



HEART to HEART tea time

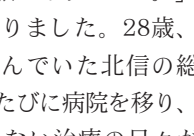
5~8月このとり外來の成績 編集後記

HEART to HEART

『40代、私達の選択』

(Nさん)

ああ、そうだった。私は自分のこの感情にきちんとまだ向き合っていなかった。ちゃんと納得していなかった



「あなた方ご夫婦の場合、間違っても自然妊娠はありません。」その言葉が、私達の不妊治療の始まりとなりました。28歳、結婚3年目を迎えた春のことです。当時住んでいた北信の総合病院からはじまり、その後は主人の転勤のたびに病院を移り、いつ終わるのか終えられるのかさえわからない治療の日々が続くことになりました。ただひとつ「いつかは絶対に私達の子どもが健康に育つ」そう信じて気持ちだけが支えてました。しかし現実とはどうも厳しいものでした。もう、今となっては覚えていないほど繰り返したA I Hでも一度として妊娠反応は出ないまま。そして3番目にお世話になった病院で体外受精を勧められ、採卵から胚移植までを都内の有名病院で受けることになったとき、私は33歳になっていました。体外受精を、しかも一時的とは言え都内まで通うとなると、精神的、経済的負担はかなりの比ではありません。そして治療に対する不安をも抱えたまま受けた2回の体外受精、特に2回目の胚移植は私にとって、思い出すと辛い経験になってしまいました。激痛を伴った胚移植の後、4時間以上出血がとまらず、私は痛みだけでなく病院への不信感を抱えて帰宅することになったのです。結果は2度も陰性。7日目にして大きな挫折がやってきました。痛みはもちろん、痛みを受けたときの状況に耐えられなくて、治療をあきらめてしまったのです。頑張ろう、頑張ろうと思えず、一生懸命になりすぎてせいもあつたのかもしれないですが、一度失くした気力はもう戻ってきませんでした。

転機が訪れたのは41歳のときです。その頃の私は、これからの人生を夫婦二人で暮らしていくのだと思っていました。そんなある日、友達が子供を連れて私の職場にひよこ顔を出しました。まだ産まれて数ヶ月の小さな赤ちゃんの手が、何気なく差し出した私の人差し指を思いのほか強い力で握り返してきたとき、自分でもびっくりするほど愛しく思いました。こんなことはよくあることなのに、母性とかいろいろのないその感情が涙と一緒にあふれてくるのを、そのときの私は抑えられませんでした。「ああ、そうだった。私は自分のこの感情にきちんとまだ向き合っていなかった。ちゃんと納得していません。」ちょうど私の母が吉川先生のことをTVで拝見して「あなたが女の赤ちゃんを産んだ夢を見たのよ。まだあきらめられずにいるのなら、最後のチャンスをつもりに行ってみたら。」と背中を押してくれたときでもありました。

その話を主人にしたところ「お母さんの夢、現実にしてあげたいね。」と言います。けれど、体外受精という言葉とともに蘇ってくるあの痛みの記憶が、そしてこの年齢で今さら、という思いがしばしば私を躊躇させました。「これは私たちの身勝手なのじゃないだろうか。万一、授かったとして、それでの子は本当に幸せなのだろうか？何より健康に産んであげられるのだろうか?」「でも、今のままで私はこの先、絶対に後悔する。」そう思って、42歳という遅すぎる不妊治療の再開を決めました。

初めてこのとり外来を受診した日の緊張は今もよく覚えているほどです。けれど、初診の日から問をあけず体外受精の説明会があり、吉川先生が強い信念でこの治療に向き合っているのが伝わってきたこと、そして患者である私たちはなお一層強い気持ちと責任が必要だと感じられ二人とも決心が鈍らなかつたこと、さらに採卵時と針で子宮に受精卵を戻す際には麻酔が使われることが採卵としては何より安心材料となり、諏訪マタニティクリニックで治療をお願いしようと決心する事ができました。

そして再開して最初の体外受精で初めての妊娠反応が出たのです。そのときの嬉しさは表す言葉が見つけれないほどです。しかし残念なこと、心拍を見ることなく稽留流産となり、年輪の壁を痛感させられました。その後一度妊娠しましたが、年齢の壁を痛感させられました。そして流産となってしまいました。振動性と言われたこともありました、HCGの値はとても低く、厳しい状況です。

