

HEART to HEART

tea time

質問にお答えします

編集後記

暖冬と言われる今年の冬です



今のところ雪の量は少なめですが、夜中知らない間にしんと降り積もり目覚めたら真っ白に、なんてことはよくある事ですよ。雪かきとのろのろ運転の時間を見こしてあたたかい布団から起きなければならないのでこの季節は目覚めに気合いがいらいます。さて、あと何回雪かきをするでしょうか。

HEART to HEART

40代の患者さんで、いつまで治療が続けられるのか、年令的にも精神的にも段々ときつくなるという悩みをお持ちの方が多くいらっしゃいます。今回のHEART to HEARTでは40代の方お2人から原稿を頂きました。治療に向かう経過、状況いろいろな思いを感じて頂けたらと思います。

『 40代、私達のメッセージ 』

〈K・Sさんの場合〉

こちらで治療を始めて4年になります。待合室やリカバリールームなどで知り合いになった人達も何人かいました。でも、その人達が赤ちゃんを授かった時の気持ちは複雑で心が痛くなり素直な気持ちでおめでとうとは言えない私でした。どんなに不安で同じ悩みをもっている人と話をしたくても、後で辛い思いになる位ならと周りの人との関わりに一線をおくようになっていきました。そんな臆病になってしまった私にとって、このとり相談室が開設されたことは大きな喜びでした。相談室の扉を開けた時は何から話していいのかわ戸惑いましたが、話し始めたら誰かに聞いて欲しかった治療過程での悩み、苦しみ、迷い等を涙と一緒に一気に吐き出す事が出来ました。話し終えて相談室の扉を閉めた瞬間、あ～なんていっぱい愚痴ってしまったんだろうとさらけ出したことが自己嫌悪だったのですが、それと同時に一人で抱え込んでいた重しが取れた気がして明るい気持ちで帰ったことを思い出します。以来このとり相談室は私の心の治療室であり、倶楽部-Kは心の良薬としてなくてはならないものになっています。

20代後半で結婚し私は今45歳です。「不妊治療を始めたい」この一言が夫に言わずにいた、これが私の大きな失敗でした。私も夫も不妊治療に対して関心が低かった事、子供はタイミングさえあれば自然に授かるものと思っていた事、そして何より平凡な二人だけの楽な生活が長かった。夫の意識の中には子供が欲しいという感覚は薄らぎ、赤ちゃんの事を話題に振っても歯切れの悪い返事でした。それとは逆に私は子供のいる家庭を見ては羨ましく思い、あんな生活がいつ自分にはやってくるのだろうか不安と苛立ちと焦りの中にいました。40歳になり、地域の検診で子宮に筋腫が見つかり早々に病院

を受診。医師に言われるがままに手術の日程まで決まっていたのですが40歳にしてはまだ赤ちゃんを望む私と医師の意見にずれがあり土壇場で中止。"もしあのまま手術を受けてたならば私には子宮がなくなっていたのかもしれない"胸の中で封じ込めていた妊娠への思いが一気に吹き出しました。早速不妊検査のできる病院へ行きました。結果は卵管が両側とも閉鎖されているという事がわかり状況的に言えば子供を授かる手段は体外受精しかなく、夫を呼び医師から事実を伝えてもらいました。泣きながら必死で治療への協力を頼む私に、口数の少ない夫から返ってきた言葉はこうでした。「不妊治療までして子供は欲しくない。なぜ、今更この年で・・・。」その言葉の裏には老いていく自分達を見つめろ! 現実を見ろ! と夫は夫なりに目を赤くして必死だったと思います。

40代という消せない現実、体の衰え、治療にかかる費用を含めた生活財力、現実的に考えれば夫の言う事は決して間違っていないと思います。でも、でも、どんなに無謀な事だとしてもやってみないと分からない、見えないものがあるはず。二人の赤ちゃんをこの手に抱きたい、夢を現実にしたい、そんな切実な思いは理屈ではなく、私の子宮の奥深いところから湧き出てくる感情なんです。しかし常識に夢が潰されていく、言いようのない悔しさを心の底に残し夫婦と言えども本当に自分の気持ちを相手に伝える事がどれほど難しいものか、そのもどかしさをイヤという程感じてしまいました。笑顔も会話もあった家の中が一変しました。日常の会話も私からの一方通行、何も受け入れようとしぬい怒り心頭の夫の気持ちは時間に任せるしかすべがなく、もうこの話しもこれまでかと思われました。そんな状況の中季節だけは淡々と過ぎて行きました。

