

# さくらの実●通信

‘11秋

発行日／平成 23 年 9 月 15 日 通算号数／第 16 号  
発行／山下レディースクリニック  
兵庫県神戸市中央区磯上通 7-1-8 三宮インテス 4F  
TEL : 078-265-6475 FAX : 078-265-6476

## Message 『山下レディースクリニックで妊娠された方は何人ですか？』

山下レディースクリニック  
院長●山下正紀

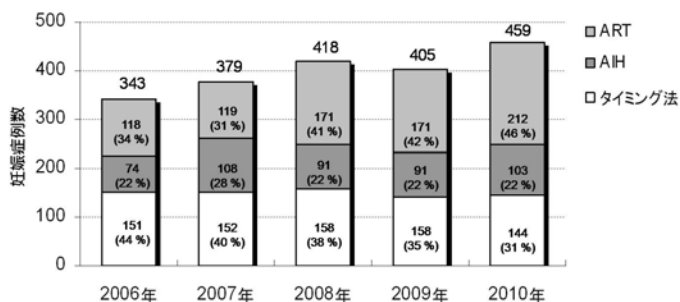


これを読んでおられるみなさんは“自分が通院しているこの山下レディースクリニックで、一体どのくらいの方が妊娠しているのだろうか？”と考えられたことはありませんか？ ご自身の今後にも関係するこの数字は、みなさんにとって、ぜひ知っておきたい情報だと思います。

当院のホームページには、開院以来の妊娠のべ数を掲載していますが、本紙面では最近の動向についてお伝えしますね。下のグラフは、2006 年から 2010 年までの 5 年間に当院通院中に妊娠された方の人数と治療法別の内訳を示しています。具体的な数字は、グラフを見ていただければわかりますが、ここでは過去 5 年間の傾向と注目すべきポイントについて少し解説しましょう。

まず全体の妊娠数です。2006 年度は 343 人でしたが、その後、着実に増加してきた結果、2010 年度は 459 人となりました。次に治療法別の妊娠数ですが、タイミング法は 140～150 人程度と毎年ほぼ一定で推移。また AIH については 74～108 人と年度毎に多少のバラつきがあるものの、おおむね増加傾向にあるようです。特筆すべきは、ART（体外受精、顕微授精等）で妊娠された方の数です。2006 年度は 118 人であったのが、年々増加し昨年は 212 人となりました。これは治療を受けられる方が増えたことにもよりますが、当院でおし進めてきた胚盤胞凍結融解移植法の成果により、成績が著しく改善した結果であると考えています。

山下レディースクリニック妊娠数



( )内は年間の妊娠症例数に開ける割合。

さて今年の状況は、どうでしょうか。9 月 1 日現在タイミング法 96 人、AIH56 人、そして ART161 人の計 313 の方が妊娠されています。次は、貴女（あるいは貴方）の番です。希望と勇気を持って、私たちと一緒に進んでいきましょう。

