



あなたらしく

自分の道を選べるように。

～不妊医療機関への受診を考える人に向けたリーフレット～



聖路加看護大学大学院 看護学研究科

ウィメンズヘルス・助産学専攻

菊岡真梨



## ♡ はじめに

このリーフレットは「なかなか赤ちゃんできないな」「もしかして不妊？」「病院にいったほうがいいかなあ？」「でも病院って何をするのか？怖いな…」そういった不安を感じているあなたと、そしてパートナーと【不妊医療機関を受診するか、受診しないか】について考えていくために作成しました。

このリーフレットは以下の5つの項目から構成されています。

I 【不妊】について知る ～選択肢には何があるか？検査・治療とは？～

II 選択肢の比較 ～【受診する】or【受診しない】～

III 選択肢の比較 ～あなたとパートナーにとって重要なことは何？～

IV 選択肢の比較 ～あなたは今どちらに気持ちが揺れているか？～

V 【受診する】or【受診しない】決定するために、他に必要となることは？



あなた自身が一番良かったと思える事を選択出来るように、目の前にある一つ一つの選択肢と一緒に考えていきましょう。

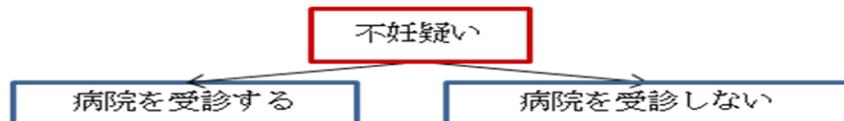


# ♡ I【不妊】について知る

## ～選択肢には何がある？検査・治療とは？～

### 1あなたの選択肢は？

今あなたの目の前に2つの選択肢があります。「もしかして、不妊？」そう思っているあなたは病院に受診することを考えるかもしれない「やっぱり病院は…」とも思うかもしれませんね。病院を【受診する】ということも【受診しない】ということもあなたは選ぶことが出来るのです。



### 2) キーポイント

ここであなたが【受診する】or【受診しない】を決めるにあたって押さえてほしいポイントを以下に示します。

- ・女性の年齢と妊娠率には関連があり、女性の年齢が30歳を超えると妊娠率が若干低下し、35歳を超えると明らかに低下するという統計があります。(インフォームド Consentのための図説シリーズ・不妊症・不育症改訂版,2009)
- ・不妊検査を受けることによって、あなたやパートナーの不妊の原因を見つけることができるかもしれません。そしてその結果により、治療を受ける事が出来るかもしれません。
- ・不妊検査や治療は種類によって、痛みを伴うものや費用が高いものもあり、あなたやパートナーに様々なストレスを与えるかもしれません。
- ・あなたが不妊検査を受けることに決めたのならば、どのくらいの期間やどの程度の検査を受けるかについて医師と相談してください。

### 3)【不妊】って何？

不妊とは「ある一定期間、性生活を行っているにもかかわらず、妊娠の成立をみない場合」(日本産婦人科学会,2003)とされており、日本では一定期間を2年以上とするのが一般的です。

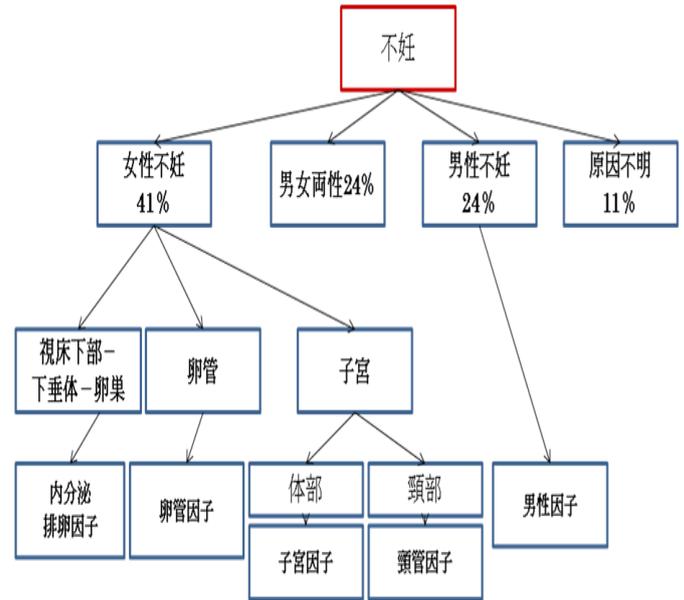
通常、生殖機能に問題がないカップルが妊娠を希望している場合、3か月以内に50%、6か月以内に70%、1年以内に80%以上、2年で約90%が妊娠します。これに対し不妊の期間の基準はまちまちで、アメリカ生殖医学会は1年、国際産科婦人科連合は2年、日本では2年以上とするのが一般的です。現在7組に1組は不妊であるという統計や全国の妻の年齢50歳未満の夫婦を対象にした調査からは夫婦4組に1組(25.8%)は不妊を心配したことがあるとのデータがあります。

