

# わたしの 妊娠報告書

記載日 2022年4月6日

おめでた宣言日	2022年1月
年齢 ( 36 ) 歳	平成(28)年(11)月 結婚
私は ( 頭微授精 ) で妊娠しました。	

不妊治療歴	アスカさん: 10ヶ月 ( 4 ) 年 ( 3 ) ヶ月 他院: 3年5ヶ月
他院での治療歴	なし <input checked="" type="radio"/> 内容 ( 各種検査、排卵誘発 タベシク法 )
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 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 checked="" type="checkbox"/> 頭微授精	( 2 ) 回

## 妊娠の秘訣・心がけていた事

- ・体を温める(レッグウォーマー、腹巻き、軽い運動、しゃがり歩き)
- ・バジに負担をかけない(頑張らない、自分を責めない、思い言めない)
- ・食事は無理のない範囲で少しづつ気を付けるようにした。
- ・良い結果をイメージして笑顔でいる時間も増やした。
- ・神社へお参りに通う(気持ちをリフレッシュできた。)

# わたしの 妊娠報告書

治療にまつわる苦労話し

治療内容

体質の都合で仕方なく他院への通院・採血などした事が  
つらかった。また、どの院の先生はあまり信頼できず、(思いやりと  
感じられず)態度、言葉遣い、説明がつかないなど、院全体の  
雰囲気からも感じた)不安(エカツが募り、バガ本当にひどかった。

その他(通院・治療費・家族など)

アスカさんにおける前、8ヶ月のクリニックでの不妊治療をしていく頃、  
夫と妊娠や不妊治療に対する気持ちの面での歩調が合わず、  
不仲になってしまった事。不妊治療自体も中断になってしまった。  
王院再開しようという時、同じ病院(先生)に会えなかどうか  
不安が大きく、つかなか踏み出せなかつた事。

治療中の方へのアドバイス

- とにかく焦らずのこと、自分を責めないこと。
- パートナーと、なるべく気を遣わず"許す"できる関係をつくる。  
(痛い、しいとい、不安、などネガティブな感情も)
- 説明が面倒、言ても分からなかも、とにかく事じやつたらし、言葉なくても喜ぶから。  
と思うことも全部言葉にして伝えるようにする。  
とにかく、焦らず、パートナーと歩調を合わせるが、妊娠への最短距離だと思、た。

スタッフへのご意見など

スタッフの皆様には、感謝しかありません。アスカさんでお世話をした私は、  
ホームページ上の「院長挨拶」で読んだ事が、今、大切で、どこに通う通り、  
«患者さんの気持ちを尊重し寄り添う»ことを大事にされていることは、毎日の  
スタッフさんの気持ちのも、たたかれて受け取っていました。バガオオニヤ  
(汗)、救われてようだ気持ちでして、アスカさんで治療を受けてきたのが、バガが思ひます。  
スタッフ、本当にありがとうございます。