

安心して妊娠・出産を迎えるために
- 不妊治療をはじめる前に -



加藤レディースクリニック

はじめに

これから不妊治療をはじめるとあって、いろいろな期待感や不安感があるかと思います。当院職員一同、治療がうまくいき妊娠できるように精一杯お手伝いさせていただこうと思います。



不妊治療のゴールは妊娠ですが、妊娠後も出産までに乗り越えなければいけない問題がたくさん生じます。その道のりをよりスムーズに進めるために、妊娠前からの準備が大切です。

ご自身の健康状態が、不妊治療やその後の妊娠に臨むにあたって、問題がない状態かを把握しておく一助になればと思い、この小冊子を作成しました。不妊治療と並行したセルフチェックに活用していただければと思います。

加藤レディスクリニック院長 加藤恵一

あなたは大丈夫ですか？

不妊治療を始める前にチェックしましょう。

婦人科疾患

- ☐ 子宮筋腫 4p
- ☐ 子宮がん 5p
- ☐ 子宮内膜ポリープ（隆起性病変） 6p
- ☐ 卵巣腫瘍 7p
- ☐ 卵管水腫 8p
- ☐ 子宮内膜症 9p
- ☐ 乳がん 10p

生活習慣病

- ☐ 高血圧 11p
- ☐ 糖尿病 12p
- ☐ 肥満症 13p

その他

- ☐ 甲状腺機能異常 14p
- ☐ 精神疾患 15p
- ☐ 風疹 16p
- ☐ 喫煙 17p
- ☐ 葉酸 18p

子宮筋腫

子宮にできる良性腫瘍です。発生した場所や大きさにより月経量の増加や不妊症の原因となることがあります。妊娠後の流産・早産との関連もあるため、当院では状態により、適宜アドバイスを行っていきます。



子宮筋腫は 30 歳以上の女性の 20 ～ 30% にあると言われる頻度の高い疾患です。

子宮がん

子宮頸がん

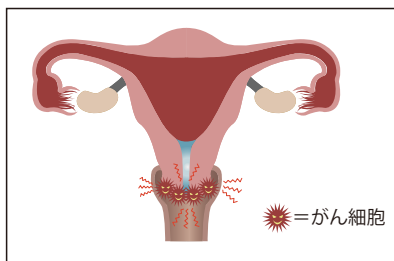
子宮頸部にできるがんです。ウイルスが原因で発生するタイプが多いため、最近では予防のためのワクチン接種が行われています。一般的な健康診断では、この子宮頸がんの検診を行っており、当院では 1 年に 1 回の検診をおすすめしています。

子宮体がん

子宮の体部（奥の方）にできるがんです。肥満・糖尿病・月経周期異常のある方に多いことが知られています。



子宮頸がん



子宮内膜ポリープ（隆起性病変）

子宮の内腔にできものがある状態です。ポリープがあっても妊娠することはあるため、放置していて構わないという意見もありますが、当院では、それまで妊娠していないこと、体外受精で育った胚（受精卵）に対してベストを尽くすことを考慮し、処置をしてきれいになった子宮内膜に移植すべきと考えております。位置や大きさにより判断しますが、積極的に手術をおすすめしています。



ポリープは再発する可能性が高い疾患。
「一度手術すれば、もう大丈夫」という訳ではないので、常に注意を払っています。

卵巣腫瘍

卵巣にできる腫瘍は良性から悪性までその種類は多岐にわたります。血液検査や超音波検査である程度の診断は可能ですが、手術して摘出するまで診断がつかないこともあります。当院の画像診断は超音波検査のみであること、不妊治療は行う期間が限られていることを考慮し、卵巣腫瘍がある方は、当院での不妊治療に並行して、必ず腫瘍を定期的に診てもらう「かかりつけ医」をお持ちいただくようにしています。



良性の腫瘍が悪性に変化することがあります（悪性転化）。良性腫瘍と言われていても、かかりつけ医に定期的に診てもらいましょう。

卵管水腫

卵管の閉塞・狭窄によって、卵管液が貯留し卵管が腫れている状態です。卵子と精子は卵管内で受精しますが、卵管水腫は受精の場としては不適です。また、卵管水腫がある状態では、体外受精を行っても妊娠率は下がります。



卵管水腫が疑わしい場合、MRI や卵管造影検査などの精密検査をおすすめすることがあります。

子宮内膜症

原因不明の病気で、不妊症と関連が強い病気です。診断を確定するには腹腔鏡検査などが必要ですが、卵巣に子宮内膜症が原因と考えられる卵巣のう腫が見つかって診断されることもあります。骨盤の中に癒着をつくったり、炎症物質が骨盤に蔓延することで妊娠には不向きな状態となることが知られています。月経の度に徐々に悪くなっていく病気なので、月経がある年齢での完治は難しく、女性のライフステージに応じた対応が求められます。



不妊症の患者さんの15～25%に子宮内膜症があるとされています。原因不明の不妊症とされている方の50%に子宮内膜症があったという報告もあるんですよ。

乳がん

男性にはまれ（1％）で、女性特有の疾患とされています。その原因の一つが女性ホルモンです。不妊治療では薬剤などの影響で、女性ホルモンが通常より高いレベルで存在することとなり、乳がんの発生リスクを上げる可能性があります。当院で通常行っている治療では卵胞の数はさほど多くないため、妊娠中に胎盤から自然に産生される女性ホルモン濃度を超えることはありません。

