

ざくろの実●通信

'12春

発行日／平成 24 年 3 月 15 日 通算号数／第 18 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 『開院 15 周年に思う ～不妊治療を取り巻く環境は変化している～』

山下レディースクリニック

院長●山下正紀

『山下レディースクリニック』が開院したのは、平成 9 年の 1 月のことです。おかげさまで開院 15 周年を迎えることができました。15 年前の三宮は、まだ阪神淡路大震災の爪痕があちこちに残っている復興半ばの状況でした。不妊治療クリニックは全国的にもまだ珍しい存在で、私自身不安の中、わずか 9 名の職員でのスタートでした。当時のことを鮮明に憶えているのは、自分の人生でとても重要な時期だったからに違いありません。

時が移り、診療内容の充実を図る中、少しずつ職員数も増え、今では 30 名を超えるスタッフに囲まれて診療しています。これまで当院を支えてくださった方々やがんばってきてくれたスタッフたちに、改めて感謝したいと思います。

10 年ひと昔という言葉がありますが、15 年も経つと世の中の様子は大きく変わりました。そのなかで、不妊治療をとりまく環境も随分と変化したように感じています。また、それにつれての人々の意識も違ってきたように思います。以前は、“不妊は特別なもので、自分には関係のないこと”と考える人が多いかったです。“不妊は特別”という風潮のなか、治療を受けていたご夫婦には、ほかの病気で通院するのとは違った辛さがあったことでしょう。

最近では結婚年齢が上がり、赤ちゃんを希望するカップルの高年齢化が進んでいます。結果として、不妊カップルは確実に増加しており、不妊は決して特別なものではなくなってきました。また、タレントなどの有名人たちが、不妊治療をオープンにすることも珍しくなくなりました。不妊治療を受けていることを隠さなくてもよい雰囲気がつくられつつあるのは、嬉しいかぎりです。少子化対策として、国も不妊治療支援に力を入れるようになり、治療費の助成金制度など公的な支援もはじまりました。

このように不妊治療を取り巻く環境は徐々にではありますが、よい方向に進んでいるのは間違いありません。

15 年を一つの節目として、今後ますます信頼されるクリニックを目指して、スタッフ一同努力していきたいと思っております。お二人の赤ちゃんを一日も早く迎えに行くために！



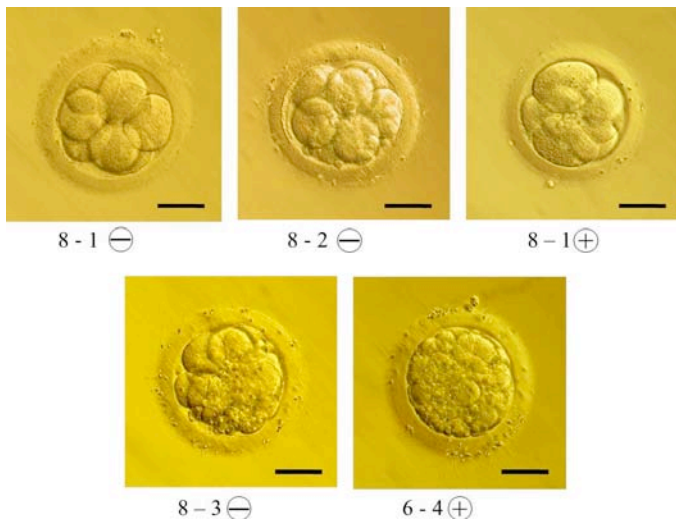
YLC Report no.18 『YLC の受精卵のグレード評価法が変わりました』

胚培養室室長 ● 岩山 広

当院の受精卵の評価方法につきまして、変更がありましたのでご報告します。

従来のものに比べ、より詳しい情報が盛り込まれていますので、体外受精あるいは顕微授精を受けられた際にはご参考にしていただきたいと思います。

● 分割期胚(培養2日目または3日目の胚)のグレード



分割期胚のグレードは、「8-1⊖」のように表記されています。最初の数字（ここでは“8”）が細胞数を示しています。培養2日目では4細胞、培養3日目では8細胞が適切な細胞数であるといわれています。

次の数字（ここでは“1”）がフラグメントの割合(程度)を示しています。フラグメントは、細胞が分割する際に生じる細胞の破片で、数字が小さいほどフラグメントが少ないことを意味します。フラグメントは少ないほうが良いとされています。