#### 4)何が不妊を引き起こすの？

次に、何が【不妊】を引き起こすのかについてです。不妊には多くの原因があげられます。不妊の分類には種類があり、不妊の原因が夫婦のどちらかという点では「女性不妊」と「男性不妊」に分けられ、原因の割合は女性不妊(41%)、男性不妊(24%)、両性に原因があり(24%)、不明(11%)となっています。

あなたやパートナーのどこに不妊の原因がある事がわかると、罪の意識や相手に対して非難したい気持ちが生まれてくるかもしれません。しかし、原因がわからないという事も更なるストレスを生み出す原因となることも考えられます。

詳細は資料集P2



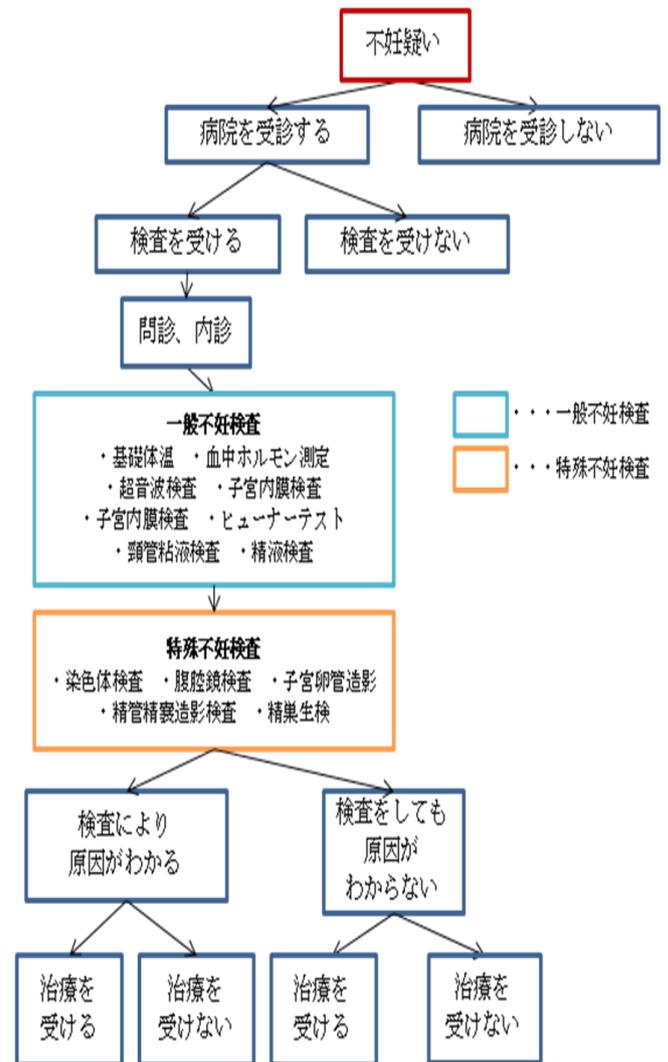
#### 5)どんな検査があるの？

不妊症を引き起こす様々な原因についてみてきましたが、次にこれらはどのように検査を経て特定されるかです。

不妊に対する検査は、単純な血液検査から手術まで多岐にわたってその方法があり、「一般不妊検査」と「特殊不妊検査」としてわけることが出来ます。

一般不妊検査は病院に行き、検査を受けると決めた全員が受けるものであり、不妊の原因を探るための基本的な検査項目を一通り調べます。特殊不妊検査は更に詳しい検査が必要と判断された場合にうけるものです。女性にも男性にも必要となります。検査の内容や順番は施設によって多少異なります。また必ずしも、不妊の原因が発見できるわけではありません。

