気分転換をするようにしていました。カイロプラクティック、鍼灸もやってみました。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

先生方は、急がず焦らず体の様子を見て治療を進めてくださいました。  
私の場合は、高プロラクチンのためカプセルを飲み、子宮内膜にポリープ  
が見つかったので手術をしたり、片方の卵巣にチョコレート嚢胞があたりしまし  
たが、これといった明確な原因が分からずとも悩み、落ち込みました。  
でも、先生方を信頼していたので診察に行き、話をすると明るく前向きに  
なれました。

### その他（通院・治療費・家族など）

通院は自宅から15分もかからなかつたので負担になりませんでした。また、  
遅くまで診察をして下さっていたので、平日の仕事が終わった後にもみて  
いただき、とてもありがたかったです。治療費は、共働きなのでそれほど負担  
ではありませんでした。私も旦那も、両親には不妊治療をしていることを  
話していました。あたたかく見守ってくれたのでとても感謝しています。

### 治療中の方へのアドバイス

なかなかなかうまくいかず「もうあかんのかたあ…」と思ったり、周りの方の妊娠報  
告はとても嬉しいのに素直に喜べない自分が嫌になつたりすると思います。  
私もそうでした。生理が来る度、嬉しい報告を聞く度にずんずんと落ち込み  
泣いて泣いて…でした。でもやっぱり子どもが欲しいからあきらめられませんでした。  
無理はせず、泣きたい時は泣き、落ち着いたらホッと息抜きをしてください。

### スタッフへのご意見など

中山先生、重富先生、スタッフの方々、本当にお世話になりありがとうございます。  
先生方は、物事をはきはき言ってくれるのでとてもありがたかったです。  
うまいかなくても、先生方と話をさせていただけると元気が出ました。  
いつも遅くまで丁寧にみていただき、ありがとうございます。皆様、お身体  
にはお気をつけてください。ASKAさんに出会えて本当に感謝しています。ありがとうございます。