

ざくろの実●通信 '09秋

発行日／平成 21 年 9 月 15 日 通算号数／第 8 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 『新型インフルエンザ ～赤ちゃんを望まれる方へ～』

山下レディースクリニック

院長●山下正紀

今年の最大のニュースの一つは、何といたっても新型インフルエンザの流行です。

そしてそれは、心配なことに現在も進行形の状態にあります。

これを書いている 9 月 3 日の新聞紙面には、“新型インフルで新に 2 人死亡” “集団感染数前週の 1.5 倍” とすでに本格的流行の始まりを伝える活字が躍っています。さらに大きな懸念は、今後 9 月末から 10 月末にかけて爆発的な流行期を迎えるらしいと予想されていることです。より毒性の強い鳥インフルエンザほどではないにしろ、命を脅かすほど重症化するケースも増えてきています。中でも妊娠中の女性は、重症化しやすいことが知られています。妊娠中のお母さんの免疫機能は、子宮の中の赤ちゃんを拒絶しないように低下します。これが結果的には、ウイルスに対する抵抗力までも弱め、一旦インフルエンザに罹ると重症化しやすくしているのです。ワクチンの接種を、妊娠中の女性に優先的に行うという話は、このためです。



ところが妊娠するために頑張っておられる方は、現時点ではワクチンの優先的接種の対象ではないようです。迫りくる大流行の予測に、多くの不妊治療中の方々は不安を募らせています。私の診察室でも、このところインフルエンザに関係した質問が増えています。“今の時期は、妊娠を控えるほうが無難でしょうか？” “体外受精を考えているのですが、延期したほうがいいでしょうか？” みなさんも同じような気持ちをお持ちのことでしょう。ご自身もご家族も言いようのない不安の中でのチャレンジ……。その不安は十分に理解できます。年齢的に急ぐ必要がない方の場合は、流行の終結を見極める余裕があるかもしれません。しかしながら、時間との競争の中で治療を受けられている方は、一刻も早い妊娠が望まれます。毎日のうがい、手洗い、マスク着用など感染への予防に努めることは必須です。加えて規則正しい生活、栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠と休養などに心がけることが重要です。これらの“健康によい生活”は、ウイルスに打ち克つ免疫力を高めることでしょう。またそれは、良い卵子を作る卵巣機能アップにも役立つはず。さあ、インフルエンザに負けない体と気持ちで、一緒にがんばりましょう！

男性不妊治療の最先端で活躍中の藍野病院（大阪府茨木市）泌尿器科部長・増田裕医師の協力を得て、今年8月から、山下レディースクリニック内に男性不妊外来を開設しました。当初、月に1回というペースでの診療を予定しておりましたが、大きな反響があり、9月より早速、第1土曜日に加えて、第3土曜日もご予約をお受けできるかたちを整えました（完全予約制／10月のみ3日&10日）。この男性不妊外来に何を期待していただけるのかを、増田医師がお話します。

【精液所見の悪かった方は、一度、受診を】

赤ちゃんを望んでいるのになかなかできないというようなご夫婦の半分には、男性側にも不妊原因が見つかります。精液検査は、ぜひ早めに受けましょう。

ところが、男性不妊のほとんどは、原因不明だといわれています。投薬治療を行っても、大きな改善がみられるケースはほとんどありません。そこで、どうしても不妊治療は産婦人科に託すことになってしまうのです。でも、わずかではありますが、投薬治療が有効なケースが含まれているのをご存知でしょうか？ 下垂体からの性腺刺激ホルモンが十分に分泌されていないことによる、『性腺機能低下症』などがそうです。ぜひ男性不妊外来での診察と、血液検査を受けてみてください。