# YLC Report no.16 『YLCが凍結融解胚盤胞移植が目指すワケ』

胚培養士 ● 是兼真子



受精卵(胚)を子宮内に戻す胚移植で、どのような戦略をとるかは、体外受精や顕微授精を成功させるうえでとても重要です。

当院では、凍結融解胚盤胞移植をおすすめしています

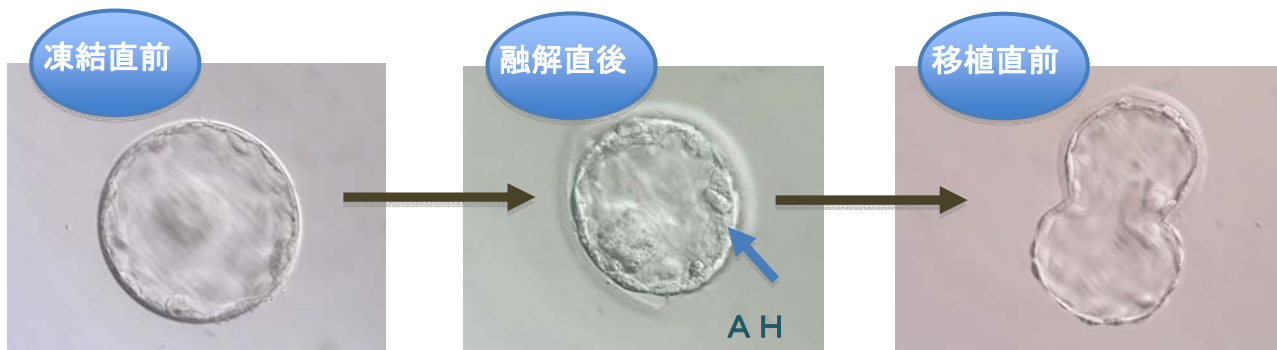
## ●ベストな胚を、ベストな子宮環境で戻すための作戦

採卵周期の子宮内膜は、卵巣刺激に用いた排卵誘発剤の影響を少なからず受けており、移植に適した環境になっているとは限りません。そのため、胚盤胞ができた場合には、一旦凍結し、子宮内膜の状態を整えてから移植できる凍結融解胚移植が有効となります。

では、なぜ胚盤胞のタイミングで凍結するかというと、胚盤胞が培養できる限界まで発生の進んだ生命力の高い胚だからです。つまり、『凍結融解胚盤胞移植』とは、生命力の高い選ばれた胚を子宮内膜の状態を整えて移植できる方法になります。

## ●心配される凍結ダメージも、ほとんどありません

一方、凍結融解胚盤胞移植のリスクとしては、凍結による胚へのダメージが挙げられます。当院では胚盤胞の形態から凍結に耐えられる胚かを判断したうえで、凍結のタイミングや手法など胚への負担を減らす工夫をしています。このため融解後の胚へのダメージはほとんどなく、上記のような凍結するメリットの方が大きいと考えています。



凍結する前の新鮮胚

採卵周期に移植しない場合には、 $-196^{\circ}\text{C}$ の液体窒素を用いて凍らせ、胚の生体活動を停止して保存する。

凍結スピードを極限まで速くする超急速ガラス化法によって、胚盤胞も安全に凍結ができるようになった。

移植のため解かした胚

胚移植の3時間前から融解を開始。

見た目のダメージは、ほとんどない。

胚が脱出しやすくなるよう、透明帯の一部にレーザーで穴をあけるアシステッド・ハッチング(AH)がほどこされている。

着床しようと、胚が脱出

とくに勢いのある胚は、移植前に脱出(ハッチング)を開始することもある。

生体活動が再開されたことから、胚の機能にも凍結によるダメージがないことが確認できる。

## ナース・キャップ……『日々更新、新鮮な毎日です』

看護師 ● K.S.

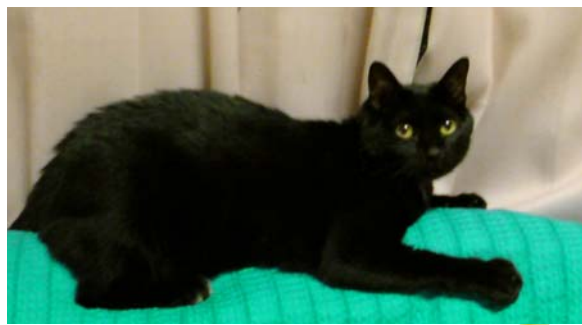
4月から、午後診のみ勤務しているK. S. です。

ナースになってから10年以上がたちますが、クリニックも不妊治療専門施設も初めて。患者さまと一緒に、あらためて勉強させていただいておりますので、まだまだ知らなかったことや新しい発見のある日々です。お子さまを望まれるという人生のステップを踏まれるみなさまは、年齢を問わず、私にとっては女性としての先輩だと感じています。ここでのみなさまとの出会いを通し、多くのことを学び、感じながら、もっとみなさまのお役に立てるようになりたいと思っています。

普段の私は、2ひきの猫と、ふんわりのおんぴり暮らしています。小さな雑貨を集めたり並べたりすることが好きなのですが、並べた雑貨たちは毎日のように猫たちに散らかされます。彼らは、私のすることをいつ