ただ治療中、女性ホルモン剤の内服が必要となることもあるため、1年に1回は乳がん検診を受けて下さい。



壮年期（30～64歳）の女性の死因のトップ！
生涯を通して30人に1人が乳がんにかかる
とされています。

高血圧

妊娠すると母体の血液量は妊娠前の最高 1.5 倍にまで増加します。もともと高血圧の方は血管の許容範囲が狭く、生命に危険が及ぶレベルの高血圧にさらされる可能性があります。妊娠中に血圧が上昇した場合、胎児の発育が十分でなくとも妊娠のターミネーション（終了）が必要となるため、当院では不妊治療開始前に産科のある総合病院で診察をしていただき、妊娠許可を得てから不妊治療を開始することになっています。



腎臓の病気や血圧に関連するホルモンの異常など、種々の疾患が隠れている可能性があります。

糖尿病

しっかりとした血糖コントロールが行われていない場合、流産率の上昇、胎児の心奇形の増加が知られています。内科の先生と相談し、計画性をもった妊娠が必要です。



色々な研究により、高血糖が妊娠にとっては不都合なことがわかってきました。生まれてくる赤ちゃんのために、しっかりと血糖コントロールをしていきましょう。

肥満症

流産率・早産率は増加し、体外受精の成功率が低下することがわかっています。急激なダイエットは逆効果ですが、日々の努力（食事療法＋適度な運動）により、適正体重に近づくよう努力して下さい。

適正体重 (BMI22 を基準とする) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22
食事の目安 (1 日の総摂取カロリー) = 適正体重 × 30 (kcal)



肝機能や血糖、血圧に異常をきたすことがあります。

頑張って痩せましょう！

甲状腺機能異常

甲状腺から分泌されるホルモンの異常により、月経が不順になったり、流産率が増加することが知られています。また妊娠初期の胎児の甲状腺ホルモン濃度は母親からの甲状腺ホルモンに完全に依存するため、胎児の発育分化に影響を及ぼすことがわかっています。不妊治療開始前に適正なホルモン環境に整えておく必要があります。



一般的に内科で「正常値」とされている値より厳格なコントロールが必要です。

精神疾患

現代病とも言われる“うつ病”をはじめ、さまざまな疾患がありますが、いずれも妊娠・出産により影響を受けることがわかっています。マタニティブルーという言葉を知っていることがあるかもしれません。妊娠前は何もなかった方ですえ、精神状態は不安定になりえます。過去に精神疾患（軽いものを含む）の既往がある方に対しては、当院では不妊治療開始前に精神神経科で診察をしていただき、妊娠許可を得てから不妊治療を開始することにしています。そのことがご家族、また、生まれてくるお子様にとって大切なことと考えているからです。



安定した、落ち着いた状態と判断されてから治療に進みましょう。投薬を受けている方は、勝手に内服を中断しないで下さいね。

風疹

免疫がない女性が妊娠初期に感染すると、風疹ウイルスが胎児に感染して、出生時に先天性風疹症候群（白内障・難聴・心臓構造異常など）を引き起こすことがあります。

当院ではまず風疹抗体価のチェックを行い、免疫がない、もしくは低い方にはワクチン接種を勧めています。ワクチンは弱らせた風疹ウイルスそのものなので、接種後は2か月の避妊期間が必要です。



2回のワクチン接種が必要な方や、ワクチンで十分な免疫がつかない方もいらっしゃいますが、赤ちゃんを守るため、きちんとした対応をしましょう。

喫煙

卵巣機能は喫煙によって悪化することが確認されています。閉経年齢を早めたり、喫煙者は喫煙しない女性と比べ、7割しか妊娠能力がないとの報告があります。

妊娠してからも、流産や早産が増加すること、胎盤の異常が起こりやすいことが知られており、結果的に赤ちゃんの発育が低下し、先天奇形（心臓や唇）が増えることが分かっています。また出産後の乳幼児の突然死とも関連するため、不妊治療に臨まれる方は絶対にタバコはやめて下さい。

なお当院での治療は、**タバコを吸っていないことを基本前提として、喫煙者への禁忌薬（使うことが禁じられている薬）も使用します。**



家族の中に喫煙者がいると、本人が吸って
いなくても、色々なリスクが上がると言わ
れます。

葉酸

葉酸はビタミン B 群の一種で、赤ちゃんの神経系（脳や脊髄）の発達に必要です。妊娠初期の赤ちゃんの神経管閉鎖障害（二分脊髄や無脳症）と関連するため、厚生労働省は妊娠を計画している女性に対し、食品に加えて栄養補助食品からの葉酸を摂取するよう呼びかけています。

サプリメントでの 1 mg までの葉酸摂取による副作用はほとんどありません。妊娠前からの内服がおすすめです。



栄養補助食品を選ぶ際、食物性エストロゲン（大豆、豆類、ざくろ、梅など）を含む製品は当院での治療上、控えていただいています。

妊娠・出産は女性の身体に

大きな負担がかかります。

妊娠前の検査により

持病の有無をしっかり確認して

必要に応じ治療を行ったうえで、

不妊治療を開始されることをおすすめします。



加藤レディースクリニック

〒160-0023

東京都新宿区西新宿 7-20-3 ウエストゲート新宿ビル

TEL : 03-3366-3777 FAX : 03-5332-7373

監 修	加藤 恵一 福田 淳一郎
イラスト	成澤 美果 舘山 美香
制 作	ブルージラフ株式会社



加藤レディースクリニック