⊖もしくは⊕は、細胞の大きさが均等か不均等

かを示しています。均等なら⊖、不均等なら⊕になります。細胞の大きさが均等な胚のほうが良いとされています。

フラグの割合	
良 ↑	1・・・フラグが5%以下
	2・・・6%～15%
	3・・・16%～50%
不良 ↓	4・・・51%以上

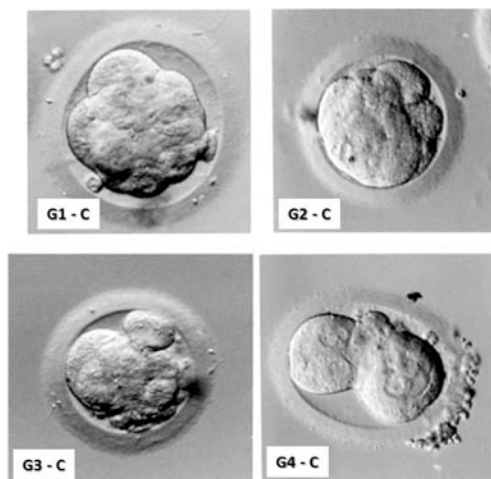
● 桑実胚(培養4日目の胚)のグレード

桑実胚になると、細胞同士が緊密化(密着)し細胞間の境目が見えなくなります。桑実胚のグレードは“G1-C”のように表記しています。

最初の数字は緊密化の割合(グレード)を示し、次の英文字“C”は“Compaction(コンパクション)”の略となっています。コンパクションは緊密化していること(桑実胚になっていること)を示しています。数字が小さいほうがコンパクションしている細胞の割合が高く良好であるといえます。



緊密化(密着)の割合	
良 ↑	G1・・・90%以上
	G2・・・75%～89%
	G3・・・50%～74%
不良 ↓	G4・・・49%以下



●胚盤胞(培養5日目の胚)のグレード

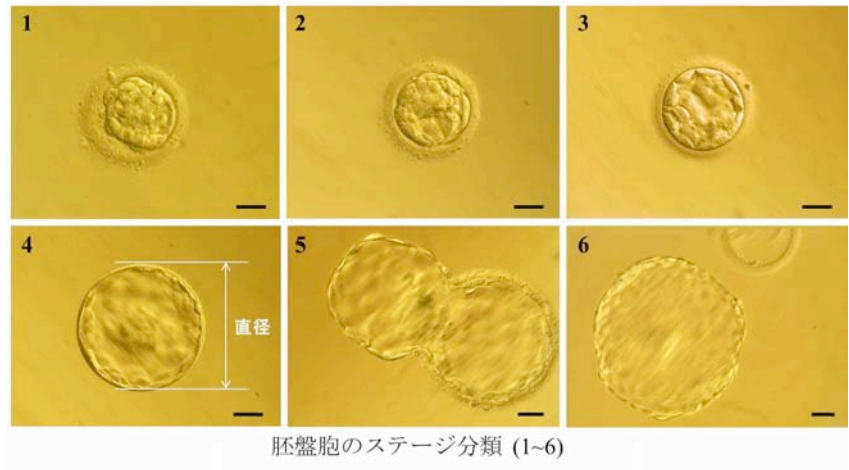
胚盤胞になると、胚の中に液体が溜まり胞胚腔とよばれる腔が生じます。胞胚腔が大きい胚ほど、成長が進んでいる胚になります。また、細胞がたくさん増え、それぞれ将来胎児になる部分(内細胞塊: ICM)と将来胎盤になる部分(栄養外胚葉: TE)になります。細胞の数が多きほど、良好胚となります。

胚盤胞のグレードは“4 AB (150.5)”のように表記しています。最初の数字(ここでは“4”)は、胚盤胞のステージ(成長速度)を示しています。次のアルファベット(ここでは“A”)はICMのグレード、その次のアルファベット(ここでは“B”)はTEのグレード、()の数字は胚盤胞の大きさ(直径:μm)を示しています。

例外として、ステージ1の胚は、胚盤胞になったばかりなので、ICMとTEの明確な区別が付きません。その為、1-b1aと表記します。これは、“ステージ1の胚盤胞(胚盤胞は、英語でBlastocystと書きます)”の略です。

【ステージ(成長速度)】

数字が大きいほど、より進んだ胚であることを意味します。また、同じステージでも、“()”で記入されている数字(胚盤胞の大きさ)がより大きい方が、より成長している胚となります。



