

新患教室

❁ 不妊症の定義

❁ 月経サイクルと妊娠成立の話



WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN

新患教室



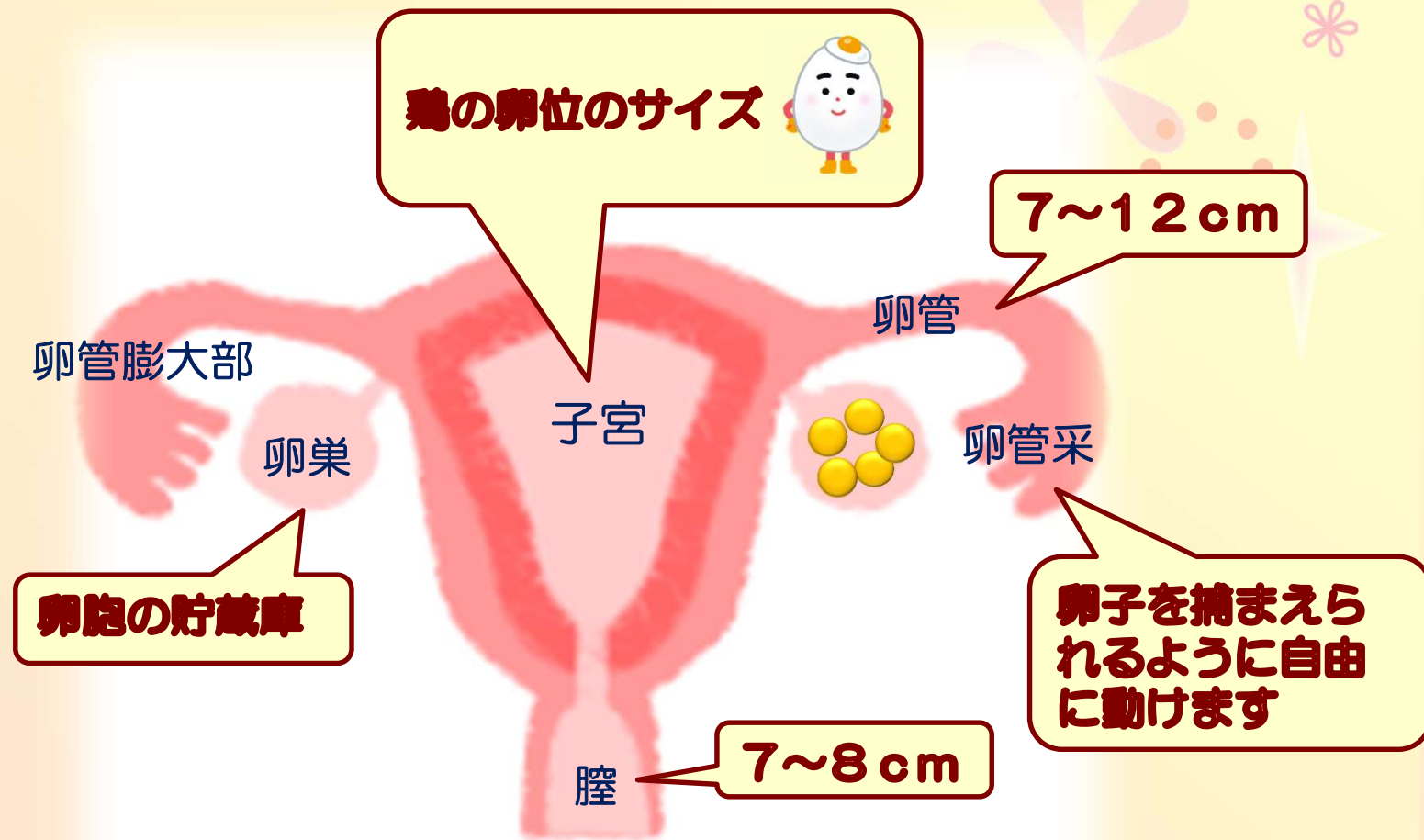
医療法人社団レニア会
ウイメンズ・クリニック大泉学園

不妊症とは・・・？

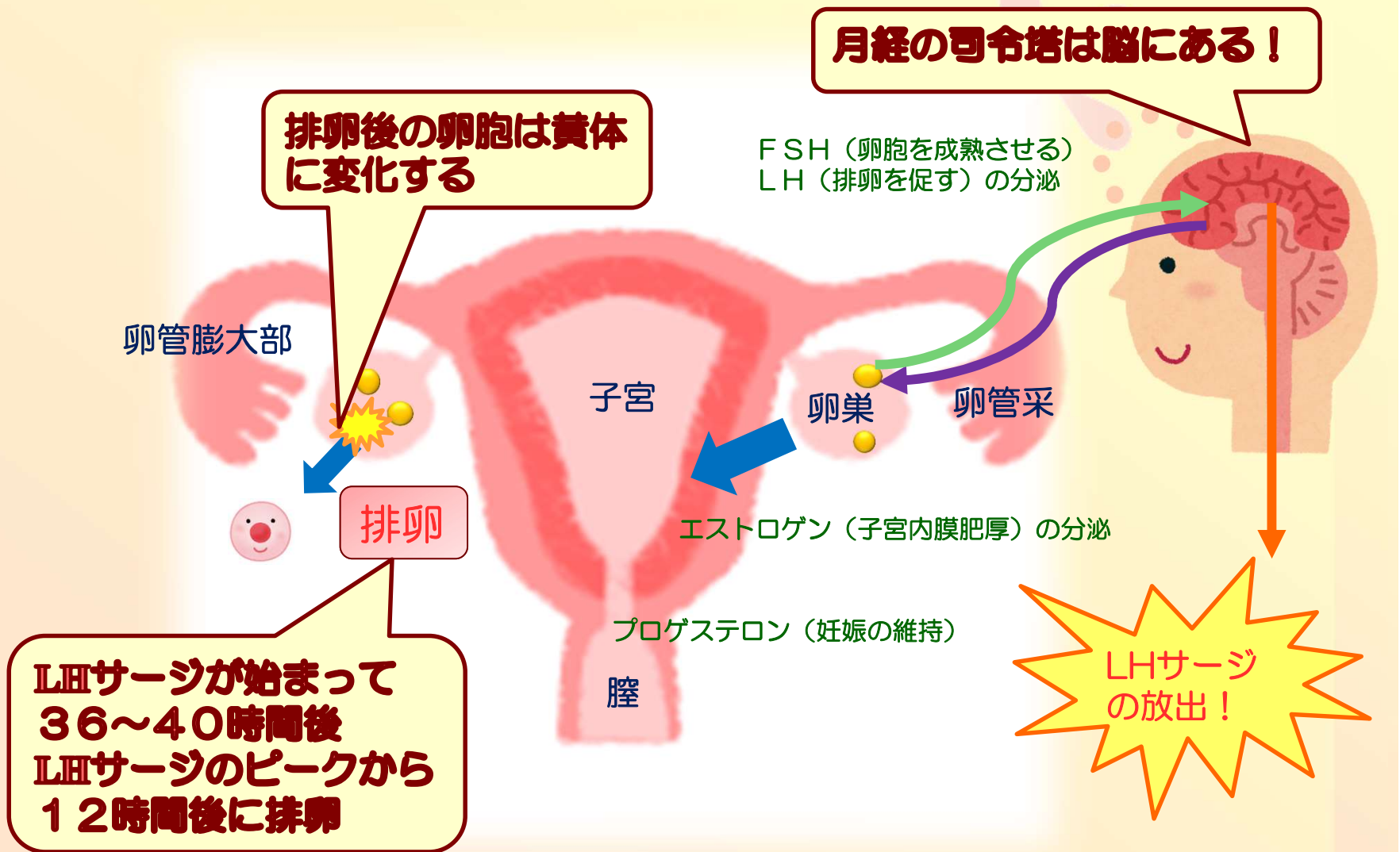


- 避妊をせずに、夫婦が普通の性生活を続けていると、半年で80%,1年で90%のカップルが妊娠します。
- 10%の方はなかなか妊娠に至りません。
- 日本では、子どもを希望しているカップルが1年間妊娠しなかった場合を不妊症と定義しています。

