

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2021年 6月 26日

おめでた宣言日	2020年 11月
年齢 ( 30 ) 歳	平成 ( 29 ) 年 ( 5 ) 月 結婚
私は ( 自然妊娠 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 1 ) 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 checked="" type="checkbox"/> 自然排卵 タイミング法	( ) 回
<input checked="" 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 checked="" 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

左足痛だったので、なるべく体をあたためる(特にお腹)こと。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

「ほのほか 妊娠セウ」, 軽い気持ちで ASKA レイノスクリニックのグライデル  
チェックを受診したところ, 重度の子宮内腺症・チョコレート嚢胞が両方の  
卵巣にあることが発覚し, 腹腔鏡手術による治療を行いました。その後,  
タイミング法や人工授精を1年間行い, 体外受精へステップアップすることを決め  
た先, 治療を休んでいた周期に妊娠がわかりました。

### その他 (通院・治療費・家族など)

我が家はフルタイム共働きのため, 通院は基本的に土日か平日の仕事  
終わりでした。職場で治療のことを大ぴかに公表してはいただけずため,  
仕事を休んだり, 定時で上がるために調整が必要で, やはりストレス・負担が  
少なからずありました。

### 治療中の方へのアドバイス

「今月こそは妊娠した気がする!」などの生理は, 何度味わっても辛いさかいもの  
あり, ただ, 期待しないようにしようとしても期待はしてしまうものなので,  
なるべく自分をいたわり, 甘やかし, リラックスする時間をとるようにして, 精神の  
バランスをとってあげることが大切だと思います。

### スタッフへのご意見など

院長先生はいつも淡々と説明をしてくださり, 質問にもはつと答えをくだ  
さいました。過度な期待を抱かせるとはせず, 真摯に向きあっていただくと  
感じています。

看護師さんをはじめ, 他のスタッフさんも印象が良く, お世話になり感謝  
しています。