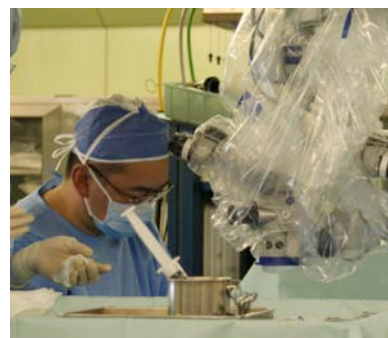
【EDに有効な薬の処方もできます】

私は泌尿器科医として男性不妊に悩むご夫婦を診ることが多いためか、そもそもあまりセックス自体を好まない、セックスレスになりやすいカップルが多いと感じています。また、不妊治療をはじめると、新たにつくり出してしまう可能性のある問題の一つに、“夫婦生活のタイミングを指導されるストレスからくる勃起障害（ED）”があります。こうした精神的な問題による性交障害も、ご相談に乗りながら改善を目指したり、『バイアグラ』や新薬の『シアリス』などを投薬したりすることで、解決できるケースが多いのです。

【無精子症と診断されても、MD-TESE ICSI という希望があります】

精液検査の結果、『無精子症』と診断されても、どうかお二人の赤ちゃんを抱く夢をあきらめないください。たった、1個の精子があれば、顕微授精によって妊娠が成立する可能性はあります！ 藍野病院泌尿器科との連携体制により、従来の『TESE-ICSI』に比べて、より効率よく精巣内の精子を探し出すことができる『MD-TESE-ICSI（顕微鏡下精巣内精子採取術・顕微授精）』を、全国に先駆けて導入しています。

増田裕医師プロフィール／1993年大阪医科大学を卒業。1994年枚方市民病院常勤医に。1997年大阪医科大学大学院医学研究科博士課程に入学し、泌尿器科専門医取得。2002年枚方市民病院泌尿器科副部長。2005年藍野病院泌尿器科部長。2009年当院と連携を組む。



YLC Report no.8 『卵により優しい ICSI を目指して』

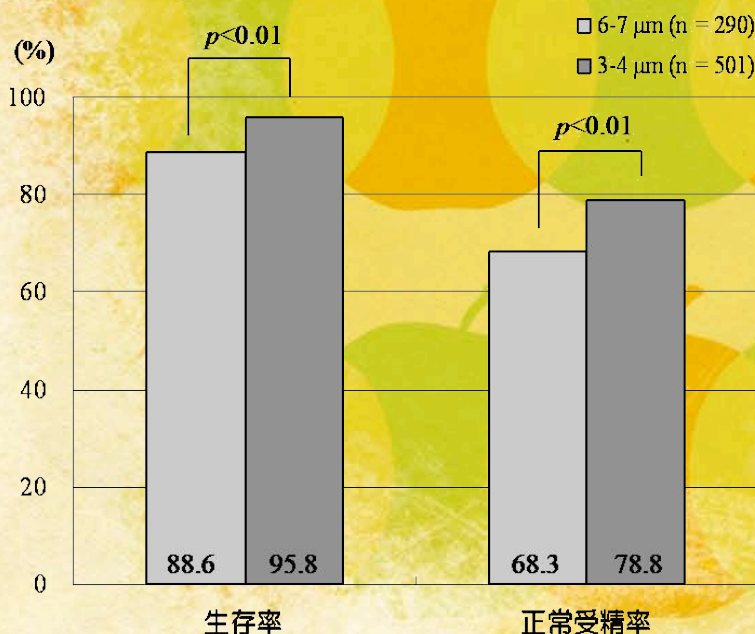
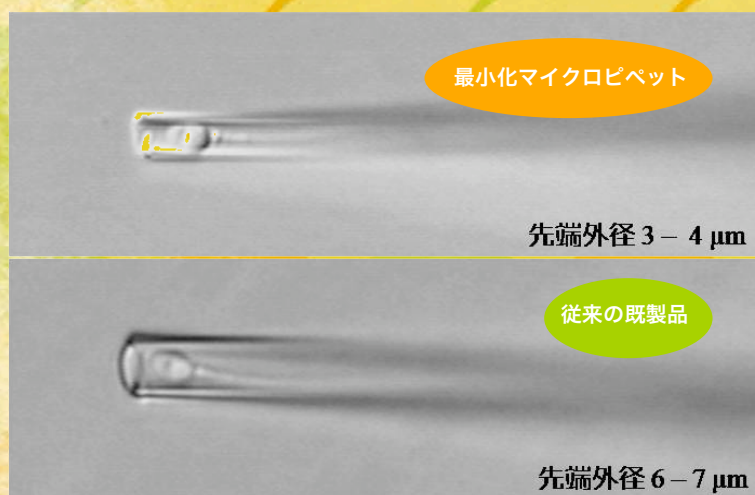
～マイクロピペットの外径の最小化～

