

わたしの 妊娠報告書

記載日 2010年4月12日

| | |
|-------------|-----------------------------------|
| おめでた宣言日 | 2010年 3月 |
| 年齢 (29) 歳 | 平成 (19) 年 (12) 月 結婚 |
| 私は | (自然排卵 + 人工授精 (1回目)) 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 (タイミング法、排卵誘発) |
| 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 (?) 回 |
| <input type="checkbox"/> 排卵誘発 | タイミング法 () 回 |
| <input checked="" 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 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

冷たい生だったため、夏でも冬でもとにかく体を温めるように気をつけました。
 具体的には、5本指ソックスと厚手のくつ下の重ねはき、腹巻き、足湯
 温かい飲み物など。他には、ストレスを溜めないように、仕事を
 減らしたり、趣味を持つようにして、不妊治療以外のストレスを
 なるべく減らしました。

わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

タイミング指導と、フナーテストを繰り返して、頸管粘液不足が原因だろうという事で、お薬を試しましたが、2種類とも効果がみられなかったため、人工授精に挑戦しました。人工授精にステップアップする時は、少し戸惑いもあったのですが、信頼している中山先生が、詳しく説明してくださったので、安心してお願いできました。

その他 (通院・治療費・家族など)

家から車で15分の距離だったため、無理なく通院できました。家族には、本格的に不妊治療を始める前から相談し、悩みをきいてもらっていたので、夫をはじめ、夫の両親、私の両親が応援してくれて、心強かったです。一人で悩まず、何でも夫に相談し、行ける時は、通院にも同伴してもらったおかげで、絆もさらに深まったと思います。

治療中の方へのアドバイス

不妊治療期間中は、出口の見えないトンネルに迷いこんでしまったように、精神的にストレスが溜まってしまうと思います。他人からは「あんまり(不妊のこと)考えない方がいいよ、忘れた頃に出るよ」とか言われても、毎朝基礎体温を計る所から1日がスタートしているので、忘れることなんて出来ないと、思います。なので、忘れるのは無理でも、「考えない時間を少しでも持つ」ことが大切だと思います。例えば、映画や読書や音楽、スポーツなど、たとえ1時間でも「考えない」時間。スタッフへのご意見などを、持つて、息抜きすることも大切だと思います。

中山先生をはじめ、スタッフの皆様、親切に接してくださり、いつも安心して通院することができました。ハーブティーも美味しかったです。本当にありがとうございました!!

.....