胚盤胞のステージ(成長速度)	
1	初期胚盤胞
2	初期胚盤胞
3	胚盤胞
4	拡張期胚盤胞
5	脱出期胚盤胞
6	脱出胚盤胞

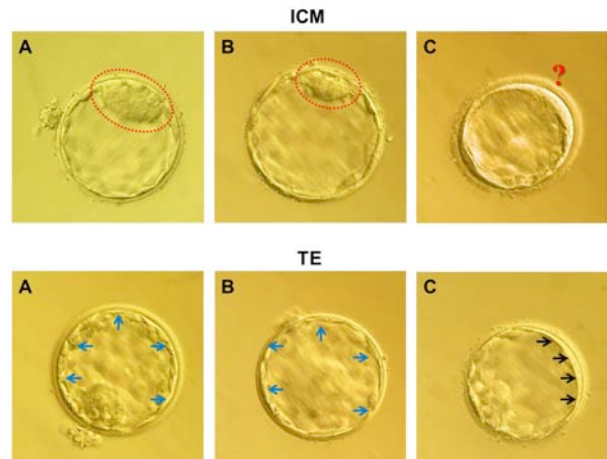
【ICM(内細胞塊)】

内細胞塊は、胚盤胞の内部に形成される細胞の塊で、将来、胎児に成長する細胞です。“A”“B”“C”の3段階で評価され、“C”は細胞が大きく明瞭であり、形態的に良好であることを意味します。

【TE(栄養外胚葉)】

栄養外胚葉とは、胚盤胞の外周を取り囲む細胞であり、将来、胎盤を形成する細胞です。“A”“B”“C”の3段階で評価され、“A”は細胞形態が楕円形で均一性があり、形態的に良好であることを意味します。

↑ 良 ↓ 不良	ICM(内細胞塊)
	A・・・細胞塊が大きく明瞭
	B・・・細胞塊は小さいが明瞭
↑ 良 ↓ 不良	TE(栄養外胚葉)
	A・・・細胞が均一で密度が高い
	B・・・細胞は均一だが密度が低い
	C・・・細胞が不均一で密度が低い





ナース・キャップ …… 『知られざる生態 ～ナース編～』

看護師 ● W.R.

今回は、ナースの和田が、禁断のバックヤード、スタッフルームでの YLC ナースの様子をお伝えしちゃいますね。激務の中も、元気がウリの私たち。そのパワーと笑顔の源を、解き明かしましょう。

実は、私たち、めちゃめちゃ食べてるんです。つかの間の休憩時間に、ものすごい勢いでエネルギー補給しています。普段はコンビニスイーツ中心でお財布のことも思いやる私たちですが、チョコレートだけは贅沢していて、そごう地下で手に入る『新宿高野』の『フルーツチョコレート』、大丸前の路面店『モンロワールド』のチョコレートなどがお気に入り。どちらのチョコも一口大で、ぽいっとお口に放り込むだけで一気に血糖値が UP♪ 心と体に元気がよみがえります。でも、甘いものばかり食べていると欲しくなるのが辛いもの。ときには裂きイカまで食べとります。

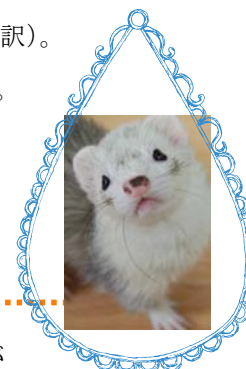


「ナースがそんな不健康なことでもいいのか!」と、お叱りの声も聞こえてきそうですので、言い訳しておきますね。当然、仕事柄、健康志向だったりもします (いえいえ、ホントに)。思い切り食べた後、スタッフルームではじまるのが骨盤ストレッチ (ダイエット目的というよりは、みな現状維持が目標) ! 腰痛が職業病の私たちにとっては一石二鳥です。さらには腹筋もはじめました !! 二日前からですが (笑)。リーダーの藤原さんは、腹筋 30 回くらいは軽くこなされます。ちなみに体の声を聴きながらチャレンジするのが信条の私は、腹筋も数回でフィニッシュ。あ、でも私、黒酢も青汁も毎日飲んでるんですよ (必死の言い訳)。こんな私たちの心と体の健康によさそうなことがあったら、処置室でこっそり教えてくださいね。

たまごシッター(またの名を胚培養士)日記

『知られざる生態 ～フェレット編～』

胚培養士 ● I.M.



今日は、『フェレット』の生態についてお話ししたいと思います。フェレットには様々な毛色があり、日本で飼育されている個体のほとんどは、外国生まれです。わが家の『凜』(凜とした綺麗な顔が特徴で、毛色は白色+灰色)も、アメリカからやってきました。外来種ですが、まず野生では生きられません。



ある日の、凜の一日を紹介しましょう。朝 6 時熟睡中、昼 12 時夢の中、夜 18 時まだまだ熟睡中……、フェレットは基本的に一日中寝て過ごしています。部屋で放し飼いをしている方もいるようですが、私はケージの中で飼育しています。フェレットは、もぐるのが大好き。ケージの中には、凜の寝床『ハンモック』が付いていて、毎日ハンモックにもぐって寝ています (写真左)。

