



先輩ママからのお便り

結婚して2年、30歳の時に自然妊娠しましたが妊娠7週で流産しました。その後はなかなか妊娠せず、近所の不妊外来へ通い始めました。タイミング法で2度妊娠しましたが、いずれも妊娠初期に流産したため、岡山大学病院の不育症外来へ転院しました。スクリーニング検査では異常が見つからなかったため、低用量のバファリン内服のみを行いました。16週で流産となりました。はっきりとした原因はわからないままでしたが、33歳の時、5度目の妊娠となり、バファリンとヘパリンで治療を開始し、途中からヘパリノイドに切り替えて無事に第1子を出産しました。現在は36歳で、二人目を妊娠中です。ヘパリノイドで無事出産できるかな？と不安もありますが、頑張っ

流産を繰り返していた頃は、いくら検査をしても原因も見つからず、妊娠しても「また流産するのでは？」という恐怖におびえていました。「不育症かもしれない」と以前の病院で言われましたが、不育症の原因や治療法についての詳しい情報もあまり手に入らず、同じ悩みを持つ当事者同士の横のつながりも全くありませんでした。このため、夫や親兄弟以外に悲しみや苦しみを話せる相手もなく、自分だけが不幸で苦しんでいると感じて、とても孤独でした。当時、「ママとたまごの会」があっ

ら、必ず参加していたと思います。

5度目の妊娠と同時に大学病院に入院してヘパリンを開始しました。多くの仲間と出会って、共同生活をしながら、お互いの辛かったこと、苦しかったこと、嬉しかったこと、何でも語りあえたことはとても良かったです。

「苦しい思いをしたのは自分だけじゃない！みんな、いろんな試練を乗り越えて頑張っているんだ。」と知り、肩の力が抜けて、心から笑えるようになりました。また、長い入院生活で色々なことがあったけれど、主治医の先生や助産師さんに励まされ、サポートしていただいて、出産までたどり着くことができました。

ヘパリン仲間が順番に出産し、その度にみんなで喜んで嬉し泣きしたりしたことは、今でも思い出します。自分の出産の時も、みんなが励ましてくれて、とても心強かったです。赤ちゃんが無事に生まれた時、みんな心から喜んでくれました。今では、その仲間はお互いの子どもの成長を喜び合うママ友達です。なにしろ、お腹の中にいる時から成長を見守ってきた子ども達なので、特別な感情があるように思います。

流産を繰り返している時は、長いトンネルに入ってしまったようで、出口の明かりも見えず辛かったけれど、必ず赤ちゃんをこの手で抱きたい！と諦めずに頑張ってきて良かったと思います。妊娠中にお腹の中で育っていく赤ちゃんがとても愛おしく、生まれた時は人生最大の喜びと幸せで胸がいっぱいでした。皆さんにも喜びの日が訪れますように心からお祈りしています。

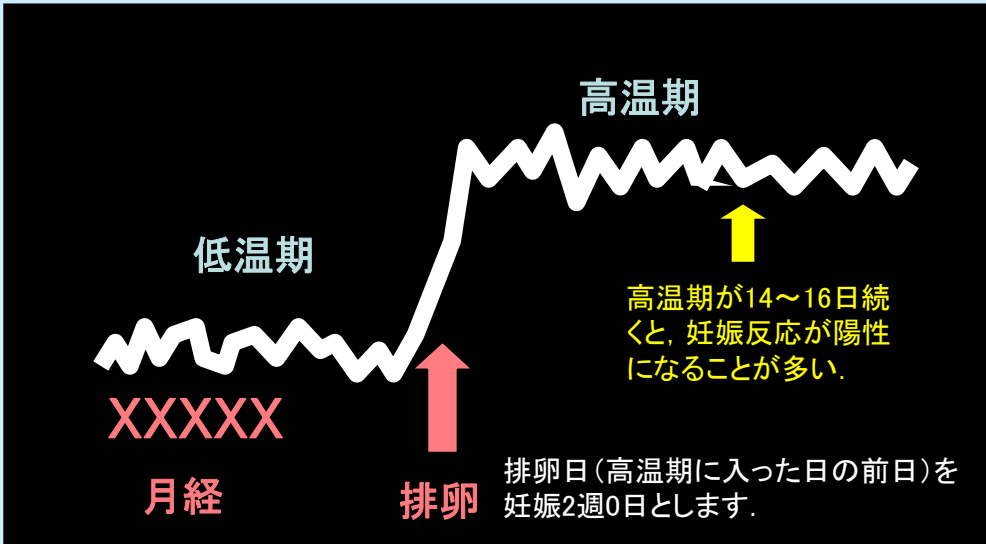
Q. 妊娠初期ですが、妊娠週数に比較して赤ちゃんが小さいようです。発育が悪いのでしょうか？