詳細は資料集P3~5



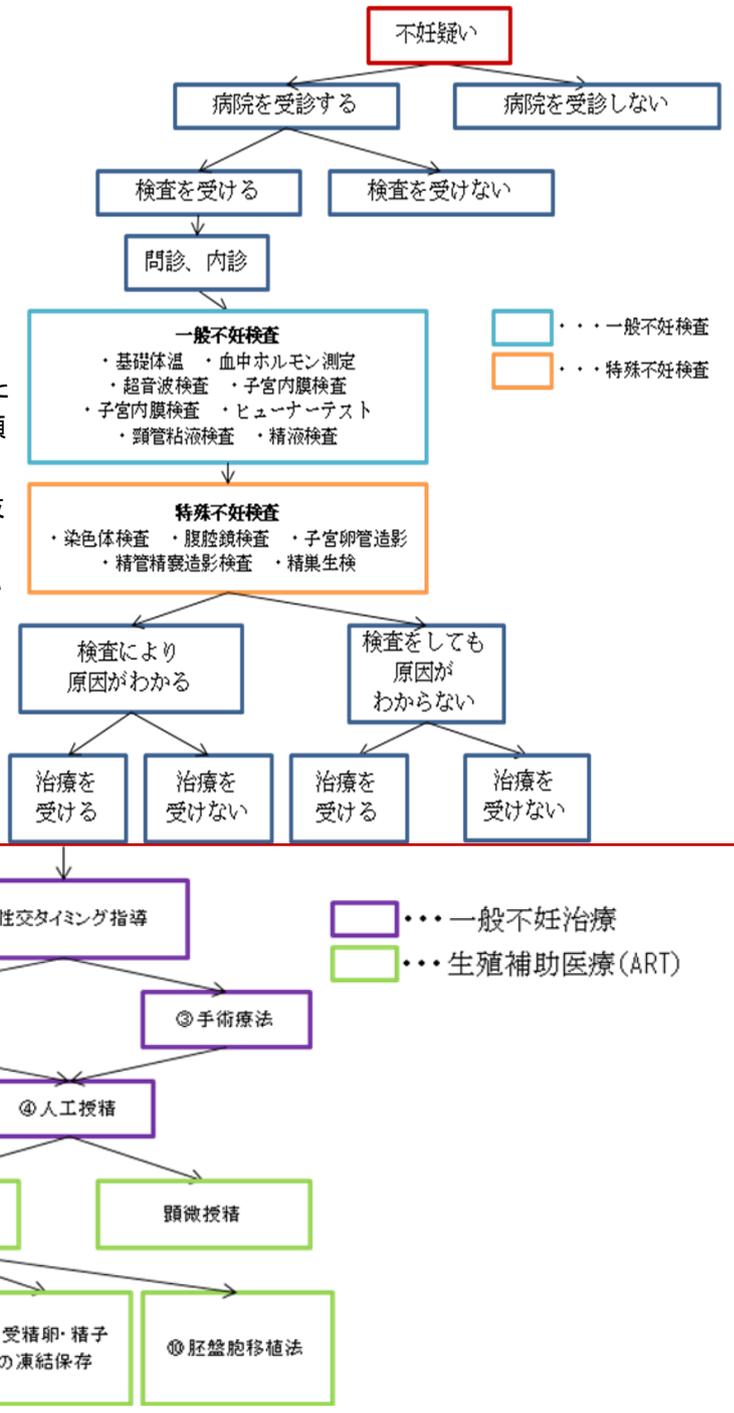
## 6) 検査の結果が出てから出来る事は？

不妊検査を受けた場合、その結果に従い、医師は不妊治療を提案するかもしれません。

不妊治療には大きく分けて「**一般不妊治療**」と「**生殖補助医療(ART)**」の2種類があります。

生殖補助医療(ART)とは配偶子(卵子と精子)や受精卵(胚)を体外で取り扱う高度不妊治療を指し、取り出した卵子と精子を合わせて体外で受精させる「体外受精」と顕微鏡下で卵子のごく近く(場合により卵細胞質内)に精子を注入する「顕微鏡授精」の2種類があります。こうした技術に頼らない治療法(薬物療法、手術療法、配偶者間あるいは非配偶者間の人工授精など)を一般不妊治療といいます。