女性の性器と妊娠成立までのステップ

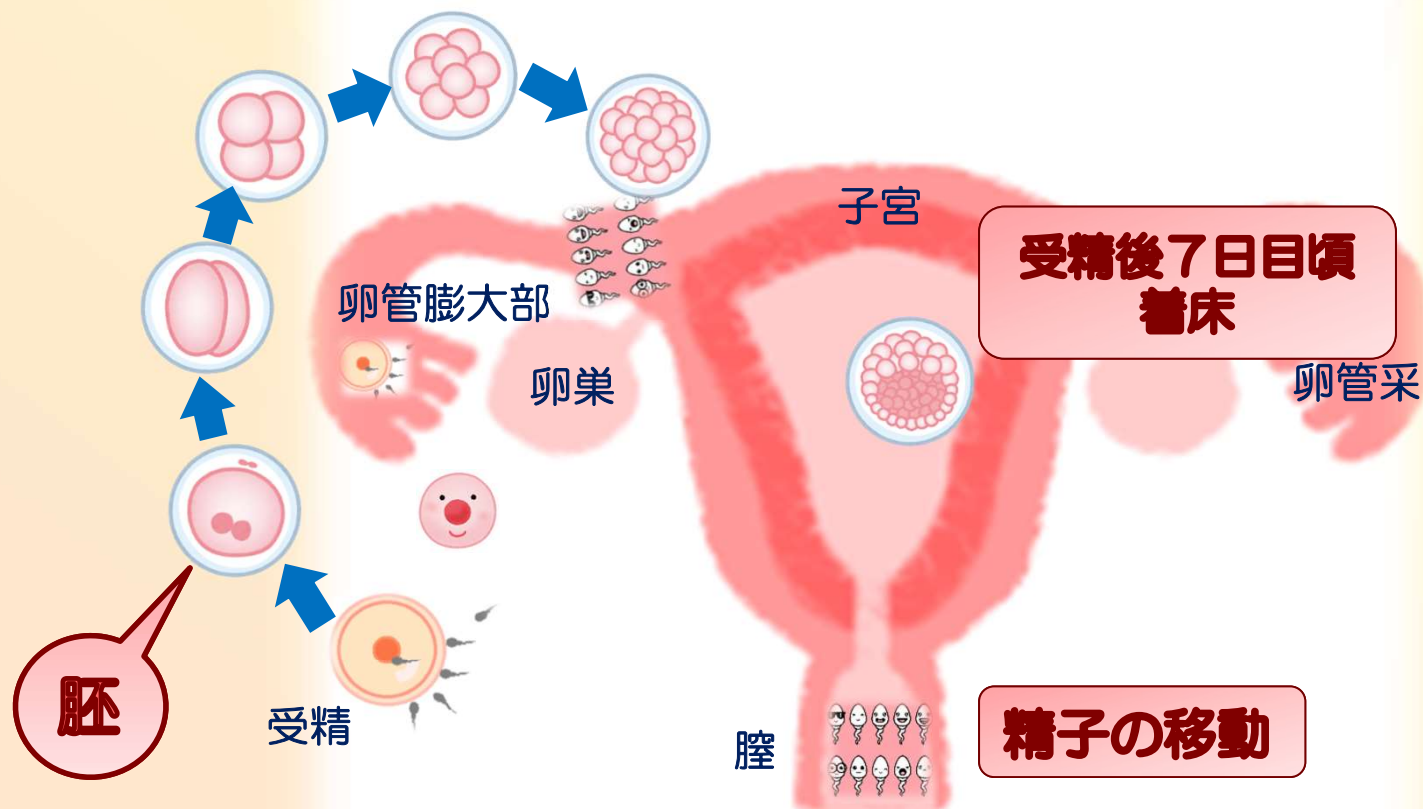


女性の性器と妊娠成立までのステップ



女性の性器と妊娠成立までのステップ

受精・卵子の卵管内移動



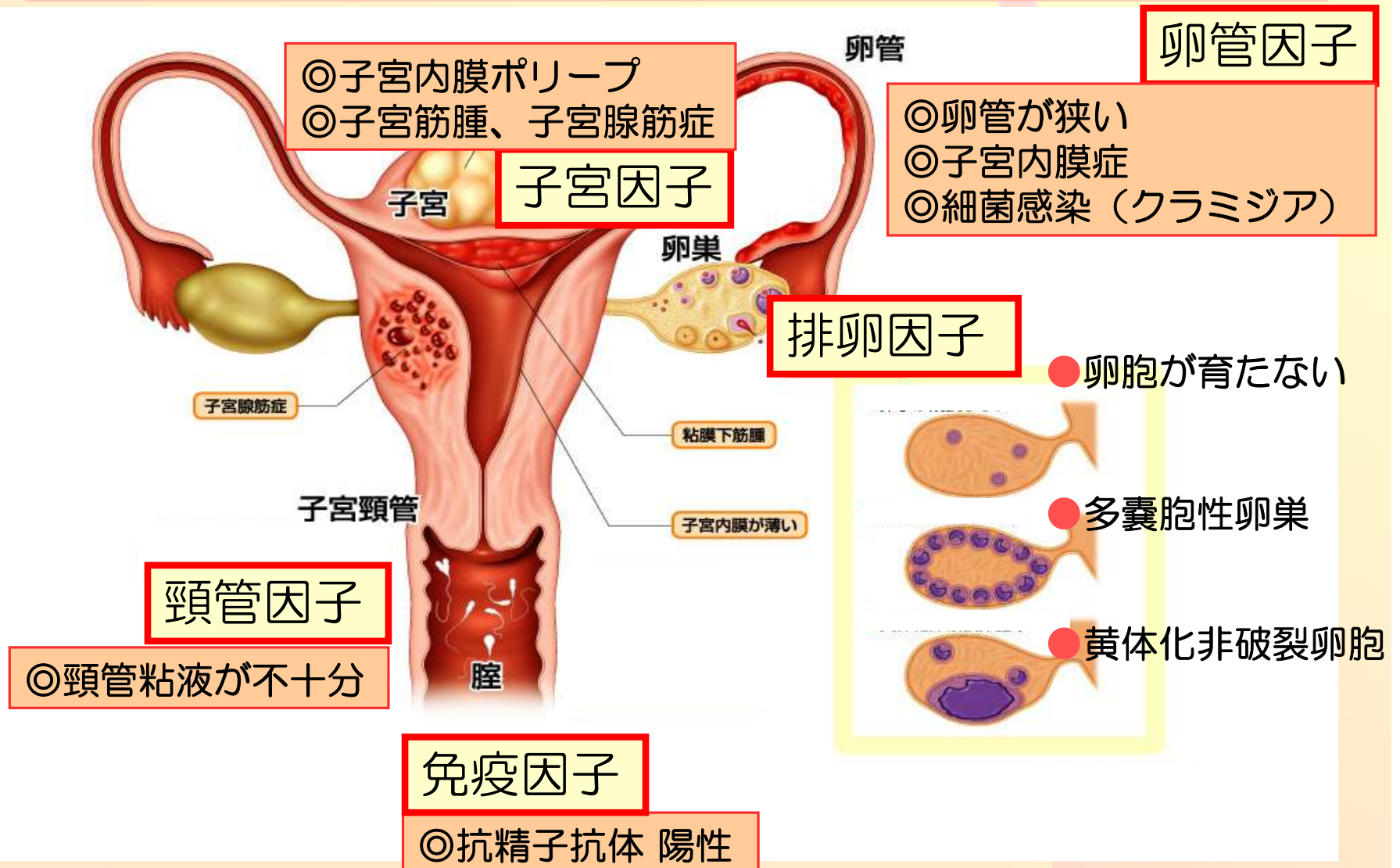
新患教室

- ❁ 女性不妊の原因
- ❁ 男性不妊の原因
- ❁ 男性不妊に対する対策

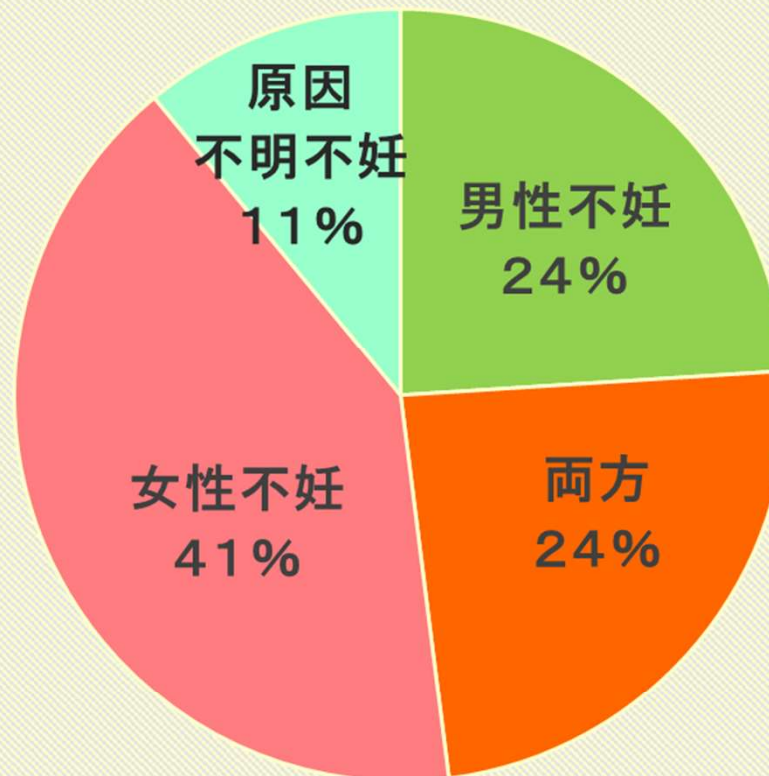


WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN

女性不妊症の原因



不妊原因は男女半々・・・♂♀



男性不妊症の原因

精路通過障害

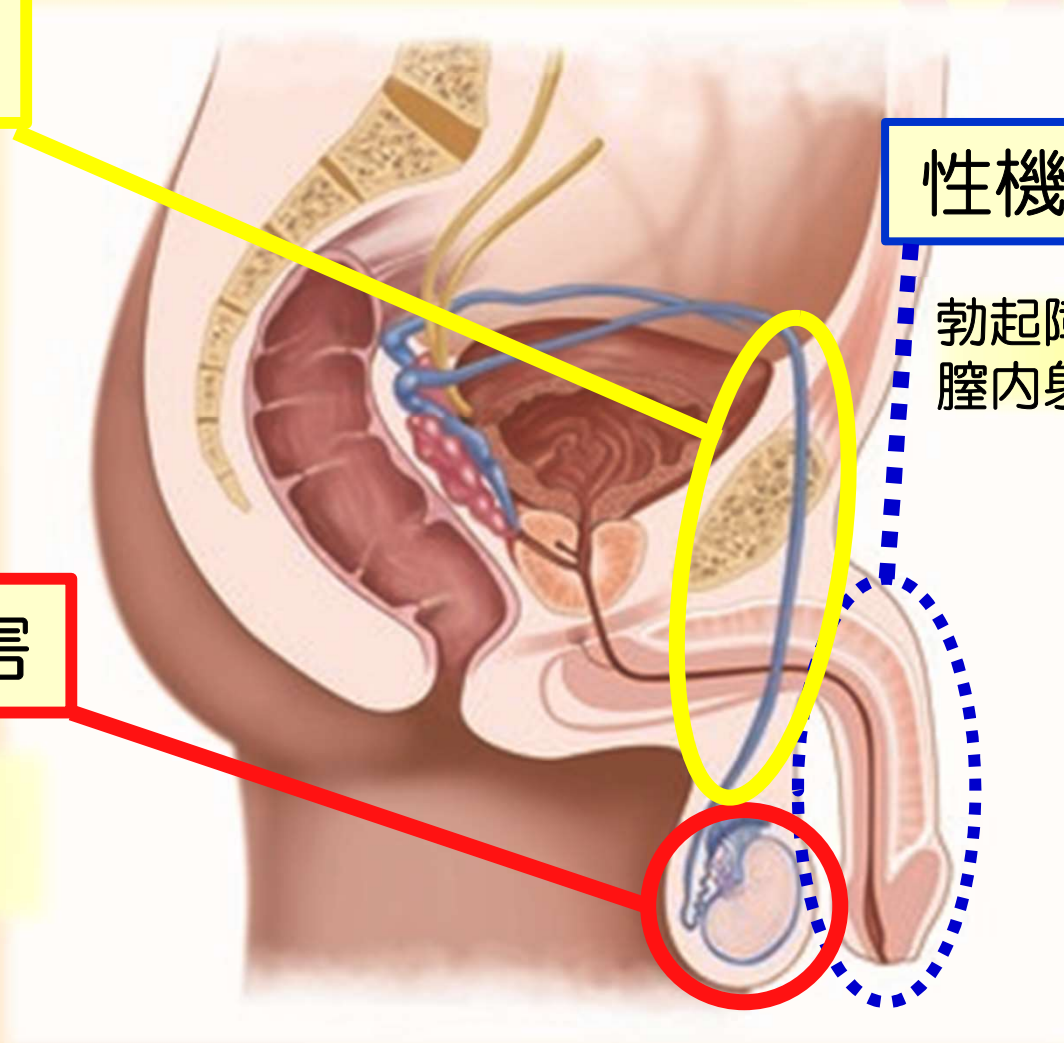
原因不明
