

せせらぎ Se Seragi

不妊治療 について①

No.144号

発行日：2017年4月5日(水)

発行者：浮田 徹也



UKITA CLINIC

発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

☎077-574-3751 ☎077-574-3792

📠 HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉ e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

初めまして。浮田祐司と申します。院長の次男で、現在は兵庫医科大学付属病院の産婦人科に所属しております。今までは月に1度、浮田クリニックで不妊治療外来をしておりましたが、2017年4月より毎週金曜日の午後の不妊治療外来を担当させていただきます。

ひとえに不妊治療といっても、様々な方法があります。そのため、今日は不妊治療について少しお話しさせて頂き、今後気軽に浮田クリニックに足を運んで頂けたらと考えています。

💖 不妊で悩む全ての方へ

結婚したりパートナーができれば、子供をつくり、育てたい。そんな、将来を想い描いている方も多いと思います。けれど、赤ちゃんが欲しいと望んでもなかなか妊娠しない。

「何故自分にはできないのだろう」と、不安や焦りがどんどん大きくなっても誰にも言えず悩み続けている人も沢山いるかと思えます。不妊症の悩みは千差万別で、人にわかってもらえないことも沢山あります。ですから本人だけでなく周囲の人も不妊について正しい知識を身につけることがとても大切です。不妊症は、まだ未知の部分が多いとされています。そのため、考えられる問題点を調べていくのが一般的な病院側の不妊治療の進め方です。

しかし、それぞれの検査は「何のために行うのか」また「どんな方法で進めるか」そして、「わからないけど聞くのが恥ずかしい」などという事を抱えたまま治療を進めていくのは良くありません。また、最近は高齢で妊娠・出産する人が増えてきましたが、年齢が上がっても大丈夫、と思ってしまう人も多いようです。

確かにひと昔前は30歳以上が高齢出産でしたが、現在は35歳以上が高齢出産とされています。しかし、卵巣で作られる卵子の質や子宮の状態は30歳と35歳ではかなり違ってきます。

35歳を超えると受精率も着床率も20代に比べると1/2程度に下がってしまいます。さらに年齢が進めば、より受精・妊娠・出産率は低下しますから、同じ不妊治療や検査でも年齢に合わせた最適な条件で進めていく必要があります。不妊の原因になる問題の数多くは、最後までハッキリとした原因がわからない場合も少なくありません。結婚後なかなか赤ちゃんが出来なくて悩んでいる方はまずは一度病院にご来院ください。

💖 不妊症の定義とは

通常、問題がないカップルが妊娠を希望している場合、3カ月以内50%、6カ月以内に70%、1年以内に80%以上、2年で約90%が妊娠します。これに対して、ある一定期間、性生活を持っても妊娠しない状態を「不妊」といいます。たとえ不妊であっても、妊娠を望んでいないのなら、不妊としてとらえる必要はありません。

しかし、妊娠を希望し、かつ、子どもを授かるために医学的な治療が必要とされる場合は「不妊症」と呼ばれます。不妊の期間の基準はまちまちで、アメリカ生殖医学会は1年、国際産科婦人科連合は2年、日本では2年以上とするのが一般的です。

💖 不妊症の原因はほとんどが女性？

まずお答えしましょう。そんなことはありません。

昔は、妊娠しない理由は主に女性に原因があると考えられる風潮がありましたが、実際には男性も女性も同じ確率で要因となる要素があるのが現状です。そのため、1つ原因が見つかったからといって、どちらかのせいであるとは限りません。治療・検査の進め方や感じた事はしっかり相手を思いやり、自分の気持ちを伝え、二人で協力しながら治療を進めていくのがベストです。



まずは自分の排卵日を知ろう

自分の排卵日はご存知ですか？一般的には月経開始日から14日目に排卵と言われています。しかし、月経周期によっては必ずしも14日目ではない場合もあります。そこで毎日基礎体温を計測することで、ある程度自分の排卵日を予測することができます。女性の体では、一か月の間に様々なホルモン物質が分泌され、目まぐるしい変化を繰り返しています。この変化は体温に反映されるので、排卵日の特定だけでなく、自分の「基礎体温表」の記録から体内の異常や変化も察することができるのです。

基礎体温から排卵日を予測し、それに合わせて性交渉のタイミングを合わせることがタイミング法といいます。

基礎体温の測り方

基礎体温は、「婦人体温計」を使って計測します。「婦人体温計」は体内温度を0.01度まで細かく計測できるため、黄体期と卵胞期の体温差を正確に測定することができます。

そして計測時間についてです。目が覚めてすぐ、起き上がった後動いていない状態のまま計測します。夜12時ごろに就寝する場合には、6～8時頃を計測時間にするのが理想的です。測る場所は脇ではなく、舌下に挟んで安静な状態で計測するのが基本です。