詳細は資料集P6~8



検査結果がでる事は、次のステップ即ち他の検査もしくは治療したいか、もしくは検査を辞めるかなど、あなたやパートナーにとって1つの分岐点となるでしょう。あなたが検査結果から得た情報と、あなたとパートナーがどうしたいかについて時間をかけて考えてみてください。

- ・不妊の原因を知るということは、あなたとあなたのパートナーにとってどのくらい重要なのか。
- ・あなたはどのようにして検査のストレスを解消出来るのか。
- ・費用はどのくらいまでは可能なのか。

## 7) 検査を受ける上で、他にも知っておいてほしいこと。

不妊検査及び治療は高額になるものもあり、痛みを伴うものもあります。ですので、検査・治療の前にあなたとパートナーがどのくらい検査を受けるつもりなのか、どのくらいの費用の負担であれば可能なのかについてよく相談してください。

あなたが不妊検査・治療に十分に知識を持っていれば、問診や一般不妊検査だけを受けた後、これ以上検査を受けずにいようと思うかもしれませんし、特殊不妊検査を受けず、病院にも頼らず「自然に妊娠するまで待とう」と考えたり、「養子をむかえよう」と考えるかもしれません。あなたの意思決定はあなたとパートナーの健康状態・年齢・目的・価値に基づくものとなるでしょう。

## 8) 医師が不妊検査を勧める場合について。

あなたが不妊医療機関を受診した場合、以下の該当項目があると医師は不妊検査を勧めるかもしれません。

- ・35歳以下であり、生理不順がなく、パートナーとの性交渉を排卵期に1年以上行っている場合。
- ・35歳以上であり、生理不順がみられ、パートナーと性交渉を排卵期に六カ月以上行っている場合。
- ・3回以上の流産経験をしている場合。



## II 選択肢の比較

### ～【受診する】or【受診しない】それぞれのメリットとデメリット～

ここでは不妊医療機関を【受診する】ことと【受診しない】ことに関しての選択肢を比較していきます。それぞれの選択肢を比較して整理していきましょう。

	不妊医療機関を受診する	不妊医療機関を受診しない
1)それぞれの選択肢を選んだ場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>・あなたとあなたのパートナーは1つもしくはそれ以上の不妊検査を受ける場合があります。</li> <li>・あなたとパートナーの性生活について医師や看護師に話すこととなります。</li> <li>・検査を受け、結果が出た場合、更なるストレスを受ける場合があります。その後治療に進むと決めた場合はより大きいストレスを受ける可能性があります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査を受けるというストレスを受けません。</li> <li>・養子縁組という選択肢もあります。</li> </ul>
2)その選択肢を選ぶメリットはなんですか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不妊の原因がわかる可能性があります。</li> <li>・原因がわかった場合、治療出来るかもしれません。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不妊検査や治療による費用・ストレス・感染などのリスクを回避することができます。</li> </ul>
3)リスクや副作用は何ですか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・原因が見つからない場合もあるので長期間の検査によるストレスを受ける可能性があります。</li> <li>・不妊検査によっては検査費用が高いものもあり、費用面での精神的ストレスを感じる場合もあります。</li> <li>・基本的な検査(精液分析や血液検査)は感染などのリスクや副作用はほとんどないと考えられますが、より高度な検査になると時間の拘束や感染などのリスクがあります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診する事で治療や性交タイミング指導などをしてもらうことにより、妊娠出来るかもしれませんが、受診しない場合、妊娠出来るという可能性が減るかもしれません。</li> </ul>

## ♡ Ⅲ 選択肢の比較

### ～あなたとパートナーにとって重要なことは何？～

次に、医療機関を受診する前にあなたとパートナーは不妊医療機関を受けることに関してどう考えているか、またあなたとパートナーにとって子供を産むことをどう考えているかについて整理していきましょう。