A. 妊娠初期の超音波検査では、子宮内に胎嚢と呼ばれる胎児の入った袋が黒く抜けた楕円形として見えてきます。その後、胎嚢の中に胎児が見えてきますが、妊娠初期は、胎児の頭からお尻までの長さ（CRL:頭殿長）を測って胎児の発育を評価します（ママたま通信第4号、6号をご参照ください）。妊娠初期に胎児の発育が悪くて、胎児が小さいという場合は稀で、多くの場合は、妊娠週数の方が違っているため、妊娠週数に比較して、胎児が小さく見えています。このため、正確に妊娠週数を決めることが大切になります。

通常は、月経の開始日から妊娠が始まるとして計算しますが、実際に妊娠が始まるのは、排卵時に起こる受精からです。しかし、何日目に排卵するかは人によって異なりますので、月経の開始日から計算した妊娠週数では不正確です。基礎体温で排卵日がわかれば、この日から計算した妊娠週数のほうが正確です。もし、基礎体温を測っていなければ、とりあえず、月経の開始日から計算して妊娠週数を決めておきますが、本当の妊娠週数とずれていることはよくありますので、妊娠8週ごろに超音波検査で胎児のCRLを測って、それが8週の大きさで良いかどうか

確かめます。この時点で、とりあえず決めていた妊娠週数と、胎児の大きさから計算した妊娠週数とが、4日以上違えば、CRLから計算した妊娠週数の方に合わせます。また、このとき、分娩予定日も修正する必要があります。妊娠週数を決める場合、「基礎体温から」と「CRLから」では、同じくらいの正確さなので、基礎体温から妊娠週数を決めていた場合は、CRLから修正をしなければならなくなることは稀です。

このように正確な妊娠週数を決めた上で、まだ胎児の大きさが小さければ、胎児の発育を慎重に観察していく必要があります。



2007年度 第4回 岡山県不妊専門相談センター 出張相談室

2008年1月19日（土）、「不妊・不育とこころの相談室」の第3回出張相談を井原市保健センター（岡山県井原市上出部町）で行いました。昨年の9月に引き続き、2回目の井原での開催でした。

個室での個別相談の他、不妊症や不育症のビデオや本の閲覧コーナー、リラクゼーションコーナー（アロマ、ハンドマッサージ、ハーブティー）などが体験できます。あなたも一度体験してみませんか？来年度はあなたの町へ出かけるかもしれません。



井原鉄道井原線の井原駅に到着した一両編成の列車

岡山県不妊専門相談センター 出張相談室 井原会場 2008年 1月19日（土）



あなたのお便りをお待ちしております。

会員登録(無料)はインターネットでも可能です。会員には、ママたま通信をお届けします。お問合せは右記まで。

2008年1月号第7号 **ママたま通信**
 編集/印刷/発行 岡山県不妊専門相談センター
 「不妊・不育とこころの相談室」
 〒700-8558 岡山市鹿田町2-5-1
 Phone&Fax 086-235-6542
 E-Mail funin@cc.okayama-u.ac.jp
 URL http://www.okayama-u.ac.jp/user/hos/funin/index1.html

ママたま通信のバックナンバーをご希望の方はご連絡下さい。