目覚めた時のまま、横になった状態で舌下にはさみこんで咥え、できるだけ仰向けの状態で3～5分間静かに計測します。測り終えたらそのデータを基礎体温表に記入します。備考やメモとして、月経・性交・出血・下腹部痛・風邪・頭痛・薬の服用といった体調の変化などを記入しておきましょう。

月経期間は人によって違うので、始まった日と終わった日が解るように記入しておきましょう。月経時にはできない検査や排卵日に行う検査もあり、受診した時に診察や検査がスムーズに行えます。

基礎体温表の記入の仕方、記入をしたけどいまいち排卵日が分からないなどあればお気軽に相談しにきてください。最近はスマートフォンアプリでも基礎体温表があるみたいなのでそちらを活用してもいいかと思います。

以上お話ししましたが、これは不妊治療外来のほんの一部です。まだまだお話したい事はたくさんありますので、今後また更新できればと考えていますので楽しみにお待ちください。

浮田 祐司



妊婦健診 携帯またはパソコン予約

当クリニックではWEB(携帯・PC)予約システムを導入しています。日時指定のご予約が可能です。

妊婦健診WEB予約受付時間

午前9:15～午後12:15 午後4:45～午後6:45

ご来院窓口受付時間

午前8:30～午後12:30 午後4:30～午後7:00

○受付時間以内であればWEB予約受付終了後でも来院窓口に対応させていただきますが、予約の方が多い場合は待ち時間が長くなることがあります。

○予約の方は余裕を持ってご来院ください。

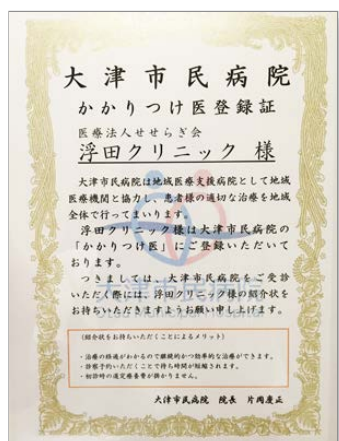


提携病院との密な連携診療

当院は、

- ・ 大津赤十字病院 産婦人科、新生児科
- ・ 滋賀医科大学付属病院
- ・ 京都大学医学部付属病院
- ・ 大津市民病院 産婦人科
- ・ 京都第一赤十字病院 産婦人科

の病院と提携していますので、妊婦さんや赤ちゃんに何かあればすぐに連携して診察に当たりますのでご安心ください。



分娩予約

妊娠20週までに 受付で予約をして下さい。ご来院がむづかしいようでしたら一度連絡を頂けましたら適宜ご対応させていただきますので、まずはご連絡下さい。予約された方には、入院誓約書、直接支払い制度合意書をお渡しします。

里帰り出産を予定されている方へ

当院は里帰り出産を受付けています。妊娠20～24週頃にスクリーニング外来(ママと赤ちゃんの状態をチェックします)にて診療いたしますので、ご予約お願いいたします。もし、時間の調整ができず、受けておられなくても里帰り出産は可能ですのでご連絡下さい。当院での妊婦健診は妊娠34週頃から受けて下さい。

産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方に、登録証を発行しています(妊娠16～22週)。詳細は受付でお聞きください。

健康保険証の確認

保険証は毎月確認することになっています。保険が使えなくなると困りますから、保険証の変更は早急に受付に連絡して下さい。

入院食(手作り)

厨房スタッフの作る心のこもった手作り料理です。旬の素材、味付け、メニュー...など、絶えず工夫し研究しています。パンも焼き立てを用意します。退院前日、当院4階のレストランでディナーをお楽しみください。



※写真は一例です

分娩生活

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています(帝王切開を含む)。調乳及び飲み水は還元水を使用しています。

ママクラスのご案内

場所: 当院 4階 多目的ルーム

申込方法: 申込ノートでご予約お願いします。



立会分娩ご希望の方は特に
ご参加をお薦めします。

(申込ノートにお名前の記入をお願いします。)

ママクラスでは院内冊子の
「HELLO BABY」にそって、
お話をすすめていきます。

ご夫婦でのご参加も多くご主人様もお気軽に
ご参加ください。

参加時には「HELLO BABY」「母子手帳」を
忘れずにお持ち下さい。

うきっこクラブ

当院で生まれた1ヶ月～12ヶ月の
赤ちゃんママの集まりです。
育児やおっぱい、離乳食について
みんなで話し合います。

【参加費: 無料】



ベビーマッサージ

赤ちゃんママのスキンシップです。
赤ちゃんが健やかに育つ・
ママと赤ちゃんの愛情が深まる
などなどたくさんのいい事が
あります。
当院ではわらべうた
ベビーマッサージを行っております。