もじっと見て観察し、ついてまわり、姿が見えないと探しまわるという甘えん坊。いつも2ひきにぴったりと挟まれて眠るので、身動きできず肩こりが治りませんが、可愛いので許してしまいます。

こんなおんぴりした私ですが、お仕事ではまだまだ緊張してドキドキしています。先生や先輩スタッフのみなさま、そして患者さま方々のお力をお借りしたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願ひします。  
←2ひきとも黒猫で、こちらが『ハナ』ちゃん。もう1ひきが『クマ』ちゃん。



## たまごシッター(またの名を胚培養士)日記 『YLCLab 発信★男の肴レシピ』

胚培養室室長 ● 岩山 広

実は、北海道の大学に通う間、焼き鶏屋でアルバイトをしていました。バイトといえども、4年間もやっていると少しは料理もつくれるようになるものです。今回は、旦那さまでも簡単につくれる酒の肴をご紹介しますので、日頃、通院や治療でがんばっている奥さまのために、ぜひ逸品つくってあげてください。

### ● とりわさ

材料：新鮮なささみ、大葉、わさび、しょうゆ

- ①包丁の先にささみをひっかけて、指でスジを引っ張り、ぬきとります。
  - ②沸騰したお湯に入れ、ささみの表面が白くなるまでゆであげます。
  - ③お湯からあげて冷水で冷やします。
  - ④食べやすい大きさ（1cm角くらい）に切って、わさび醤油であえます。
  - ⑤盛りつけて、大葉の千切りを散らして完成です。
- ※ 生肉料理なので、衛生管理に気をつけてくださいね。



### ● うめわさ

材料：梅干、わさび、しょうゆ、かつお節

- ①梅干は種をとって、梅肉だけにします。
  - ②まな板の上に、梅肉、わさび、かつお節、わさびを置き、醤油をかけます。
  - ③最初は、包丁の背を使って梅干しの皮を切るように混ぜ、そのあとに包丁をへらのようにして、すりつぶしながら混ぜて完成です。
- ※野菜スティックなどにつけて食べるのがおすすめ♪



## こころの部屋から……『私の出会った動物のお医者さま』

不妊カウンセラー ● 大端 暁

私の実家のそばには、『松尾芭蕉 遭難の碑』などというものが立っている。たまに帰省し、夕暮れに散歩していると、『ねこバス』とすれ違いそうだなあと感じる。そのくらい田舎なのだ。もう10年以上も前のことになるが、当時、両親は『ジジ』という名の黒うさぎを飼っていた。とても気だてのいいコだった。



そのジジが癌になった。田舎に暮らしているながら両親は車も免許も持っていないので、通院のたびに私が片道2時間半ドライブをして帰らなければならなかったが、ほかならぬジジのためと通いつめた。オペの日、ジジは獣医さんの手をしきりに舐めていたという。この人が自分を助けてくれると、ジジにはわかっていたのだろう。ちょっとおっちょこちょいの愛すべき人柄のお医者さまで、麻酔から目覚めたジジを段ボール箱に入れて連れてきてくれる際に、白衣のポケットをドアノブに引っ掛けて転倒。それでもジジを落とすまいと両手で箱を頭上高く掲げたので、先生は顔面を床に思いきり叩きつけていたっけ……。手術は成功した。

それでもジジは、数ヶ月後、再び体調をくずし、月に帰っていった。両親は、ちょうど私生活でたいへんなことを背負い込んでいた私に、これ以上のショックを与えまいと、しばらくの間、ジジの不調を伏せていた。そのような経緯もあって、術後に再びジジが体調を崩してからは、獣医さんが訪問診療をしてくれたらしい。しかも、ジジの亡くなった後も、気落ちした母をなぐさめるため、足しげく通い続けてくれたのである。「いただきもののお菓子がおいしかったから……」、そんなたわいもない理由をつけては、母の悲しみに寄り添いにきてくれた獣医さんは、もはやジジだけのお医者さまではなかったな…と思う。