精巣上体炎
鼠径ヘルニア
手術後など…

造精機能障害

原因不明
精索静脈瘤
染色体異常など

性機能障害

勃起障害
腔内射精障害



男性不妊症の原因

♣ 造精機能障害 82.4%
【精巣で精子を作る力が低下している状態】

♣ 性機能障害 13.5%
【勃起や射精がうまくいかないことがある】

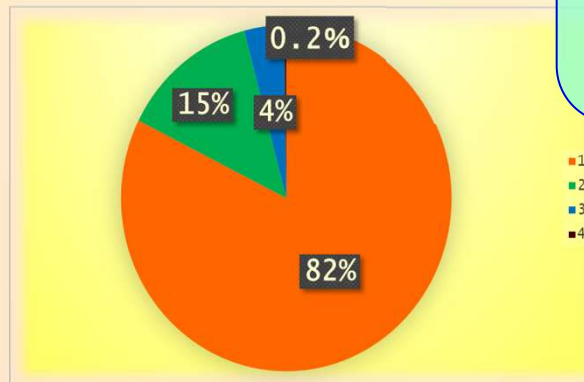
♣ 精路通過障害 3.9%
【精子の通り道が詰まっている】

♣ その他 0.2%
【精子鞭毛異常など】

原因不明 42.1%
精索静脈瘤 30.2%
染色体異常など 9.9%

勃起障害 6.1%
膣内射精障害 7.4%

原因不明 1.2%
精巣上体炎後 0.7%
鼠径ヘルニア手術後 0.6%
精管欠損・精管結紮 1.2%
その他 0.2%



精液所見による男性不妊の分類/対策

精液検査でわかること…