夏のある日、私の元に届いた同級生からの暑中見舞い。彼女のその便りには「〇月に女の子が授かりました」と書かれていました。彼女は長い不妊治療の末、体の弱い自分に限界を感じ治療を断念、その後養子を迎えるという選択をし30代の後半で一人今回もう一人と縁組をしたのでした。涙があふれました。全身の血が逆流する様な苛立ちを覚えました。彼女は努力をして今の幸せを掴んだ、なのに私は何も行動していないじゃないか。夫に対して逃げ腰で消すに消せない思いを抱いたままに悶々としていた日々を強く後悔しました。そして今までに体験のない神経の回路が狂いそうな位ギリギリの状態になりながら私は夫に気持ちをぶつけました。二人の生活から、"家族"になりたかった私の想いを・・・。

そしてとても遅いスタートとなりましたが、私達の不妊治療は始まりました。諏訪マタニティーへ来て吉川先生の診察室を二人で訪れる事が出来た時は見るもの全てに感謝の気持ちで一杯でした。不妊専門の病院という事で私達患者のためにはいろいろな配慮がされていますが、女の私でも外科や内科にかかるのとは空気が違います。治療のためとは言え、男性である夫とすればそこへ足を踏み入れる事はさぞや落ち着かなかったと思います。

治療では4年の間に5回の妊娠反応がありました。いずれも数値は低く形にはならなかったのですが、例え数値上の妊娠であってもやっと宿ってくれた小さな命。言いようのない切ない思いで胸が一杯になります。命の尊さ

やもどかしい程はかない事、生かす事の難しさを身に染みて感じ考えさせられました。友人、知人に次々と赤ちゃんが出来て幸せ一杯を横目に見ながら、"どうして赤ちゃんが出来ないの、育ってくれないの、どうして私じゃ駄目なの、あと何年、何回治療を続けたら、どれだけ泣けば赤ちゃんが授かるの"と心の奥で叫びながら自分には一生幸せのお腹は訪れないのではと胸が詰まり、一人置いていかれるようで悲しくなる時もありました。あの頃もそして今現在も、夫の気持ちや言葉は大きなプレッシャーです。受精ならず妊娠に至らずと治療して来た時間が無意味と化した時、思い切り年齢と時間に押し潰される自分がいます。この年齢で不妊治療をしていく事は、実年齢に負けず身体年齢と真っ向戦っていく位の強い精神力や常識を撥ね除ける気丈な気持ち、前向きな明るさが必要だと思いました。

治療の辛さを紛らわすべく、仕事も始めました。幸いにして職場での人間関係に恵まれ、こんな私でも必要とされて家庭の他に自分の居場所が作れた事はささやかな喜びとなりました。そしてこのとり相談室へ寄れば、一人きりで治療しているような感覚でギスギスしてしまう私が柔らかい気持ちになり心に変化を感じます。夫にも辛い時、悲しい時に思いを言葉に出して伝えられるようになり、この頃は話の内容や状況を見て夫が言葉を返してくれるようにもなりました。それがとてもやさしく聞こえ、本当にうれしい！心が温かくなるのです。心根はやさしい人です。赤ちゃんが授かればきっと心から笑ってくれる、そんな日が一日も早く来るようにと願っている私です。

不妊治療は女性が主なものですが、夫の協力なしではできない精神的、肉体的にストレスの多い大変な治療です。お互いを思いやり助け合う事で辛い治療も頑張っていける。夫婦のあり方、相手の存在について治療を始めた事で初めて深く考えた私でしたが、心に思っているだけでは何も生まれないし始まらない事を痛感しました。この先も悩みはまだまだあるでしょうが今は私の不妊治療にかかわってくれている皆さんに感謝し状況の許す限り治療を続けてみようと思います。頑張れ、私！です。



〈Y・Mさんの場合〉

私は3月で41歳になります。妊娠を待つ身として、微妙な時期を迎えました。治療を始めたのは32歳で8年になります…と言っても、8年間しっかり取組んだのではなく、ブランクがあります。今回は3年のブランクからの再(々?)出発です。