## 「こころ」と「からだ」に効くサプリメント

### 通院帰りのおすすめ LUNCH 『和パスタと甘味処 こなな 三宮店』

さんプラザの地下1階、センタープラザよりの大階段横にある、このお店、とにかく女性一人でもふらっと入りやすい！ この吸引力の正体は何か!?と思えば、ドアがない(笑)。このうえもなく開放的で、明るくキレイで居心地がいい。お得なメニューがだされるランチタイム(11:00~15:00)はあるが、休憩時間はないので、午前診が遅くなっても平気♪ 吟味されつくした素材でとった、絶妙バランスの特製だしを使った、うまみたっぷり和のパスタと、ちょこっとした甘味たちが、あなたを癒すべく、ちゃんと待っていてくれますよ。

ランチタイムに間に合えば、パスタランチセット(900円~/選べるパスタ+ほうじ茶+自家製豆腐 or 本日のおばんざい or 本日の甘味)がお得。しっかり食べたいときには、『こなな膳』(1680円/右写真/自家製豆腐、本日のおばんざい、お好きなパスタ、選べる甘味、ほうじ茶)をどうぞ。写真は、『小貝柱と水菜のうにクリーム』に『黒豆きなこプリン』ほか。(不妊カウンセラー大端&馬場)

【こなな三宮店】兵庫県神戸市中央区三宮町1-8-1 さんプラザB1F

078-599-6313 営業：11:00~21:00(L.O. 20:30)



## 知っておきたい！ 不妊治療の基礎知識⑥

### 『精液検査 ～WHOによる精液所見の正常値が、2010に改定に～』

【どんな検査？】男性側に不妊原因がないかどうか、射出された精液の状態を調べます。

コンドームを用いずに、マスターベーションで専用の容器に採取してもらった精液を、30分間放置して液化させてから測定します。ご主人に来院していただきメンズルームで採精していただいても、自宅で採精したものを奥さまにご持参いただいてもかまいません。

当クリニックでは、精液の自動分析装置『精子特性分析機（SQA-V）』を用いていますので、従来の目視で行われていた精液検査よりも、より詳細なデータ解析が可能です。

なお、精液の状態には、ここ数ヶ月間の体調やストレスなどの影響が出やすいので、間をおいて何回か精液検査を受けてみましょう。

【いつするの？】不妊治療をはじめるときには、できるだけ早い段階で実施。4、5日間の禁欲後、奥さまの排卵日頃をさけて、月経期間中や高温期中など、妊娠の可能性がない時期に行います。

【何がわかるの？】WHOが定める正常な精液所見が、2010年に改定されました。下記の数値からはずれている場合は、不妊原因になっていると考えます。精子濃度（1mlの精子数）が1500万個に満たない場合は 乏精子症、精液中に精子がまったく見当たらない場合は無精子症、直線運動している精子が40%未満の場合は精子無力症、正常な形態の精子が4%未満の場合は奇形精子症と診

正常な精液所見（WHO2010 改定）	
精液量	1.5ml 以上
pH	7.2 以上
精子濃度	精液 1ml に精子が 1500 万個以上ある
精子運動率	運動精子が 40%以上 前進運動精子が 32%以上
精子形態正常率	正常形態精子が 4%以上
精子生存率	精子の生存率が 58%以上
白血球	精子 1ml 中に白血球が 100 万個未満

断されます。どの程度大きく正常範囲からはずれているかによって、2人に最適な治療方法が変わります。

また、『精子特性分析機（SQA-V）』によって算出される『SMI（精子自動性指数）』は、受精能と関係が深いといわれており、80以上で正常とされています。

精液検査で精液所見が悪かった場合には、ぜひ一度、当クリニック内で毎月第一&第三土曜日に開設している男性不妊外来を受診し、泌尿器科医（大阪府茨木市・藍野病院泌尿器科部長・増田裕医師）の診察を受けることをおすすめします。



## みんなのベビー待合室～メール募集中～

『ぞくろの実●通信』の紙面に掲載させていただいた方には、かわいい子宝GOODSをプレゼント！ 投稿方法は、専用のアドレス [babymati@ylc.jp](mailto:babymati@ylc.jp) 宛にメールを送るだけ。仮名での掲載を希望される方は、ペンネームもお忘れなく。

ふるってメールをお送りください。





YAMASHITA  
LADIES'  
CLINIC