「もう、考えどきかもしれない。」そう思い始めた頃、その日はたまたま土曜日で、急に仕事に戻る必要がなかった事もあり、初めて相談室のポストにカルテを入れました。

そろそろ、限界を感じ始めていると言いつつ「ここでせよなる人は、もう少しすっきりした顔しているんだ。今日のその表情では、まだおわかれは言えないかな」とカウンセラーさんは言われました。そこからは今まで心の中に溜め込んでいたいろいろな思いが、ときに涙と一緒にどんでん溢れ出していました。以前の治療で辛かった事、まだあきらめきれないけれどこの年齢で治療を続けていく事への不安。そんな私の傍らで、たた耳を傾けてくださった事がどれほど私の心を癒してくれていたことでしょうか。それまでの私は少しも効率よく事をすすめていくつもりが、気持ちにゆとりを持って、気持ち終われば早く仕事に戻らなくてはと、相談室に寄ることなど考えませんでした。が、その日をきっかけに、ときには仕事を代わってもらったり、家事も少し手を抜いてみたり、努めて時間のゆとりを持つように心がけました。そしてできるだけ相談室に顔を出すようになり、気持ちの整理をつけながら治療に臨むようにしたことで、心にもゆとりが生えてきているのを感じるようになりました。もちろん仕事で休むことはそんな簡単に簡単ではありません。誰かに負担をかけることになれば罪悪感となれば、返せる機会もあまるはずです。何より私にとって今一番大切なことは、限られた時間の中で心も身体もなるべくいい状態にもっていくこと、そのために作る時間は大切にしようと思えるようになりました。

治療についての疑問や相談にも丁寧に対応していただき、今では私にとって相談室は大きなより所となっています。今思うと、前回治療をやめたとき、こんな場所があったなら、もっと早く諏訪マタニティクリニックを訪れていたら、と思わずにはいられません。

今度こそ、やめる決心はきちんと納得してから。そうすることでようやく、この不妊治療を後悔しないものになると思うから

諏訪マタニティクリニックでお世話になってそろそろ2年半、最初の不妊治療からは17年、私は44歳になりました。私達夫婦の不妊治療はこれまで続くのかな、と考えるとき、いつかあきらめなければならぬ日があるかもしれないという現実からは逃れられません。でも今はまだ排卵もあり、可能性がゼロではないのだから1回1回の治療を大切にしたいと考えています。今度こそ、やめる決心はきちんと納得してから。そうすることで、この不妊治療を後悔しないものになると思うからです。もう一度この治療の期間、どれだけ話をし、喧嘩をし、笑い、泣いてきたことか。ときには相手の傷つけているのかも真剣に向き合ってきたのです。私が落ち込んでいって、とかばかしくなるくらいおかしなことを言いながら「ほらほら、おかしかったら笑わなくていいから、悪いよ。」とおどける夫に、「彼に良く似た子供がいたらどんなに面白くて楽しいだろうな。」などと思ったものだし、こんなことって、何度でもそう思うことでしょう。つらい現実と向き合う中で、夫と確かに会えた思い、そして絆はかけがえのないものだと思えます。

私達夫婦にとっ、諏訪マタニティクリニックの存在は暗いトンネルの案内人でもあるかもしれない、と思うときがあります。妊娠というゴールをもって笑顔で抜けられるかもしれないし、その願いは叶わなくて頭張った（自分たちなりに完走した？）という思いで振り返ることになるのかもしれない。いずれにしても、ちゃんとトンネルを抜けるために私達ができることは、先生を、スタッフのみなさんを、病院に信じて、自分達にできる努力をしながら前に進む事だと思います。

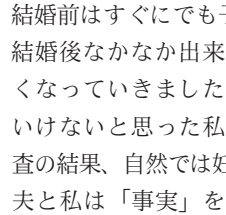
ここでは、患者にとって一番良いタイミングで治療をしてくださるので、そのために先生方をはじめスタッフの皆さんが抱えている負担は相当なものだと思います。相談室の存在、こまめに患者に配慮された環境、いつもそこにいたただけることは本当にありがたいことです。早くて早く、私達も与えられた機会を大事にしながら治療に臨みたいと思います。もししばらくお世話になりますが、どうぞよろしく願います。