胚培養室長 ● 岩山 広

●患者さまの精子に合わせてピペットを作成しています

『ICSI（顕微授精）』は、精子を卵子の中に注入するためにマイクロピペット（極細のガラス管）で刺すという過程をとります。これにより、ICSI後に少なからず卵子が変性してしまうことがあります。今回の YLC レポートでは、卵子にとってより優しい ICSI を施行するための当院の取組みについて、その一例を紹介します。

ICSI 後に卵子が変性してしまう原因は、おもに二つあります。まず、マイクロピペットにより卵子に空けられた穴が塞がらない場合があること。次に、精子とともに注入される少量の培養液が、卵子の細胞内を非生理的な状態にしてしまうことがあげられます。これらのことから、私たちが着目したのはマイクロピペットの外径の最小化です。



利点としては、まず、卵に開けられた穴を小さくすることで、その回復を容易にすることで。次に、精子とともに注入される培養液の量を最小限に抑え、卵子内の生理的な環境の変化を最小限にとどめることにあります。最小化マイクロピペット（外径 3-4 μm）の使用は、従来のもの（外径 6-7 μm）と比較して、生存率および正常受精率に有意な（統計学的に証明された）改善をもたらすことがわかりました（左上図参照）。

ほんの数マイクロの差ですが、小さな変更が大きな改善をもたらすことがあります。私たちは、どんなに小さいことからでもその中に可能性を見だし、治療技術の発展に貢献できるように努力しています。

たまごシッター(またの名を胚培養士)日記『そうだ！山に登ろう』

胚培養士 ● 是兼真子

今年の初めから、山登りを始めました。きっかけは今年の2月、「寒いから、体を動かしがてら六甲山にハイキングに行こう！」という、前日の気分と思いつきです。ちょっと歩いて、山頂でお弁当を食べるつもりだったので、友達と2人でお昼前に元気よく出発しました。が、雪が降っていてすごく寒く、普段着だったので服はドロドロ、お昼になっても山頂にはつかない(もともと山頂まで3時間くらいかかるコースだったみたいですよ)と、私にとってはかなり過酷な1日になりました。おそらく、迷い込んだ雰囲気のものすごく出ていたんだと思います。とつてもたくさんの方に励まされ(気軽に言葉をかけ合えるのが山登りの素敵なところの一つです)、何とか山頂に辿り着くことができました。もちろん、翌日からの筋肉痛も予想以上のものがありました……。



最近、少しずつ山登りグッズも購入し、見た感じは登れそうな雰囲気が出てきてるはずですよ。この秋には、長野県と山梨県にまたがる八ヶ岳に登る予定です！

ちなみに、クリニックのスタッフの中には先輩登山家さんがいっぱいいます。誰だか予想してみてください☆

ナース・キャップ……『体を芯から温めましょう』

看護師 ● H.A

だんだん朝晩が冷え込んできて、寒さが苦手な方にはつらい季節になってきましたね。

私は、よく“岩盤浴”に行き、体を温めています。温かい石の上で、横になっていると全身がポカポカしてきて、体の芯から温めることができます。体が温まると代謝もよくなり、自分の汗とは思えないほどの量の汗がどんどん出てきて、スッキリ爽快になります。薄暗いあかりが灯った浴室の中で横になりながら、波の音や静かな音楽を聞いていると、とっても癒され、あまりの気持ち良さに、いつの間にか爆睡してしまいます。岩盤浴をしたあとは、家に帰ってからも、しばらく体が温もっていて、すごく気持ちいいんです。岩盤浴に興味のある方は、お声をかけてください。そうそう！ 当院にある『サンビーマー』（1回20分/500円）もよろしくお願ひします。遠赤外線を応用した温熱治療器で、短時間でも体の中まで温まるので、これからの季節は特にオススメです。骨盤内の血行が促進されて、卵巣や子宮への血流量が増えることが期待できるんですよ。お試し（無料）もできますので、ぜひ体験してみてくださいね。



