



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ぶ
やきをのせていくコーナーです。

🌸 K・Hさん 🌸

楽天的で自称明るい不妊婦の私は諏訪マタに通院してまだ一年にも満たない新米ですが、相談室が大好きで来院した時は必ず足が向いています。治療としては5年目で年齢は35才。現在はいかにも主婦ですという顔をして日々過ごしていますが、以前は警察官なんていう仕事をしていました。当時女性刑事は珍しく、刑事をやっている自分が大好きでやりがいを感じていました。そんな私も同僚と結婚し、彼が望んだ通り家庭へ収まる事に。こんな有能な刑事を辞めさせるなんて今思えば浅はかだった!? というのは冗談として、仕事を辞めた事をものすごく後悔したのは事実なんです。この後悔が今の私のエネルギー源になっています。何かに打ち込んでいたい、勉強する事、向上心を持つ事をやめたくない、治療もするけどとどまっていたくはない、やりたい事、挑戦したい事を治療を理由にあきらめたくない。結局そういう自分が好きなんですよね。そんな私が最近挑戦し始めたのは社会福祉士の資格を取る為の勉強。警察官を自分が納得するまで続けていれば今こんな風に仕事に執着しなかったのかもしれない。けれども思う存分出来なかったからこそ、いつになっても夢を追い続ける事が出来るし治療に対してもちょこっと離れた目線でポチポチと続けていかれるのかも。〔これは今こうして書いてみて初めて気づいたんですけど〕

流産の掻爬の後意外とケロツとしていて友人に「普通はもっと落ち込むもんだよ」と言われたり妊娠反応がマイナスだった翌日に、御柱の木落しの観覧チケットをゲットする為に早朝から寒空の下を並んでいた。楽天的なただ単純におバカなのか私ってあんまり落ち込みがつかないんですね。何か次の事次の事へと目が向いてしまう。

待合室で無言で座っていたりするのもしもも苦手で"今日は暖かいですね"とか"混んでますね"とか話しかけたりする事もあります。「そうですね」と一言返してもらえるだけでもすごく嬉しいんです。プラス微笑みなんていう状態だったらもう最高にHAPPYです。今日診察の時、吉川先生が笑ったな・・とか考えて一人でウキウキする事もあります。見ず知らずの人と治療の事を話すのは抵抗のある事だけどこんな些細な会話で救われる時もあると思うんですね。そんな会話をきっかけに更に話しが進んでいけばいいなあなんて事を思う事もあります。相談室を通してそんな仲間ができるっていうのもありかなっ。

最後に私がいつも心に留めている事を書きますね。『人は悲しいから泣くのではない。泣くから悲しくなる』。自分もそして周りの人も、幸せな顔をしていれば幸せになれる。だから私は笑う事を忘れない。へこんだ時も笑ってみると楽しい事や美しい物に目が向いたりもする。卵を戻した後、例え数日でも妊婦なんだなあと思っている私はやっぱりお気楽なやつなんだろうけど、こんな人もいと笑ってもらえたら嬉しいなあ。どんどん笑って楽しい気分になりましょうよ。そしたらきっと・・。ホップ・ステップ・妊婦！！

相談室の
スタッフが



皆さんの質問に
お答えします



- Q, 相談室ではどんなスタッフの方が居てどんな事を相談にのってくれるのか具体的に教えてください。
- A, 皆さんのご相談内容によって担当が分かれています。治療の上での心配事はお気軽に相談室へどうぞ。

看護師は治療全般、お薬の相談をうけます。
今は外来に週2回午前中だけの勤務
ですのご相談は予約にてお受け致します。

培養士は三人おります。
主に体外受精や人工授精に関する御質問にお
答えしています。"今回の精子や卵の状態はど
うなんだろう?"とか"胚盤胞移植って何?"etc
こんなお悩みの時には私達を呼んで下さい。