諏訪への引越しで最初の病院から諏訪マタを紹介して頂き体外受精をしましたが妊娠に至りませんでした。そして今から3年前にまた引越しとなり、自分自身では通院を続けるつもりでいたのですが、職場への通勤も長距離となりその他の事も重なり半年が過ぎてから治療再開を主人と話し合いました。そして「子供のいない人生だっていいではないか！考え次第では」となり、積極的治療にピリオドをつけることになりました。私の心の中では、子供がほしい！でもいつかは諦めなければならない！の相対する考えがあり常に行ったり来たりでした。治療は二人の気持ちが揃わないと辛いものです。なので「諦めるしかないのだ！」と

自分自身に言い聞かせて過ごしてきた3年間でした。そして40歳を迎えわかっていたこととは言え体の限界を目前にした時、もう一度、もう少し頑張りたいという気持ちが芽生え、主人に再び話をしたのです。が、もう結論を出した事なのだからと言われ諦めるしかないと思っていた、そんな私の背中を押してくれたのは昨年11月に縁あって同居を始めた1歳の猫でした。一緒に過ごすうちに、自分の中の母性に気づき、主人の子煩悩な面を目の当りにしていてもたってもいられなくなり、気持ちを無理に抑えようとしていた事から自分を解放しました。動物が心を癒してくれて、なおかつ私自身を動かす原動力をくれたのでした。子供が欲しいという気持ちに、子供からも癒されたいという気持ちがプラスされ諏訪マタに足を運んでいました。体外受精では最先端の医療技術を受けるのですが最後は神秘の世界、運と縁になります。吉川先生を始めとするスタッフ方々のお力と、人招きする猫の縁で最後のもう一度を頑張ろうと決心を固めました。結果はあとからついてくるものなので、出来るところまでは「諦め」の言葉を返上して一歩ずつ進んでいきます。

振り返ってみると、ブランクはいろいろな意味で気持ちを整理する期間になっていました。3年は長過ぎますが充電時間というものには必要だと感じます。今ならブランクとして期間を置くやり方ではなく、「このとり相談室」が充電に最適だと実感しています。隔月で発行される「倶楽部-Kounotori」新聞のNo3, 4を読んで、創刊号とNo2も読みたくなり近くにいたスタッフの方に声を掛けました。そして、待合場所のすぐ後ろが相談室であることを知りカウンセラーさんに招かれました。時間外にもかかわらず、気持ちよくバックNoの新聞を印刷して下さり嬉しかったです。一歩中に入ると、張詰っていた自分を丸ごと受止めてくれる所でした。5年前に諏訪マタで知り合った友人と、「諏訪マタに、精神的なフォローをしてくれる所があったら最高にいいね」と話していたことを思い出しました。せっかく開設して頂いた相談室を利用しない手はありません。ブランクで気持ちの整理をつけたと思っていましたが相談室で話をすることでもっと楽になりました。そして相談室は、自分の中に溜まったものを吐き出させてくれるだけではありませんでした。治療過程で生まれた疑問や勝手な思い込みに対して、培養士さん、看護師さんまでも呼んで下さり、丁寧に説明して頂けるのです。私はあらためて前回の培養状態を説明して頂きすっきりしました。実は全然違う解釈をしていた点もありました。不安や疑問は、たとえ小さくても次のステップに持込まずに相談室で脱ぎ捨てて、楽な気持ちで望めば自然治癒力も高まり良い方向に進むのではと思います。治療をされる方全員で分か合いたい気持ちです。今回私は言葉や文字として気持ちを体外に発散することで、大切に思うこと、脱ぎ捨てた方がいい事ははっきりして自分が本当に望む方向が明確になりました。気持ちを整理し再認識できたり心をもっと軽くしてくれるこのような場所を開設して頂いた諏訪マタの皆様は心より感謝しております。本当にありがとうございました。





