

不育症のプレママ・ママ達の会の通信です。  
流産や死産を経験されたママ  
今、治療を受けているプレママ  
これから治療をはじめるプレママが  
気楽に話をできる場としてご利用ください。

## 第1回ママたま交流会 開催決定！

同じ体験をされた方々が集まって、一緒に何かを作ったり、おしゃべりをする会です。

日時: 12月2日(日)

13:30~16:00

場 所: 岡山大学病院 南病棟11F  
カンファレンスルームD

参加費: 300円

(材料費・お茶菓子代)

内 容: ボディースプレー作り  
茶話会

(詳細は別紙をご参照下さい。)

問い合わせ・参加受付は相談室まで！

\*なお、参加者は15名ほどを予定しております。会場の関係で、定員になり次第締め切らせていただきますので、ご了承下さい。



出張します !!  
不妊・不育ところの相談室

### 第3回、第4回 出張相談室のご案内

地元でゆっくり相談したい方  
ストレスを解消し癒されたい方

#### <井原会場>

2008年1月19日(土) 13時~  
井原市保健センター

#### <新見会場>

2008年2月16日(土) 13時~  
新見市保健福祉センター

無料です

#### ●個別相談 (個室で対応)

- 不妊症や不育症のパンフレット、
- 本の閲覧コーナー

#### ●リラクゼーション体験コーナー

あなたに合ったリラクゼーションの方法を探してみましょう！

1. アロマ体験
2. ハンドマッサージ
3. ハーブティーや紅茶で一息



ママたま通信ではあなたのお便り、お便りへのご助言をお待ちしています。



## ママたま会員からのお便り

**結**婚7年目の33歳です。今までに悲しい流産を3回経験しました。3度の流産はそれぞれ辛かったですが、中でも3度目の時は特に辛かったです。不安な気持ちのまま3度目の妊娠を迎え、8週目に入ってから超音波検査で、初めて胎児心拍が確認できたときは嬉しくて涙がでました。でも、次の健診に行ったときに胎児の心拍は止まっていました。胎児の心拍を見てからは、初めて自分の体内に命が宿ったのだと実感がわいた矢先のことだったので、その時は現実を受け止められず錯乱状態に陥りました。

**流**産はとても悲しい経験でしたが、いつもそばで支えてくれた主人にとっても救われました。胎児の心拍を確認した時も、胎児の心拍が停止した時も、主人は一緒にいてくれました。しばらくは毎晩抱き合って二人で泣きました。女性にとって、流産は処置などを含め身体的にも精神的にもとても辛いことですが、主人にとっても、身体的な痛みはないにしても辛さは同じなのだと分かりました。当分は、人に会う気にもなれず、引きこもりがちでしたが、主人と二人で支えあいながら今後の治療に向けて前向きな気持ちになれるまで回復しました。辛い経験を通して、主人との絆が深まった事は、私にとって嬉しいことでした。

**3**度目の流産の後に詳しい検査を受け、抗リン脂質抗体症候群と診断されました。その時に、色々と説明も受けましたが、とてもショックで不安がいっぱいです。でも、私はこれから不育症の治療に向けて頑張りたいと思っています。治療を頑張られてお子さんを持たれた方、今現在頑張られている方、たくさんいらっしゃるとは思いますが、治療中どのように過ごされていたのか、様々なエピソードやアドバイスなどあれば教えてください。お願いします。

今回、お便りを下さった方は、悲しい経験の中でもご主人様との絆を深められたとのこと。得られたものも大きかったようです。流産・死産は、女性にとって、身体的にも精神的にもかなりの負担がかかります。では、男性はどうでしょうか？

お便りにもありましたが、身体的な痛みはなくても、多くの男性にとっても、パートナーのお腹の中で生きていた我が子を失う事は、女性と同じようにつらいことなのです。では、女性はどうして『夫は私の気持ちをわかっていない』『私ほどつらくはないんだ』などと思ってしまうのでしょうか？

これには、女性と男性との間で感情の表出の方法に違いがあることが関係しています。女性は、その時の思いや感情を口に出して相手に伝えることができる方が多いのですが、男性は思いを自分の中に留め込んでしまう方が多いようです。同じようにつらくても、その感情を口に出さなければ、パートナーに思いが伝わりません。

実際に、ある調査では、妻が流産した時に男性がつらさを口に出さなかった理由として『夫として妻を支えなければいけないと思った。』『自分がしっかりしていなければいけない。悲しんではいけない。泣いてはいけない。』との回答が多かったと報告されています。男として、夫として、という使命感が余計に感情を閉じ込めてしまうのかもしれないかもしれません。でも本当は、お互いの気持ちを理解することで絆が深まりますし、また二人で少しずつ前に進んで行けるようになります。一緒に悲しみ、泣きあうことも大切です。

ショックな出来事が起きた直後は難しいですが、『私は、こういう気持ちなんだけど、あなたは？』などと聞いてみるのも良いと思います。パートナーも同じ気持ちであることが確かめられれば、『悲しいのは自分だけじゃないんだ。』と、心強い味方の存在を確認できると思います。



2007年10月号第5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・不育ところの相談室」

URL: <http://www.okayama-u.ac.jp/user/hos/funin/index1.html>

Phone&Fax 086-235-6542

〒700-8558 岡山市鹿田町2-5-1