皆さんの質問にお答えできるスタッフをおつ
なぎするパイプ役と、心の問題について担当
させていただきます。相談室にはいつも私がお
ります。カウンセラーです。

倶楽部-Kounotori 2004. 6.1 Vol. 7

倶楽部-K

発行人: 吉川文彦
編集: こうのとり相談室



HEART to HEART

tea time

Q&Aおしえてのコーナー

3~4月こうのとり外来の成績

INFORMATION

編集後記

HEART to HEART

タイミング療法から体外受精へのステップアップについては不妊治療の中で皆さんがとても考える時だと思えます。今回は3人の方からそれぞれの体験談を頂きました。

『治療をステップアップをしてみても』

〈Oさんの場合〉

体外受精は赤ちゃんを授かる最後の手段であり精神的、肉体的に相当な覚悟が必要なものに思われてた私



結婚して10年、不妊治療を始めてから9年目で諏訪マタニティークリニックの吉川先生はじめスタッフの方々のお力により、お腹に2つの命を授かることが出来ました。妊娠6ヶ月に入った今、こうのとりの外来は卒業です。お世話になった吉川先生とお別れし、何度も訪ねた相談室にも伺えないかと思うと寂しい気がします。

この9年の不妊治療の間いくつかの病院で治療を受けました。諏訪マタに初めて受診したのは3年前。それまで通っていた病院ではタイミング法や人工授精を行いましたが一度も妊娠に至らず、体外受精で子供を授かりたいと思い実績のある諏訪マタを選びました。しかし既に30代後半になっていて、一日も早く子供をと切望しながら、一方でこの年で出産して子供をきちんと育てられるだろうか、子供をあきらめて夫婦ふたりで過ごした方が幸せなのではと迷う気持ちもあり心が揺れていた時期もありました。そんな気持ちでいたので、体外受精を考えていると吉川先生にお伝えしながらも、その時は踏み切れず、仕事が忙しかったこともあり3ヶ月で治療をやめてしまいました。

私にとって体外受精は赤ちゃんを授かる最後の手段であり、同時に精神的、肉体的に相当な覚悟が必要なものに思われました。今まで通った病院で様々な治療を受けていながら結果が得られず、期待と落胆を繰り返し、治療すること自体が恐くなっていました。もし体外受精へとステップアップしても成果が得られなかったら、運良く妊娠しても途中で流産したら、今まで以上に傷つきもう立ち直れないのではとステップアップする勇気を持てずにいました。

それでも去年の秋、40歳までは治療を続けようと、40歳を治療の区切りと決め、体外受精を考慮に入れての治療を再開しました。2年半ぶりに訪れた諏訪マタには、患者のメンタル面をサポートするこうのとりの相談室が開設されていました。体外受精を希望する患者は、相談室へ寄るようになっていて、体外受精を迷っていた私もそのドアを叩きました。

漠然とした先の不安を怖がるよりもステップアップして前向きに治療する方が私らしいと感じた

その時、カウンセラーの方を前にして出てきたのは言葉よりも多くの涙でした。ポロポロと流れる涙を止められず、恥ずかしく思う私に、その方は「今まで頑張ったよね」と声をかけて下さいました。長い不妊期間の中で言葉に出来なかった辛さや不安が心にたまり、それが大きな固まりなって、心の中にぎゅう

ぎゅうに詰まっていたのです。

その固まりも相談室での温かい言葉によって溶けていったように思います。治療が辛くて不安だと泣ける私が本当の私。漠然とした先の不安を怖がるよりも、ステップアップして前向きに治療する方が私らしいと気づきました。

数日後、今度は夫婦そろって相談室に伺い体外受精の詳しい説明を聞きました。何人ものスタッフが私達の疑問や不安に対して誠意を持って説明してくださり、体外受精への十分な理解が出来ました。また本当に子供を望んでいるのか、子供を持つ意味を改めて考える機会にもなったと思えます。私以上に熱心に話を聞き質問してくれる夫の頼もしいこと。メンタル面を重視してくださる先生、スタッフの姿勢に、絶対の信頼をおけると確信し、今ならステップアップしても2人で励まし合いながら頑張っていけると自信を持つ事が出来ました。ステップアップして成果が出るまでには何回ものチャレンジが必要と覚悟を決めた私達でしたが、なんと1回の体外受精で妊娠する事が出来ました。今はまだ妊娠半ばで、これからのトラブルも考えられますが、何があっても諦めず頑張れる気がします。

