

# ざくろの実●通信

‘08 春号

発行日／平成 20 年 3 月 15 日 通算号数／第2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 『胚盤胞ならば、1個に希望をたくすことができる』

山下レディースクリニック

院長●山下正紀

“ART (体外受精や顕微授精など)で移植する胚の数を、1個に制限する”という指針が、日本産科婦人科学会の理事会で承認されました。具体的には、“移植する胚は原則1個とする”、ただし“35歳以上の方や2回以上続けて妊娠しなかった場合に限り、2個まで戻すことを認める”という内容です。

現在、日本国内での生殖医療は、この日本産科婦人科学会の会告(ガイドライン)に示された指針に基づいて行われているのです。当院も、この指針を遵守するかたちで、治療を進めています。

これまでは、3個までの移植が認められていましたから、ずいぶんと思いついた改正となります。移植胚を1個にすることで、以前から指摘されてきた“不妊治療による多胎妊娠”を限りなくゼロに近づける、これがこの度の改正の一番のねらいなのです(厳密に言えば、まれに1卵性双胎になることはありますが)。

移植する胚が1個になることで妊娠率が下がるのではないかと……と、心配される方もおられることでしょう。“戻す胚を1個に制限して多胎妊娠を防ぎながら、かつ妊娠率を低下させない!”、私たち不妊治療医に求められている大きな課題です。これを可能にするのが、胚盤胞移植なのです。採卵後5日間培養して胚盤胞まで育ったものは、本当の意味で質の高い胚であるといえます。良好な胚盤胞ならば、1個の移植でも十分な着床率が期待できます。さらに、ほかにも良い胚盤胞ができれば、それを凍結保存しておくことで、次回にも高い妊娠のチャンスが生まれます。

“単一胚盤胞移植+胚盤胞凍結法”、現時点では、これが最良の移植法だといえるでしょう。胚盤胞までしっかりと育てられる高度な培養技術、これに加えて胚にダメージを与えず、確実に保存できる凍結技術。この二つの条件がそろわないと成り立ちませんが、すでに当院ではこの方法が胚移植の中心となっています。私たちは、母と子にとって安全で、1回の採卵あたりの妊娠率が最も高い、単一胚盤胞移植+胚盤胞凍結法を、今後とも進めていきたいと考えています。



# YLC Report no.2 ー現時点で、もっとも妊娠の可能性が高い胚移植戦略ー 『超急速凍結法（ガラス化法）を用いた凍結融解胚盤胞移植』

## 超急速凍結法で胚盤胞へのダメージを回避

従来までは、胚を凍結保存する際には、『緩慢凍結法』といって、ゆっくりと温度を下げて凍結する方法を用いていました。しかし、この方法では、凍結させ、再び融解させる過程で起こるさまざまな凍結傷害により、とくに胚盤胞の場合は、十分な生存性を得ることができませんでした。

一方、新たに開発された『超急速凍結法（ガラス化法）』は、凍結スピードを極限まで速めることによって、緩慢凍結法にみられた凍結傷害を回避し、融解後の生存性を飛躍的に向上させる方法なのです。当院においても、胚盤胞のグレードによらず、超急速凍結法で保存することで、融解後でも90%以上の生存率を保っています。

## 選ばれし胚盤胞を、凍結融解周期に子宮内膜がベストな状態で戻すという戦略

ただ、いくら超急速凍結法（ガラス化法）といえども、凍結融解することで一部の胚盤胞は少なからずダメージを受けてしまいます。それでも“凍結融解”での胚移植をおすすめするのは、そのデメリットを上回る大きなメリットがあるからです。

新鮮胚移植周期は、卵巣刺激のためのホルモン剤の影響を受けているため、実は、子宮内膜が胚を受け入れるのに、必ずしもベストな状態にあるとは限らないのです。一方、凍結融解胚移植周期ならば、子宮内膜が胚を受け入れる準備が整ったところで、胚を融解し、着床に最適なタイミングで移植することができる！というわけです。