乏精子症

【精液中に精子が存在するものの、数が少ない場合】

精子無力症

【精子数は正常だが製造された
精子の運動率が悪い状態】

奇形精子症

【正常な形の精子が4%に満たない場合】

膿精液症

【白血球が精液1mlあたり100万以上の場合】



WHO（2010年）の精液検査の基準値

項目	下限値
精液量	1,5ml以上
総精子数	3900万以上/1回の射精あたり
精子濃度	1500万以上/ml
精子運動率	40%以上
正常形態率	4%以上
白血球数	100万個以下/ml

⇒精液検査の所見によって人工授精や体外・顕微受精が検討されます。
また男性不妊専門の泌尿器科への受診をお勧めすることがあります。

精液所見による男性不妊の分類 / 対策

精液検査にてわかること…

無精子症

【精液の中に精子が全く認められない場合】

⇒男性不妊専門の泌尿器科への受診となります。

⇒精巣生検を行い精巣内に精子が確認されれば
精巣内精子回収法（TESE）と顕微受精により
妊娠の可能性が期待できます。



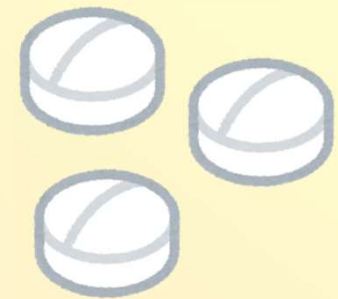
男性不妊症と対策

性交障害

【勃起不全（ED）や膣内で射精することが困難】

⇒加齢や糖尿病などが原因のほか
ストレスやプレッシャーなどによっても
起こるとされています。

⇒ED治療薬の服用や人工授精を行うことで
妊娠を目指していきます。



新患教室

- 🌸 不妊症基礎検査
- 🌸 タイミング療法
- 🌸 排卵誘発剤の話
- 🌸 IUI【人工授精】
- 🌸 不妊治療の現状



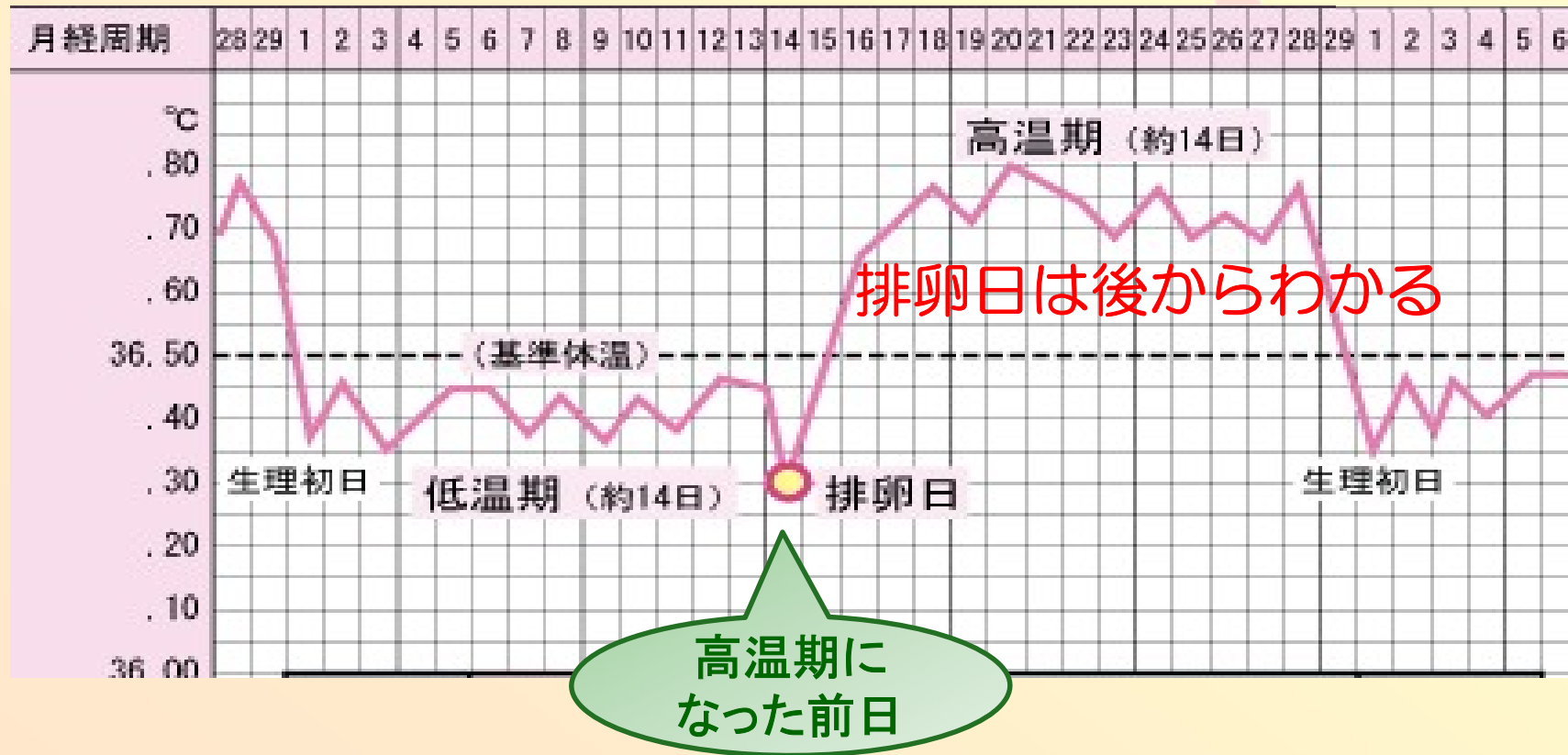
WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN

不妊症の検査(基礎検査)



- ① BBT（基礎体温表）
- ② ホルモン採血検査・AMH（月経中）
- ③ 子宮卵管造影・子宮鏡・通色素検査
- ④ 超音波検査
- ⑤ 子宮頸管粘液検査・ヒューナーテスト
- ⑥ ホルモン採血検査（高温相）
- ⑦ クラミジア検査
- ⑧ 精液検査

① BBT（基礎体温表）



- ♣ 婦人体温計で測る
- ♣ 起き上がる前に 舌下で測る
- ♣ およそ5時間以上の睡眠の後に測る

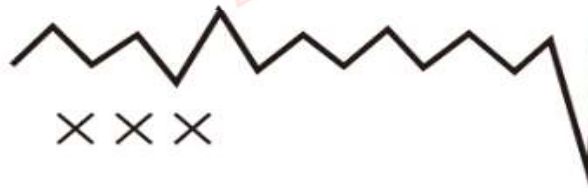
- ♣ 月経周期を記載する
- ♣ タイミングをとった日を記載する
- ♣ グラフ化する

② ホルモン採血検査 ・ AMH（月経中）

◆ホルモンの基礎値をみて、排卵しやすい状況かどうか調べます。

- FSH
- LH
- E₂(エストロゲン)
- PRL (プロラクチン)

月経3～5日目に
採血



月経

- AMH
(アンチミュラーリアンホルモン)