9年に及ぶ不妊治療の間、自分の中で複雑に絡み合った感情が、こちらに通院し相談したことによって整理され私自身楽になりました。それが体外受精への決断となり、今回の良い結果を生んだのだと思えます。もしもっと前にステップアップしていたら、こちらに通い始めた3年前に…そう考えてもしませんでした。

私たちの決断は遠回りだったかもしれませんが、やっぱり「今」がその時だったと感じているのです。今だからこそ夫婦の絆の強さを実感出来たし、大きな喜びとなりました。多くの人の助けを借りて成り立った妊娠だから、この命が愛おしく、大切に育みたいと感じるのです。そう思えるのも苦労した今までがあるからだと痛感します。私たちの決断が他の夫婦に当てはまるわけではなく、私達のように悩む夫婦の最終手段が全て体外受精とも思いません。ただそれぞれ納得のいく方法で、不妊に悩む方がひとりでも多く、1日でも早く、その悩みから解放されればと思います。先生と相談室の力を借りる事で、自分を楽にして治療に向かってもらえたらと願っています。



〈Kさんの場合〉

2時間半の説明会とはとても詳しい内容で本などで調べてもわからなかった事が理解できた

30歳までに子供は2人…。結婚当初はそう思っていましたし、まさか自分が不妊治療を受け体外受精をする事になるとは思ってもいませんでした。ずっとつけていた基礎体温が乱れたのが気になって産婦人科に通い始め半年程経った時、先生に「お子さんを望んでいるなら検査を受けてみませんか？」と言われ、軽い気持ちで検査を受けたのが治療を始めるきっかけでした。検査をすすめる中で1つの原因が見つかる、その後の検査は打ち切りになりました。その時に先生に言われた言葉は体外受精以外に方法はないというものでした。タイミング指導をしてもらおうという軽い気持ちで始めた検査だったため、いきなり体外受精と言われてもすぐに受け入れる事は出来ませんでした。

その後、引越を期に新しい病院で私達の希望のAIHをしていく事になりました。6回目のAIHが失敗してからは、6回目以降は成功率が1%だからと治療のステップアップを勧められるようになりました。夫は体外受精には反対だったため、それから更に半年ほど続けましたが10回目が失敗に終わった日にもう結果の出ないAIHはしたくないから治療をやめたいと夫に話しました。その時夫から返ってきた言葉は意外にも体外受精を試してみたいというものでした。体に負担をかけてするのだから成功率が高いほうがいい、実績のある病院のほうが安心だという考えで諏訪マタに通う事に決めました。

早速診察に行き、説明会に参加しました。2時間半の説明会とはとても詳しい説明で、本などで調べても分からなかった事が理解できました。しかしやっと体外受精を受けられるという喜びの反面、私はひどいアレルギー体質があり頻脈で普通の方よりも脈拍が速いので麻酔やその後の薬に絶えられるかなど色々心配な事があり、体外受精をするという事に恐怖感をもつようになりました。これしか方法がないのだから…と自分に言いかけようとしても恐くて恐くて恐怖感はなくなりませんでした。そして不安を少しでもなくしたいと思いきやこのとり相談室に相談に行きました。私が疑問に思う事や不安を書き出して持って行き、2時間ほどかけて培養士さんに一つ一つ教えて頂きました。その場では分からない事はスタッフの方が先生に伝えておいて下さりその後の診察時にきちんと答えて頂きました。それで安心して採卵当日を迎える事ができました。