こころの部屋から……『猫という輩』

不妊カウンセラー●大端 暁

私は、あきらかに“猫”よりは“犬”タイプで、“孤高の精神”からはほど遠い“人間好き”の“寂しがり屋”です。動物としても、より濃密な関係が築けそうな“犬”を好んでいました。ところが、今から15年以上前のこと。当時、出版社に勤務していた私は、ある日突然、某老舗猫雑誌の編集長の任を仰せつかったのです。「ね、猫は、飼ったこともないんですが……」社長「大丈夫！ 今度、ペットフード会社主催のトークショーがあるから、そっちも出てね♡」。もはや、口から泡を吹いて倒れそうな事態でした。請け売り話だけで切り抜けて頂戴した出演料は、あまりに後ろめたく、どうしても自分のために使うことができなかったの



で、日頃の恩返しにと編集部で部下全員をよんで、アホほど河豚を食べました（以後、見たこともありません）。罰で河豚毒にあたってもおかしくない状況でしたが、神はお目こぼしくださったようで、一度死んだ気で腹をくくった私の“はったり編集長生活”がはじまったのです。

じっくり向き合ってみると猫という生き物は、実にすっとぼけた輩でした。取材で出会ったコの中には、お風呂の水張りをフタの上で見張っていて、水があふれそうになると飼い主を呼びに行くコがいたり、水洗トイレで用を足し、しっかり水まで流すコがいたり、「猫＝気どった生き物」という既成概念は打ち砕かれました。ひょうきんで、でも気を遣わせない優しさのある、粹なヤツです。そうだ！そうだと思われる方、いえやっぱり犬よ！と思われる方、あな

たのおうちのかわいいパートナーの写真を楽しいエピソードとともに、ぜひ babymati@ylc.jp へメールしてください。きっと、どのコも、みなさんの赤ちゃんを待つ日々を支えてくれているのだらうと思います。『ざくろの実●通信』に掲載させていただきますね。

「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 『モード和食 WADA』

空気が澄んで、だんだん空が高くなってきましたね。おいしい食材が出そろふ秋を贅沢に楽しむならば、やっぱり和食！ ミント神戸8Fにある『モード和食 WADA』で、三宮の街を見下ろしながら、爽快ランチを楽しんでください。真っ赤なオープンキッチンまでもが見渡せる、ゆったりとした、高級感あふれる空間で、目にも美味しい逸品が生み出されていく技と音を一緒に味わっていただけます。器づかいも素晴らしく、ランチの『大名行列伝統の一式』(1365



円／右上写真)などは、織部焼きの小鉢がずらりと七つも並んでいて、しかもデザート付！ 大人気メニューなので前日までに予約しておくで安心ですね。ランチ『グランドミントショートコース』(1890 円)なら、主菜と仕上げ（ご飯もの）を選べる楽しみもありますよ。夏の疲れを癒すプレシャスなひとときはいかがでしょうか？ 二人にとって特別な夜には、ワインを傾けながらいただく『布引の章コース』(5450 円)と神戸の夜景が、またとない優雅な時間を約束してくれますよ。(受付スタッフ一同)

【モード和食WADA】神戸市中央区雲井通7-1-1 ミント神戸8F / 078-262-8055 (予約受付時間は14:00~23:00)

ランチ11:00~16:00 (L.O. 15:00) ディナー17:00~23:00 (L.O. 22:00) / 不定休(ミント神戸定休日)



YAMASHITA
LADIES'
CLINIC