卵子数の備蓄程度を
知る事が出来ます。



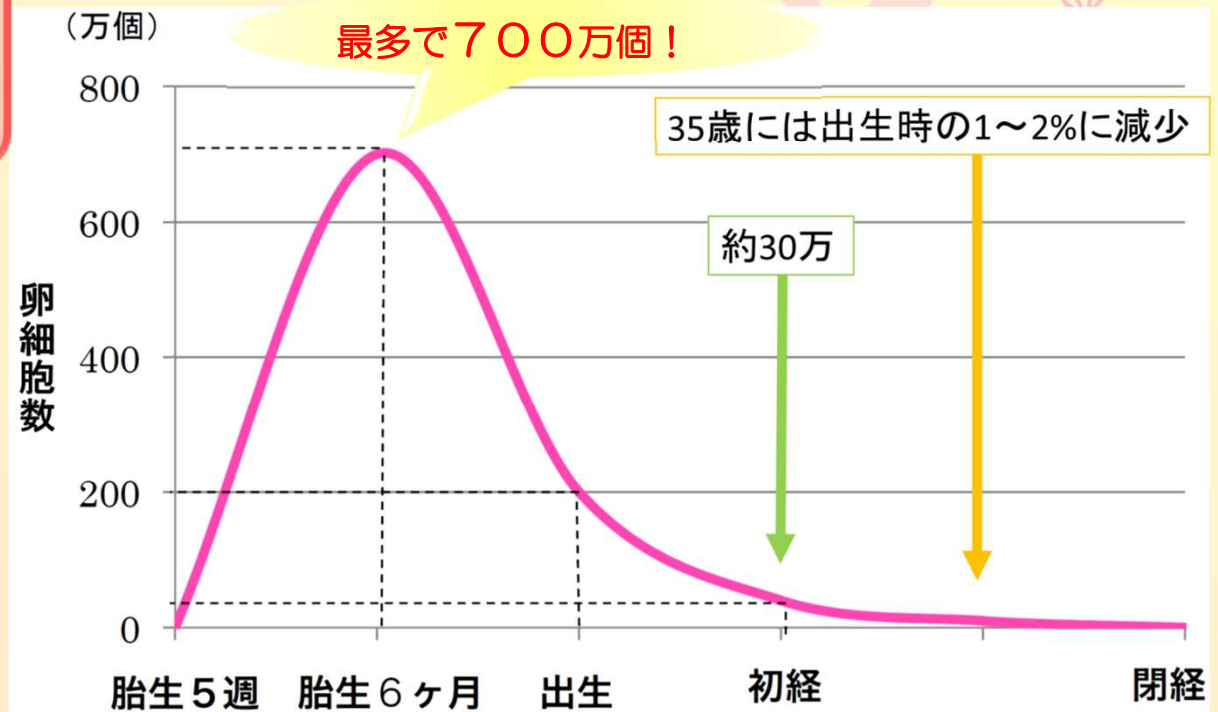
月経

卵子数の年齢による変化

排卵されるのは毎月1個
殆どの卵子は途中で消滅

AMH

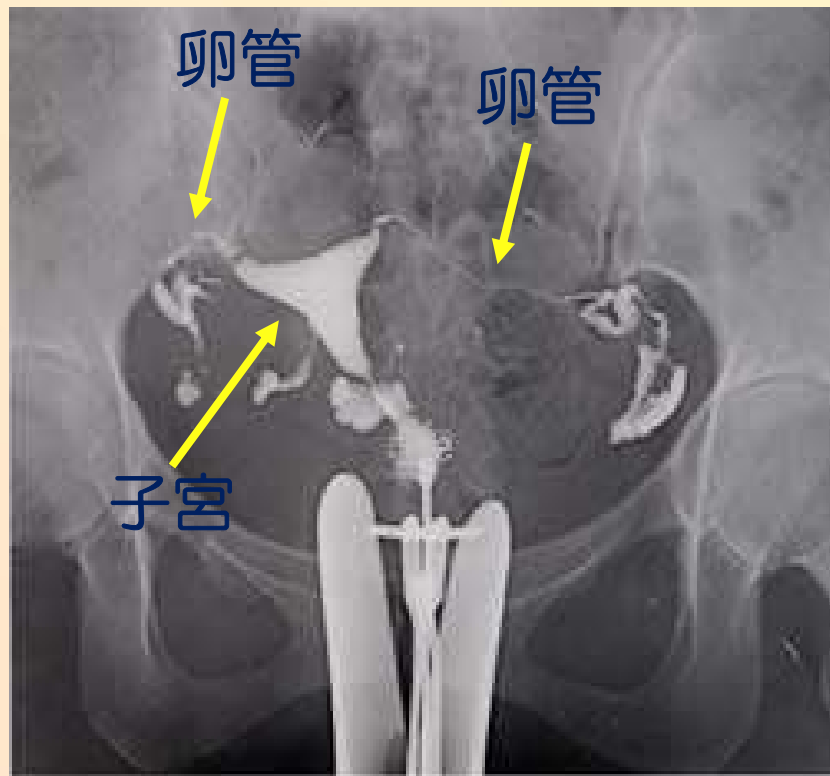
(アンチミュラーリアンホルモン)



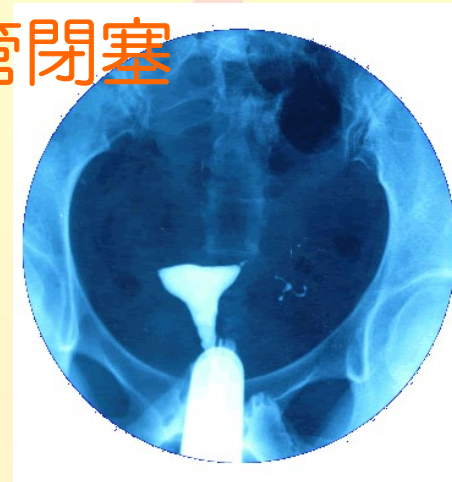
卵子は産まれる前に準備されており、**増えることはありません。**
そのため年齢を重ねると、卵子も身体と同様に妊娠する力が衰えます。