そんな悲しむ私を見て、夫もさぞ心を痛め私の言動に傷ついていたと思います。現に夫も精巣精子回収後の痛みを感じていました。でもいつも私の気持ちも専念し、判定後の結果が駄目で沈んでしまう時は言葉少なに「専念があるさ」とやんわり慰めてくれるのです。そんな優しさをもらって、ありのまま自分を認めてくれる夫と、いつも励ましてくれる身内や友人、仕事の仲間、心を癒してくれる愛猫と愛犬、ささやかだけれど私の周りにあって幸せがあるじゃないと思える気持ちも芽生えてきました。それから私は訪問介護の仕事をしていました。不妊治療の事ばかりの日々ではないけれどと思える介護福祉士の試験にも挑みました。別の目標を持ちそれが達成できた自信につながったからです。仕事をしていますと健康のありがたさや、夫婦、家族のあり方などを考えさせられる事があります。また、不妊治療で感じられた私の切なさ、悔しさ、温かな思いを、この仕事のことで還元できればいいなあ、そんなことを思う時もあります。

人生にはいろいろな場面で試練がありそこでの努力が報われ、そんな事もあるけれど、試練を通じて自分の内面を見つめ、自分の在り方、生き方を考える機会にもなっているような気がします。その試練を乗り越えようと努力した経過が人の深みになっているのでは?そんなことも感じます。そして悔みが深く、自分だけでは抱えきれなくなった時、開放できる相手や場所があると、孤独感が薄らぎ、癒され、前へ進む糸口が見えるのかもしれません。そんなことかすれば、私は相談室と関わりを持ってこれたことは大きな強みだと思います。あの場でありのままの自分をさらけ出し、思い切り愚痴ることで、自分の気持ちを見つめ、気持ち、新たに奮い立つ勇氣をもらって、私が子を抱いた方、また現在は葛藤しながらも治療を頑張っている方の文章に毎回心打たれそこらも勇氣をもらってきました。

場数をこなしてきたせいか、開き直りもあるのかもしれませんが、以前より随分肩の力が抜けている自分があります。先々月9日目の治療に挑んだものの無念の結果となりました。判定を聞く前の時間ちょうどカウンセラーさんと話ができ、今回は駄目な予感があることや治療へのふんざりについて話しました。そこで私は、挫折しそうなことも今度こそ、と思って歩んできたが、一方で子供だけに執着しなくても違う形でこの人生が充実できるように準備をすればいいのかな、そんな風に考え始めている自分について話しました。カウンセラーさんはいつもと同じように静かな面持ちで話して耳を傾けてくれていました。その後「患者さんはみんな優しいなあと思う。期待通りに結果が出なくて落ち込んだでも、その何日後には新たな挑戦へと気持ちを立て直して来る。本當に自分の人生に真面目に向かっていると思って顔が下がる思いなんだよ」と言いました。その言葉は、私たちが患者の努力を認められているように感じてもううれしかったです。もうもろもろ葛藤はありますが、まだ私は諦めません。苦しいけれどまだその時、は来っていないかな、と・・・

休みを返し治療してくれる吉川先生やスタッフの方々と、相談室に感謝しながら、もう少し力を借りて粘ってみたいと思っています。がんばっている自分を褒めながら、諏訪マタで治療している皆さんと共にいつか喜びの涙を流す日が来る事を願って。



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ぜひ教えてくださいます。

★Kさん★

結婚前はなかなか子供が欲しいと話し合っていた私達夫婦ですが、結婚後はなかなか出来ず、そのうち二人の話から子供の話が少なくなってしまっていました。そして結婚してから2年後、このままではいけない私は私に話をし、相談室で検査の結果、自然では妊娠しないだろうと告げられたのです。この時、夫と私は「事実」を受け止めるときか出来ず、その後治療まで話を進めませんでした。いつのまにか夫婦の会話から子供の話は無くなりました。しかし、このことを何も知らない両親は違いました。「早く孫の顔が見たい」そう何度も聞いては言いませんでしたが、日常の会話の中から孫を待望していることは十分に分かりました。言葉にして伝えられない分、両親の優しさが逆に私を、とどめつらくて申し訳ない気持ちにさせました。