ちょっとお茶でもいかがですか？
日頃皆さんの思っている事やつづ
やきをのせていくコーナーです。

🌸 A・Kさん 🌸

昨年、結婚10年目にして吉川先生のお力により待望の赤ちゃんを授かることができました。双子の妊娠ということで喜びも2倍だったのですが、残念なことに7週目に1人の子の心拍がとまってしまいました。その後、12週に入って流産した子の影響で出血。位置関係が悪くなくて元気な子も大量の出血の場合一緒に流産してしまうかもしれないとの診断で入院することになりました。一ヶ月の入院生活は不安でいっぱいでしたが毎日の心音を聞くのはとても楽しみでした。同室の方も偶然同じような経験をしてきた方だったので他人事とは思えなく、その後その方が無事に双子ちゃんを出産された時は本当に嬉しかったです。今でも仲良くさせてもらっていますがその時の入院生活は大切な思い出です。お腹に残ったもう一人の子は何とか頑張ってくれて16週に入って退院。その後、20週にまた出血をして1週間入院し退院後は毎日の生活も極力安静を心がけ食事や体重増加も気をつけていました。しかし23週に今度は妊娠中毒症になってしまい3度目の入院となり、そしてなんと24週0日に思いも寄らず早産になってしまったのです。本当にまさかでした。ここまで頑張ってくれていた子をこんなに早く産んでしまったと。

転送された先ではじめて我が子を見た時は、あまりの小ささに3日間涙が止まりませんでした。生まれた時の健康状態は良好でこのまま何もなければ元気に成長できるとのことでしたが、3日目に院内感染にかかってしまい結局この子は13日しか生きることができなかつたのでした。この13日間は私と夫にとって一生忘れられないかけがえのない日々となりました。毎日会いに行くと、私の小指の爪ほどしかない手で信じられないくらい力強く握ってきたり、母乳を含んだ綿棒を自分で握ってチュパチュパしたり。愛おしくてたまりませんでした。何よりも嬉しかったのは、黒目がちの大きな目を開けてくれたこと。病気にかかってから、日々悪化していく娘の姿を見るのは胸が張り裂けそうでしたが娘は本当に頑張りました。あの子にはいろいろと教わりました。生きようとす力強さと、あつという間に亡くなってしまう儚さを目のあたりにして命というものの重さを考えずにはいられませんでした。その後の1年間を私はやっとの思いで過ごしてきました。本当に辛くて悲しかった・・・半年くらい不眠症で寝られず、過食症にもなってしまいました。太った自分の体が妊娠しているような錯覚さえ覚え、かえって心地が良い位でした。赤ちゃんはすぐに欲しかったのですが帝王切開だったこともあり、1年おいて娘を出産した日から不妊治療を再開しました。吉川先生をはじめ、諏訪マタのスタッフの方が温かく迎えてくださったことが何より嬉しく励みになりました。また、新たにこうのとりの相談室が開設されていて私はすぐにお邪魔しました。早産の不安や、これからの治療のことなどい

ろいろ話しているうち時間はあつという間にたつてしまいました。親身になって話を聞いて頂き辛かった1年間で癒されていくのがわかりました。

今回の不妊治療は、相談室ができていたこともありとっても楽しくできました。太ってしまったのでダイエットも兼ねて自転車で通院したり、不安や悩みを相談できる場所があることがどれだけ救いになるか・・・。そんな私の気持ちの変化がきつといい方向に向かったのだと思います。妊娠はあつという間にすることができました。現在妊娠4ヶ月。まだまだ不安はありますが妊娠できたことにまず感謝してます。日々成長してくれている我が子がいることに幸せを感じて楽しく過ごすよう心がけています。最後に、昨年について赤ちゃんを授けて下さった吉川先生には感謝の気持ちでいっぱいです。今年は、元気な我が子を先生に取り上げていただくことを目標に頑張りたいと思っています。そして私から皆さんへ、もし相談室に行くことをためらっている方がいたら是非勇気をだしてドアを開けてみませんか。きっと晴れやかな気持ちで通院できるようになると思いますよ。そして1人でも多くの方に赤ちゃんが訪れることを心から願っています。



相談室のスタッフが  皆さんの質問に
お答えします

相談室での相談やメール相談の中から多
いものを載せていくコーナーです。



Q 〈月2回開かれてる説明会は出た方がいいの?〉

A 外来では時間がないので説明しきれない内容を説明会の時間を使ってやっています。強制ではありませんが参加して頂いた方がいいかと思います。予約制になっていますので受付に御連絡下さい。