例にならってチェックしてってください。

#### 例 1) 血縁のある子供を持つことが自分とパートナーにとって…

重要である								重要でない
重要								重要

#### 1) 血縁のある子供を持つことが自分とパートナーにとって…

重要である								重要でない
重要								重要

#### 2) 不妊検査の費用について…

心配である								心配していない
重要								重要

#### 3) 検査のストレスに…

耐えられると思う								耐えられないと思う
重要								重要

4) 例えば検査で原因がわからないとしても検査を…

受けない							受けない
↓							↓
重要							重要

5) 性生活について医師や看護師と話すことに…

嫌悪感はない							嫌悪感がある
↓							↓
重要							重要

6) その他のあなたとパートナーにとって重要な理由があれば記載してください。

理由							理由
↓							↓
重要							重要

 IV 選択肢の比較

～あなたは今どちらに気持ちが揺れているか？～

これまでの検査や治療に関する情報やあなた自身の気持ちに改めて向き合った結果、今あなた自身がどちらに気持ちが傾いているかについて例)にならって教えてください。

例) 不妊医療機関を…

受診する							受診しない
↓							↓
重要							重要

不妊医療機関を…

受診する							受診しない
↓							↓
重要							重要



## V【受診する】 or 【受診しない】

### 決定するために、他に必要となることは？

今まで学んできたことに対してもう一度振り返ってみましょう。該当すると思うものに○を付けてください。

1) 不妊検査を受ければ必ず不妊の原因がわかります。

はい      いいえ      わからない

2) あなたが利用できる検査について理解できましたか。

はい      いいえ

3) あなたにとって受診をすること、しないことに関するメリット・デメリットについてわかりましたか。

はい      いいえ

4) この決断をするに際して今の気持ちを教えてください。

・私は、どちらの選択肢を選ぶかの気持ちが固まっています。

・私は、この選択肢を他の人とも相談したいです。

・私は、この選択肢について更に調べたいです。

5) 質問・疑問と次のステップをリストアップするために、以下のスペースを使ってください。



## 6)不妊の相談・関連団体について

あなたが【受診するか】【受診しないか】を決定する前に、あなたはカウンセラーに相談したり妊自助グループなどに参加して情報を得たいと考えるかもしれません。あなたが利用できる機関に関しての情報について資料集に記載しました。独りで悩まず、一歩を踏み出してみてください。

### 1)不妊について相談できるところ

(1)不妊ホットライン東京都・不妊ホットライン(体験者による電話相談)

TEL : 03(3235)7455(火 10時～16時)

(2)中央クリニック・不妊相談専用ダイヤル

(専門の女性の不妊カウンセラーによる相談)

TEL : 0285(40)6632 (月・水・金 9時～11時 13時～15時)

(3)看護ネット「女性のよろず健康相談」看護ネット「女性のよろず健康相談」

(不妊・性・妊娠/出産など助産師による相談) <http://www.kango-net.jp/>

### 2)不妊と関連の当事者グループ

(1)フィンレイジの会(不妊の自助グループ)

FAX : 03(3353)6217 <http://www5c.biglobe.ne.jp/~finrrage/>

(2)子宮筋腫・内膜症体験者の会「たんぽぽ」

TEL : 045(290)7820 <http://tampopo.bcg-j.org/>

(3)日本子宮内膜症協会

TEL&FAX : 06(6647)1506(月・金の午後) <http://www.jemanet.org/>

(4)Fine(現在・過去・未来の不妊体験者を支援する会)

FAX : 03(5665)1606 <http://j-fine.jp/>

(5)『男性不妊のページ』\* インターネットのサイト <http://www.h4.dion.ne.jp/~d-funin/index.html>

(6)ハートビートくらぶ(NPO法人 不育症友の会) <http://www.heartbeatclub.jp>

### 3) 養子・里親団体

\* 養子・里親についての問い合わせは各市区町村の児童福祉相談所も窓口です

社団法人 家庭養護促進協会(里親探し専門の民間児童福祉団体)

神戸事務所 TEL : 078(341)5046 <http://www5f.biglobe.ne.jp/~ainote>

大阪事務所 TEL : 06(6762)5239 <http://ss7.inet-osaka.or.jp/~fureai/>

環の会(NPO 法人 環の会(わのかい))(子どもとの縁組や子どもに恵まれないカップルの相談に応じる団体)

TEL : 03(3951)7270 <http://homepage3.nifty.com/wa-no-kai/>

i-子育てネット

(全国・子育て支援ネットワーク。里親会についても掲載)

<http://www.i-kosodate.net/>

その他、資料集の最後には、体験談も掲載しました。同じように体験した人々の声もぜひ参考にしてみてください。

詳細は資料集P8