次に、ではなぜ“分割胚（採卵2、3日目）”ではなく“胚盤胞（採卵5日目前後）”が着床に有利なのかをお話しましょう。

受精卵（胚）が成長して胚盤胞にまでなるということは、それだけで強い生命力を持っているということの証明になるのです。残念ながら途中で発育を止めてしまう胚がある中で、胚盤胞にまで成長する胚は、エリートの中のエリート！ いうまでもなく、高い着床能力と凍結に耐える強さを持っています。分割胚の段階では、見た目の情報だけで胚のグレードを判断せざるを得ませんが、少なくとも胚盤胞まで培養することで、胚のセレクトをより確実にすることができるのです。

このような理由から、『凍結融解胚盤胞移植』は、「子宮内膜の受容能力が高いタイミングを選んで、着床能力の高い胚盤胞を移植する」方法であり、現時点では、「最も妊娠の可能性が高い胚移植戦略」といえるでしょう。



●分割胚（採卵2、3日目）



→●胚盤胞（採卵5日目前後）



私は、今、ネザーランドドワーフの『ウサコ』と仲良く2人暮らしをしています。5年も一緒にいるので、言葉がなくてもすっかりわかり合える仲です（たぶん）。この前は、ウサコの大好きなクッキーがプチ事件を引き起こしました。彼女にクッキーをあげようと箱から取り出して、箱だけを床に置いたところ、おいしそうな匂いのする箱に向かってウサコが全力ダッシュ！ おかげで、箱が彼女の顔にすっぽり。前が見えずに走るウサコと、箱を取ろうとする私、2人そろって大慌てでした。そんなビックリ事件の後でも、何事もなかったかのように、おいしそうにクッキーを食べていたウサコには笑ってしまいました。

みなさんからお預かりしている小さな赤ちゃん(胚)も、毎日とってもかわいい表情を見せてくれます。私は、小さな赤ちゃんにご機嫌に過ごしてもらうための最後のスパイスは、愛情だと思っているのです。これは大学で研究をしていた時から感じていたことなのですが、「大丈夫。もう少しの間一緒に頑張ろうね」って思いながら接すると、昨日まではちょっとしんどそうにしていた胚が、これまでで1番の顔を見せてくれたりするのです。そんな様子を見て、さらにかわいく思ってしまうんですけどね。きっと、あんなにちっちゃくても(ママのおなかに戻す初期胚は、0.15mm くらいなんですよ)ちゃんとわかっているんですね。うちのウサコが我が家で安心しきっているように、みなさんの小さな赤ちゃんがのんびり快適に過ごせるようなお部屋(培養室)であり続けたいと考えています。



## ナース・キャップ……………『自分を、いっぱいほめてあげて』

看護師●Y

こんにちは(\*。\*)、看護師のYです。たくさんのお客様から、通院しながらご自分でも「妊娠に良いこと」や「体に良いこと」を色々試されてるというお話をうかがいます。「子宝草を育てている(YLCの受付でお譲りしています)」「赤唐辛子のストラップが良いらしい」「キティちゃんの母子手帳カバーを持ち歩いている」「体質改善に温泉に行く」「血行がよくなるように岩盤浴に通っている」「針を試している」などなど。根気よく治療を続けておられるのに、なお、「努力不足?」「まだ、何か足りないんだ……」とご自分を責められる方もおられます。責めるなんてとんでもありませんよ。みなさんは、本当によくがんばっておられます！ 思いつく限りのことを試され、努力され、たくさん悩んでおられるのですから。ご自分を責めるのではなく、むしろ十分にいたわり、ほめてあげてほしいのです。実は、私も不妊を経験しました。同じ思いをしてきた者として、少しでも患者さまのお力になりたいと思っております。気軽に話しかけてくださいね。いっぱいお話しかせてくださいね。一緒に、がんばらせてほしいのです。

## こころの部屋から…………『自分自身と語り合う時間、足りていますか？』

臨床心理士●M

こんにちは。心理カウンセリングを担当させていただいております臨床心理士のMと申します。

心理カウンセリングを受けられるきっかけや入り方は、人それぞれです。ちょっとした日常の気がかりなことからもかもしれませんし、また治療を続けている中で、前にも後ろにも進むことができなくなり、行き詰ってしまうことからもかもしれません。しかし、みなさんが生まれてからそれぞれの道を歩んでこられ、この場に立ったみなさんが悩むこと、また自分自身のこれまでのあり方を振り返ることは、考えてみればとても自然なことであり、時にはとても意味のあることではないかと思います。