【参加費: 500円】



パパママクラス

パパに妊婦生活を疑似体験して
もらい出産するママについて
学んでもらいます。

【参加費: 無料】



グラパパ・グラママ 孫育て教室

いくじ、いくばく目指して
おじいちゃん、おばあちゃんに
孫の育て方、今の育児の方法に
ついて知ってもらう教室です。

【参加費: 無料】



着帯教室

腹帯の巻き方にはコツが
ありますので、きっちりと
ご指導致します。

【参加費: 無料】



マタニティーヨガ

マタニティーヨガの
インストラクターによる教室です。
4階のお部屋からの景色も
お楽しみください。

【当院分娩の方: 1000円】

【他院分娩の方: 1500円】



マタニティーフラダンス

ハワイの大自然をお腹の
赤ちゃんと一緒に感じて
楽しいマタニティライフを
過ごしましょう。

【参加費: 500円】



HAPPY 1st BIRTHDAY

泣いたり笑ったりタッチしたり
あっという間の1年でしたね。
Happy 1st Birthday!
浮田クリニックでお生まれの
お子様達で1歳のお誕生日会を
しませんか?
皆さまの参加をお待ちしています。

【参加費: 無料】



ママベビーマッサージ

ママと赤ちゃんと一緒に楽しむ
産後のヨガ教室です。
産後の身体を整え赤ちゃん
と触れ合い親子の絆を深めましょう!
抱っここのコツも伝授します♪

【当院分娩の方: 500円】

【他院分娩の方: 1000円】



メディカルアロマセラピー

妊娠・産褥期でも安心して受けて
頂けるアロマトリートメントです。
100%天然素材 高品質の精油と
植物油を使用し身体にゆっくりと
浸透させながらマッサージを
行います。

【30分: 3500円】

【60分: 6500円】



ホームページ (<http://www.ukita.gr.jp>)

- ・トップページ (お知らせの欄、診療日程カレンダー)
- ・産科と婦人科のページ (入院、食事、各種教室、指導)
(癌検診、不妊症、更年期障害)
- ・漢方治療のページ (漢方治療)
- ・各検診と予防接種のページ (健診、ブライダルチェック、予防接種)
- ・当院の施設案内、当院への交通 (車、JR)

従業員募集

看護師、助産師(常勤、パート)
面接: 随時、各種保険加入、賞与: 年2回、交通費支給

外来用診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前診療 (9:00～12:30)							
妊婦健診(予約)	恵Dr.	恵Dr.	副院長	副院長 恵Dr.	副院長	副院長	—
産科・婦人科 不妊治療	院長 副院長	院長 副院長	院長 恵Dr.	院長 恵Dr.	院長 恵Dr.	院長 女性Dr.(交代)	—
漢方科	院長	院長	院長	院長	院長	院長	—
予防接種・胎児スクリーニング・漢方予約外来 (14:00～16:00)							
予防接種	院長	—	院長	—	—	—	—
胎児スクリーニング	副院長	—	副院長	—	副院長	—	—
漢方予約外来	—	—	—	—	院長	—	—
乳児健診	—	城山Dr.	—	—	—	—	—
午後診療 (16:30～19:00)							
妊婦健診(予約)	副院長	—	副院長	—	恵Dr.	—	—
産科・婦人科	院長	—	院長	—	院長 恵Dr.	—	—
不妊治療	副院長	—	恵Dr.	—	祐司Dr.	—	—
漢方科	院長	—	院長	—	院長	—	—

