

# わたしの 妊娠報告書

記載日 年 月 日

おめでた宣言日	R5 年 12 月
年齢 ( 42 ) 歳 R3 平成 ( ) 年 ( 3 ) 月 結婚	
私は ( 体外受精 )	で妊娠しました。

不妊治療歴	( 2 ) 年 ( 5 ) ヶ月
他院での治療歴	なし ( <u>あり</u> ) 内容 ( 卵管鏡下卵管形成術 ( FT ) 、タイミング法 )
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 ( ) 回	
<input 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 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 ( 2 ) 回	
<input type="checkbox"/> 顕微授精 ( 1 ) 回	

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

最初の採卵分の移植がうまくいかず、その時に、自分なりに卵子についてや老化について、どうしたら妊娠しやすくなるのか調べました。本を読いたり、中山先生にメールで質問したりしました。それから生活習慣を見直すことになりました。糖質(主におやつ)を減らす、ウオキングをする、よい睡眠を心がける。特に職場で溶剤を扱っているので防毒マスクできちり対策すること、サプリメントをほとんどとっていないからなので、必要は分(特に葉酸)をとること等です。正直私は生活として必要なことをしていけなかったことにも気づかず、ただ採卵して移植を受けていました。最初の採卵分あがって移植して結果が出ず、ようやく気がきました。もっと早く気がついていれば次の採卵に向けて準備できたのにとたぶん後悔しました。それで生るヶ月程体質改善を意識して次の採卵にのぞみ、妊娠に至る卵を得る事ができました。

# わたしの 妊娠報告書

## 治療にまつわる苦労話し

### 治療内容

1回目の採卵で8個胚盤胞ができましたが、移植してもどれも妊娠に至りませんでした。やはり年齢による卵子の老化が一番の要因ということで、じゃあどうすればいいのかがさっぱり分かりませんでした。今回の治療で一年近く費いやして、さらに卵子は老化していきたくらい、何よりこの一年私は何をしていたのだらうと後悔しました。とにかく8個もあればつくらいうまくいくのではと楽観していたので、8個全滅で打ちのめされ、老化の現実を  
その他（通院・治療費・家族など）受け入れざるをえませんでした。  
家族は協力的でしたが、初移植の日職場から病院へ直行の予定だったのが朝が日常すぎで主人が移植に一言もふれなかったのがとても悲しかったことがありました。2人の子どもの為なのに、一人ぼっち感があり、帰ってからめちゃくちゃ後悔を言いました。治療費も保険が3回以降は高額なので大変ですが、3回分だけでも  
あるだけありがたいと思います。京都府に引越してから京都府は補助金があることを知りました。活用できるものはしっかり調べるのがよいと思います。(4回目以降も)

### 治療中の方へのアドバイス

年月、お金を費やして結果が出ないという状況は本当につらいです。さらに自分の無知が腹立たしかったので、せめて後悔はもうしたくないと思い、もう一度やれるだけのことをしてみよう、あきらめるのはそれからしようと思いました。運よくいい卵を得られたのが、自分の努力の結果かは分かりませんが、でも少なくとも自分で納得できる姓活をしました。家族の協力ののおかげもあります。何でも話し合っ自分の気持ちを持って後悔のないように治療に取り組んでほしいと思います。

### スタッフへのご意見など

親切で親身に接してくれたので安心して通院できました。

---

---

---

---