採卵当日は採卵前の点滴がなかなか入らず気持ちが悪くなり冷汗もでて座っていられなくなってしまいました。すぐに看護婦さんと呼んだところ、ベッドで休ませてくださり私の手を握って脈拍を取りながら「大丈夫よ。大きく息を吸って」と励まして下さって落ち着くまでずっと手を握りながら横にいてくれました。手術室に入ると不思議と恐怖感もなく採卵を受ける事ができました。あれほど恐かった採卵ですが、手術室に入り麻酔が効くとすぐに眠ってしまい気がついた時はリカバリールームのベッドの上で何事もなく無事に終わり胚移植までできました。今回は判定前の体の状態から多分ダメだろうと覚悟をしていましたが、体外受精さえすれば妊娠するという思いもあって、期待していた分ショックは大きかったです。診察室を出た途端に涙が溢れだし相談室に入りました。ステップアップは精神的にも肉体的にも経済的にも大変です私達は決心するまで一年半かかりました。しかしステップアップした事によって希望が持て精神的に余裕が持てるようになりました。今まで数々のハードルを乗り越えてきたので、これからも赤ちゃんをこの手に抱く日まで同じように頑張っていこうと思っています。



〈Nさんの場合〉

ステップアップをして見えた事の一歩は自分が少しながら前向きに素直になれた事



「不妊治療」というものを始めてから何度人と比べては自分の体を情けなく思ったことでしょうか。生理が来ると排卵日を気にし、排卵日後は次の生理が来るか気にするという繰り返しでいつもイライラしていました。先生に毎回排卵日まで教えて頂いてるのにどうして妊娠しないのか、子供好きな主人を思うと申し訳なく落ち込み、それなのにその主人に少しの事でそのイライラをぶつけてしまっていました。また通院の為仕事を休むのにその理由をその都度考えるのも苦痛になっていました。私が体外受精をやりたいと口にした時、主人もすぐに賛成してくれ2人で体外受精の説明会に参加し、体外受精は子供が欲しいという希望をかなえる道の一つという考えを持ちました。しかし、なかなか妊娠出来ずに苦しんでいる私の姿を、夫が見るに見かねて、という判断もあったのかもしれませんが。今回は胚移植まで行きましたが、採卵から判定までは結果を良く考えたり悪く考えたり、毎日とても気持ちが落ち着きませんでした。薬によるものか体調もすぐれなかったのですが、職場ではいつもとかわりなく動かなくてはなりません。しかし何か今までと違って自分が「妊娠」ととても近いところにいる気がして辛さを感じない時もありました。さすがに判定日近くになると怖くて仕方なかったのですがそんな時以前「倶楽部-kounotori」の中でこの時期の不安な気持ちのことを書かれていたのを思い出し「こういう事だったんだ。みんなそうなんだ」と思い少し心強くなりました。それと私がこのチャレンジをして良かったと思える理由にこうのとりの相談室を利用させて頂いた事があります。以前から私の治療位では相談室を利用するレベルではないのではないかと思ってました。ですからステップアップにあたる一連「流れ」で入ったのが初めてだったのですが、何とも暖かい雰囲気でも迎えて下さり、そこで私は、今まで思っていたいろいろな事を自然に話し出していました。その中で主人に当たっては自己嫌悪するという話をした時、「自分がいけないと感じている事があるのならばこの機会に治療と自分、両方のステップアップができればいいね」。その言葉に私はその場ですぐにはどうすればいいかと具体的には分からなかったのですが、不思議なことに"そうしてみよう"という気になったのです。すると胚移植後の体調の悪い時、気持ちの不安定な時、主人が心配し気遣ってくれるのを素直に感謝するようになっていました。主人は主人なりにいつも自分には何が出来るか考えていてくれたのに、私は不妊治療を一人で抱え込んでしまっていたのかもしれませんが。このように自分が少しながら前向きに素直になれたのは今回ステップアップをして見えた事の一歩だと思えます。とは言っても毎日そういう風にられる訳ではなくまだまだなのですが…。そして今回主人と共に気づく感じたことなのですが、不妊治療をしていくにはまず自分達が心身共に元気でいなくてははいけませんね。この治療がいつまで続くのかと考えると本当に不安になりますが、私たちが楽しく暮らしていればそのうちこうのとりが我が家にも飛んで来てくれると信じています。私たちには夢を叶えるのに諏訪マタという心強い味方があります！いつでも対応してくださるスタッフの皆さんに感謝しながら、主人と「2人」で頑張っていきたいと思えます。