人工授精以上の治療という選択を告げられて1年半が経った時、意を決して今後の治療について夫と話しをしました。夫もこのままではいけないと思っていたらしく、きちんとした話し合いが出来て、治療には何でも協力すると言ってくれました。私達の場合は人工授精にするか体外受精にするか決めなければいけません。それぞれの治療にはメリットとデメリットがあります。子供は早く欲しいけど人工授精の妊娠率は10%前後。体外受精にすれば妊娠率は40%前後まで上がりますがリスクも多い。悩んだ末、1回だけ人工授精をし、それで妊娠しなれば体外受精にするという結論になりました。それを吉川先生に報告し1回目の人工授精を行いました。

正直、私は低い妊娠率の人工授精1回では妊娠しないと思っていたので、次の体外受精についていろいろ考えていたのです。ところがその1回で妊娠し、とてもうれしい反面信じられませんでした。でも確かに私の中で新しい命が育っていたのです。周りにいたスタッフの皆さんも一緒に喜んでくれました。もちろん夫にもすぐ連絡しました。普段感情をあまり表に出さない夫ですが、涙がぽろぽろと出てきました。その時、「私も喜びました。でも、その何日後には新たな挑戦へと気持ちを立て直して来る。本當に自分の人生に真面目に向かっていると思って顔が下がる思いなんだよ」と言いました。その言葉は、私たちが患者の努力を認められているように感じてもううれしかったです。もうもろもろ葛藤はありますが、まだ私は諦めません。苦しいけれどまだその時、は来っていないかな、と・・・

休みを返し治療してくれる吉川先生やスタッフの方々と、相談室に感謝しながら、もう少し力を借りて粘ってみたいと思っています。がんばっている自分を褒めながら、諏訪マタで治療している皆さんと共にいつか喜びの涙を流す日が来る事を願って。

★Mさん★

「入ってみようかな・・・」と思いつく、ドアを開ける勇気がなかなか持たず、何度も前を通りすぎている相談室。こころは辛い治療や難しい問題を抱えている人が入る、私のような者が入る所じゃない、そう思っていました。その頃の私は初診から1年経っていたけれど検査結果に大きな問題はなく、タイミングの受診を繰り返していました。結婚して5年、二人の生活はそれぞれに楽しく、不安と言え「私達の不妊治療はこの先どうなるの?」「この年齢で治療を続けていく事への不安。そんな私の傍らで、たた耳を傾けてくださった事がどれほど私の心を癒してくれていたことでしょうか。それまでの私は少しも効率よく事をすすめていくつもりが、気持ちにゆとりを持って、気持ち終われば早く仕事に戻らなくてはと、相談室に寄ることなど考えませんでした。が、その日をきっかけに、ときには仕事を代わってもらったり、家事も少し手を抜いてみたり、努めて時間のゆとりを持つように心がけました。そしてできるだけ相談室に顔を出すようになり、気持ちの整理をつけながら治療に臨むようにしたことで、心にもゆとりが生えてきているのを感じるようになりました。もちろん仕事で休むことはそんな簡単に簡単ではありません。誰かに負担をかけることになれば罪悪感となれば、返せる機会もあまるはずです。何より私にとって今一番大切なことは、限られた時間の中で心も身体もなるべくいい状態にもっていくこと、そのために作る時間は大切にしようと思えるようになりました。」

相談室に入って話しをした途端、涙が出て止まらなくなってしまいました。「こんなに一人でため込んでいたんだね、何でも話したいこと話していいよ」そう言われ体からすずと力が抜けていくのがわかりました。そしてその後には不妊の事に始まり、夫、家族、仕事と次から次へと言葉が溢れていきました。決して誰の前でも泣いてはいませんでした。それは、私の周りには特に悲しい現実もつらい境遇もなくあなたはこうあるべきと言う人は居なかつたこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。

その後しばらく相談室に通い話しを続けていくうちに「あれ?」と気がつくことがありました。それは、私の周りには特に悲しい現実もつらい境遇もなくあなたはこうあるべきと言う人は居なかつたこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。全て私が勝手に考えて勝手に悩んでいたことばかりだったこと。