院長：浮田徹也、副院長：浮田真吾、祐司Dr.：浮田祐司、恵Dr.：浮田恵、女性Dr.：交代

- 女性医師外来：毎日対応します。
- 漢方専門医の漢方外来(月～土)：
内科、小児科、皮膚科、産婦人科、整形外科、耳鼻科、眼科など全科領域に対して、日本東洋医学会漢方専門医が診察及び東洋医学の治療をします。
来院順に診察します。予約外来ではありません。毎週金曜日「漢方予約外来(午後2時～3時20分)」を院長が担当します。
当院は、日本東洋医学会漢方専門医研修施設に指定されています。
- 産後母子健診：
火曜日・木曜日・土曜日：9:00～予約制　お一人様60分　当院退院後5日目の赤ちゃんとお母さんの状態の診察と保健指導を行います。
- 乳児健診：
毎週火曜日には、しろやま赤ちゃんこどもクリニック　城山医師による1ヶ月健診を行います。毎週月水曜日　は、院長による乳児健診を行います。
- 胎児スクリーニング外来：
妊娠20-24週の方。月曜日 水曜日 金曜日 午後2時～4時、1人20分前後。予約制。当院で分娩の方3000円　他院分娩の方5000円
- 予防接種 ワクチン接種外来：
インフルエンザ、BCG、四種混合(DPT-IPV)、麻しん・風しん(MR)、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib(インフルエンザ菌b型)、肺炎球菌ワクチン(小児用　プレベナー)(高齢者)、子宮頸癌予防ワクチン、その他
- 母乳外来(電話予約制)：
退院した後のママと赤ちゃんの母乳相談や育児相談をプロの助産師がサポートします。授乳や赤ちゃんの体重の増え方、ミルクの飲み具合等について何でもご相談下さい。当院で出産された方　3000円　　他院で出産された方　4500円
- 不妊外来(月～土　午前診／午後診)：
タイミング指導やホルモン治療や漢方薬治療や精子検査を実施。人工授精も行っております。兵庫医科大学医師の不妊外来は1月1回あります。
- 更年期外来(月～土　午前診／午後診)：
漢方薬やホルモン剤やプラセンタ等による総合的な診察を行います。
- 日本抗加齢学会専門医のアンチエイジング外来(月～土)：
更年期障害、産後乳汁分泌不全の場合は、健康保険での保険診療。その他のアンチエイジングの場合は、自費診療となります。プラセンタ注射、プラセンタ内服薬やドリンク剤等取り揃えております。その他、各種プラセンタ化粧品もありますのでご相談下さい。日本抗加齢学会専門医が対応します。
- コルポスコピー検査：
子宮頸癌細胞診で問題のあった方には当院で実施します。
- 助産師外来(月水金 午前中)：
当院の妊婦健診のうち、妊娠35週～36週頃の妊婦健診を助産師外来とさせていただきます。
皆さんお一人、お一人と触れ合いながら、おひとり 45分程度の時間(予約制)をかけ、「自分らしい」妊娠・出産・育児を創りあげていけるよう、
プランに沿った支援を心がけます。母乳育児にそなえておっぱいのお手入れの方法もお話します。妊婦健診補助券を利用します。
(ただし、大津市以外の方は差額をお支払い頂く場合があります。)

- 前・中期-ママクラス：無料（当院で分娩の方対象）
第1土曜日(10:00～12:00)　第3土曜日(13:30～15:30)
立合い分娩の方は特にご参加ください。
ママクラスでは院内冊子（HELLO BABY）にそってお話しします。
- 後期-ママクラス：無料（当院で分娩の方対象）
第1木曜日(10:00～12:00)　第2,3,4土曜日(13:30～15:30)
立合い分娩の方は特にご参加ください。
ママクラスでは院内冊子（HELLO BABY）にそってお話しします。
- パパママクラス：無料（当院で分娩の方対象）
第2,4土曜日(13:30～15:30)
パパに妊婦生活を疑似体験してもらい、出産するママについて学んでもらいます。
- 着帯教室：無料（当院で分娩の方対象）
第4火曜日(14:00～15:00)
腹帯の巻き方にはコツがあります。きっちりと指導します。
- グラママ・グラパパ孫育て教室：無料（当院で分娩の方対象）
第3水曜日(13:30～15:30)
おじいちゃんおばあちゃんに孫の育て方、今の育児の方法について学んでもらいます。
- マタニティーヨガ：当院分娩の方は1,000円、他院分娩の方は1,500円
前期第1火曜日(14:30～16:00)　後期第3火曜日(14:30～16:00)
マタニティーヨガインストラクターによる教室です。
- ママベビーヨガ：当院分娩の方は500円、他院分娩の方は1,000円
第2火曜日(10:00～12:00)
ママと赤ちゃんと一緒に楽しむ産後のヨガ教室です。
- マタニティーフラダンス：参加費500円
初回参加の方第2金曜日(15:00～16:00)　2回目以降の方第4金曜日(15:00～16:00)
マタニティフラを通じてお腹の赤ちゃんと一緒に踊りましょう。
- うきっこクラブ：無料（当院で生まれた赤ちゃん対象）
ジュニア第1木曜日(14:00～16:00)　ジュニア第3,4木曜日(10:00～12:00)
育児・おっぱい・離乳食についてみんなで話しましょう。
1ヶ月～1.2ヶ月の赤ちゃん。
- ベビーマッサージ：参加費500円（当院で生まれた赤ちゃん対象）
第2水曜日(10:00～11:30/13:00～14:30)
わらべうたベビーマッサージを通じて、ママと赤ちゃんのスキンシップを育みましょう。
- HAPPY 1st BIRTHDAY：無料（当院で生まれた赤ちゃん対象／該当月に1歳を迎える方）
第4水曜日(14:00～16:00)
赤ちゃんの1歳誕生日はもちろんのことママ1年のお祝いも兼ねた楽しいパーティーです。