1回50分間という決められた枠の中で、誰のものでもない自分自身と向き合い、自分自身をみつめる時間を提供させていただきたいと考えています。

日程は、院内の掲示板上でもご案内しています。また、受付で手続きができますので、どうぞお気軽に何でもお問い合わせ下さい。

## 「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 『神戸デュシャン』

春のやわらかな光で満たされた洋食屋『神戸デュシャン』は、天井も高く、開放感たっぷり。カウンター席もあるので、女性一人でも入りやすいですよ。お客さんの中には年配のご夫婦もいらしたりして、洋食の街・神戸にあって、この客層はさすが。

私のイチオシは、やっぱり絶品デミグラスソースが堪能できる『煮込みハンバーグ』(1575円)！ゼラチン質たっぷりの牛すじをベースに、12時間も煮込んで仕上げたデミグラスソースは、うまみが絶妙のハーモニー♪を奏でています。オーブンでじっくり焼き上げたふわふわのハンバーグは、ナイフを入れるとジューシーな肉汁がキラキラと溢れ出てきて……。あまったソースは、ぜひライスにかけて残さず召し上がってくださいね(受付スタッフ/T)。



【洋食屋『神戸デュシャン』】神戸市中央区八幡通4丁目1-27D' グラフォート神戸三宮タワー1F / 078-272-2720 / 営業時間 11:30～15:00 (L014:30) 17:00～23:00 (L022:00)  
土日祝 11:30～15:30 (L015:00) 17:30～23:00 (L022:00) / 不定休 西村料理長のブログ /  
duchamp0.exblog.jp

知っておきたい! 不妊治療の基礎知識②

## 『排卵日の次に妊娠しやすい日』

【精子と卵子のタイムリミット】女性の体内に入った精子は、条件さえ良ければ4、5日は生きているといわれています。一方、卵子は排卵後せいぜい24時間、十分な受精能力が保たれているという意味では、12時間程度の命。つまり、受精が成立するためには、排卵後は1日も有るがないのです。

【精子に卵子を待たせよう!】つまり、精子と卵子が首尾よく受精するためには、卵子に精子をハラハラさせながら待たせるのではなく、精子を先に送り込んで、卵子が排卵されて卵管膨大部（精子と卵子の待ち合わせ場所）にとり込まれてくるのを待たせておくに限るのです。一番、妊娠しやすいのは精子も卵子もフレッシュな排卵日当日であることはいうまでもありませんが、次に妊娠しやすいのは排卵日翌日より、ダンゼン排卵日前日だということを、ぜひ覚えておいてくださいね。

## みんなのベビー待合室



『山下レディースクリニック』の待合室は、治療の順番を待つだけの場所ではありません。“お二人の赤ちゃん”を、ただ待ちわびるのではなく、「迎えに行こう!」と決心されたご夫婦のための『ベビー待合室』です。この待合室で、今、一緒に赤ちゃんを待つみなさん、紙面を通して、少しおしゃべりしてみませんか? 同じ思いを抱えているみなさんだからこそ、わかちあえるものがあると思うのです。このコーナーでは、YLCに届いたメールをご紹介します。

### 『あの子ども、きっと僕たちに会える日を待っている』

3回目の胚移植で、ようやく着床してくれた赤ちゃんは、あっという間に雲の上へと帰って行ってしまいました。翌日の健診では、心拍が見えるはずと楽しみにしていた矢先の出血……。 「もう無理!」、私の中で何かのはじけた気がしました。治療に通う気にもなれず、何カ月も泣き続けるばかりの私を、主人が救ってくれました。「もう一度だけ、手を伸ばしてみようよ。あの子ども、きっと僕たちに会える日を待っている。そんな気がしてならないんだ」。そんなひと言に背をおされて、最後の希望を託しに、またこの待合室に帰ってきました。

(みんみん・38歳・不妊治療歴3年)

\*おかえりなさい、『みんみん』さん。メール、ありがとうございます。流産、本当に残念でした……。でも、一度は着床されたのですから、これで妊娠されるための基本的な能力はあることがわかったのだと、どうかお考えくださいね。お二人の思いに答えられるよう、スタッフ一同、精一杯力を尽くしたいと思っています(山下)

### ～メール募集中～

『ざくろの実●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。ふるってご投稿くださいね。



YAMASHITA  
LADIES'  
CLINIC