凜が起きたら部屋の中へ出して、好きなように遊ばせています。……が、フェレットはいたずらも大好き。とりあえず、犬の水皿をひっくり返します (写真右上)。で、ひっくり返した水を飲みます (なぜ!?)。そしてここから、フェレットの驚くべき習性をご紹介! なんと、お口をマットにこすり付けるのです。フェレットはとてもきれい好き。大概のフェレットは、ごはんを食べた後や、お水を飲んだ後は必ず布で口をふきます (写真右下)。タオル類はもちろん、ヒトの服でもふきます。食事をした後のフェレットが近づいて来たら……要注意です。服の裾でふきふきされますよ……。



こころの部屋から …… 『さあ、どう歩いていきましょうか？ 』

不妊カウンセラー ● 大端 暁

私たちカウンセラーのお仕事は、みなさまの意思決定支援です。みなさんが、もっとも私らしい、私たちらしいと感じられる意思決定のお手伝いをさせていただきます。

「採卵を1回してダメだっただけで、まだ30代半ばですが、最近、もう二人だけの人生もいいかな……と思うんです。こんなに早く投げ出してしまうのは、私の心が弱いからでしょうか？」→医療者側から見れば、まだまだ試してみられる価値はあると感じられるケースでも、お二人が人生に求める幸せのかたちは様々です。 「なんとしても引き止めなければ！」と説得するようなことはありません。“赤ちゃんができずに治療を断念されるご夫婦” = “お気の毒な二人” という感覚も、私は抱きません。もちろん、ともに赤ちゃんを迎えに行くために三人四脚で並走させていただいたご夫婦が、もがき苦しむように「辞めます」おっしゃる瞬間は、私も身を割かれる思いです。ですが、同時に確信しているのです。不妊治療という、決して平坦ではない道を選び、支え合ったご夫婦には、必ずや違うかたちの幸せをつかみとる強さがあると……。

「もう四十●歳です。これ以上、治療を続けることは、もしかしたら病院全体の成績も下げちゃってご迷惑なことなんじゃないでしょうか？」→ときに病院側のいらぬ体裁まで気にして下さる方がいて驚くのですが、それだけ日々、あれこれと想いを巡らせておられるのでしょう。いうまでもなく **心配無用**ですよ。ただ、確かに卵子の質の低下による **妊娠のリミット**は存在します。二人で選択される以上、ご自分たちの年齢での妊娠率の情報は必要でしょう。そのうえで、仮に“限りなくゼロに近い妊娠率でも、卵が採れる限りは試したい！”と決めるならば、それはやはり二人が二人らしくあるための道なのです。

「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 『Italian&café ボルカノ』

今回は、私、山下が『ボルカノ』をご紹介します。控え目なたたずまいながら堂々の創業 25 年、茹で上げパスタの専門店です。なんでも、パスタは最高級のデュラム小麦、水は北アルプスの伏流水を使っているそう。

J R 三ノ宮駅の南向かいにあるニッセイビル1階南側に入っているお店ですが、クリニックからは北へ徒歩3分、と絶好のロケーションです。ランチは午後4時までと、少々遅くなっても大丈夫。こじんまりと落ち着いた店内にはカウンター席とテーブル席があり、女性一人でもゆっくりできます。

ランチメニューはパスタ、サラダ、バゲットのAセット、それにスープとデザートが加わったBセット（880円～2000円ほど）。パスタの種類は豊富で、無料で大盛りOK！ 私は、トマト味を必ず大盛りにしてもらいます。人気のオリジナルドレッシングやパスタを買うこともできますよ。（院長/山下正紀）

【Italian&café ボルカノ三宮店】兵庫県神戸市中央区小野柄通7-1-1日本生命三宮駅前ビル1F南側 078-291-8730 営業：11:30～16:00、16:00～21:00(L.O.20:30) 定休日なし



開院 15 周年を迎え、気持ち新たにスタッフの制服もリニューアルしました



くるくる立ち働く**ナースチーム**は、
何よりも動きやすさを最優先♪
さらに目にも優しく、温かい印象の
ベージュピンクをチョイスしました

卵シッターの**胚培養士チーム**は、
心を落ち着ける効果があるとされる、
知的で清潔感のあるアクアブルーへ



座ってご対応することの多い

受付チームは、
襟元にポイントを置いた
デザインのものに。
しかもリサイクル素材で
エコロジーを実践

内診室で内助の功を発揮する**看護助手チーム**は、
汗をよく吸う生地を選びつつも襟元のタックと袖口のおしゃれも忘れません

院長と培養室長と不妊カウンセラーは、懐かしいユニフォームを継承することになりました(笑)。

みんなのベビー待合室 ～メール募集中～

『ぎくろの実●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 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。