③子宮卵管造影

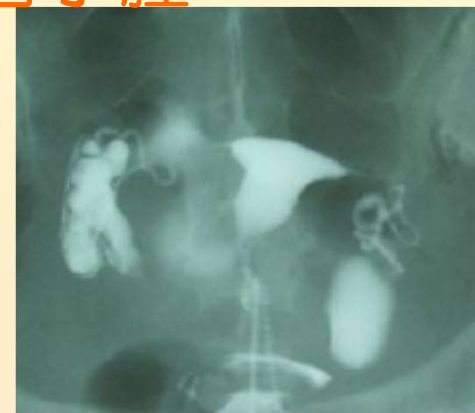
①正常



②卵管閉塞

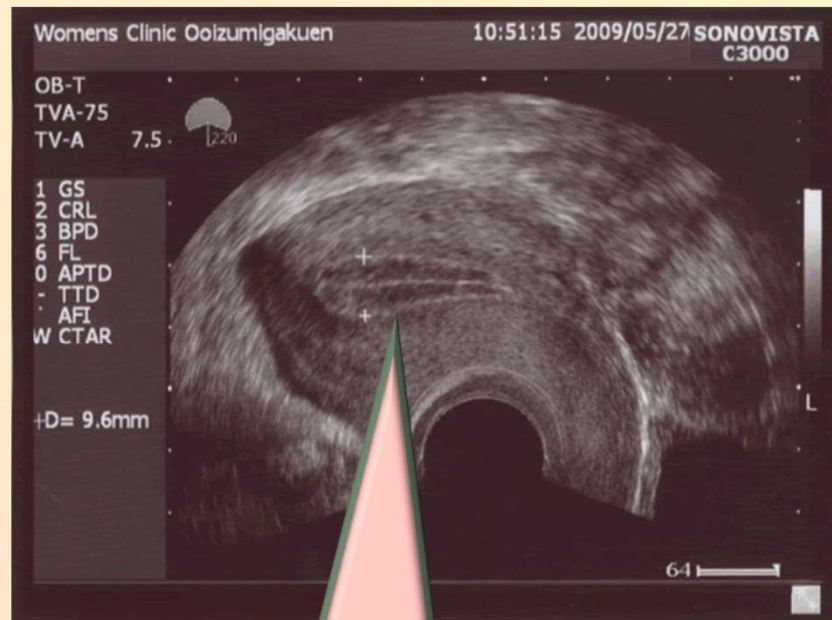


③卵管水腫



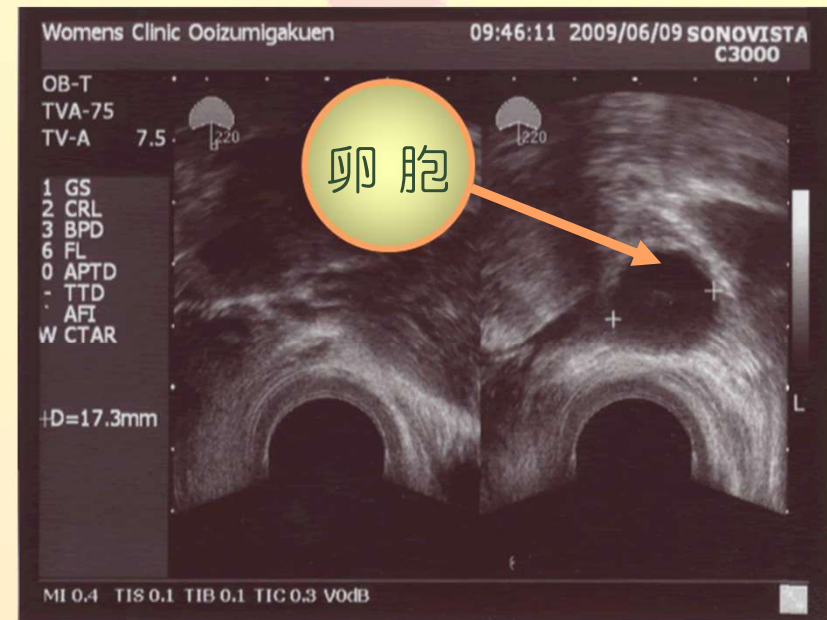
④超音波検査

＊卵胞期の子宮＊



子宮内膜は木の葉状
になっています。

＊卵胞期の卵巣＊

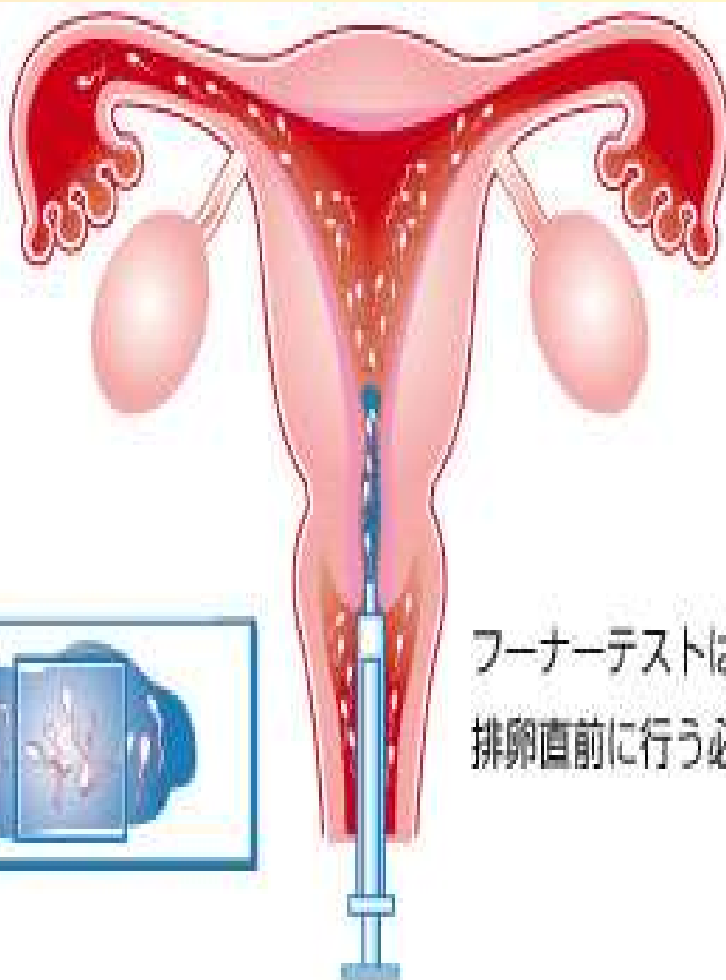


右の卵巣

左の卵巣



⑤子宮頸管粘液検査・ヒューナーテスト



フーナーテストは頸管粘液の状態のよい
排卵直前に行う必要があります。

排卵期の頸管粘液

- 量：0.3 ml 以上
- 性状：水溶性のサラサラして粘調度が低い。
- 牽糸性：9 cm 以上



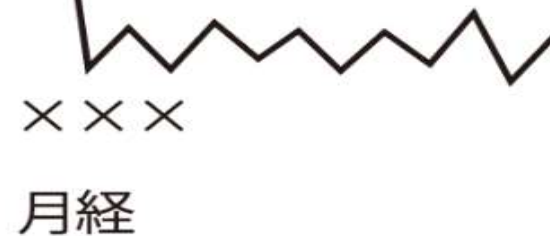
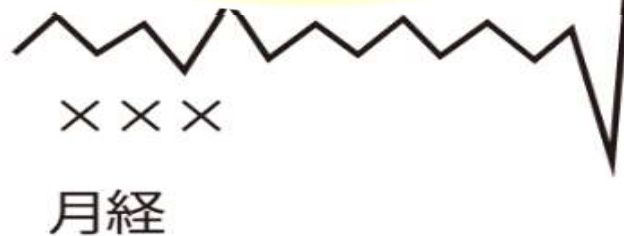
⑥ ホルモン採血検査（高温相）

◆着床・妊娠継続に適したホルモン値であるかと貧血の有無等を調べます。

- E_2 (エストロゲン)
- P_4 (プロゲステロン)

子宮内膜を厚くする
ために十分なホルモ
ンが出てるか確認！

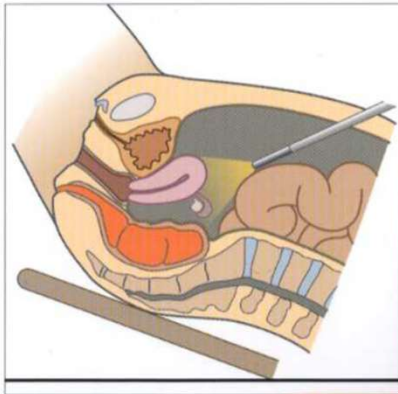
高温相7～10日目頃に
採血



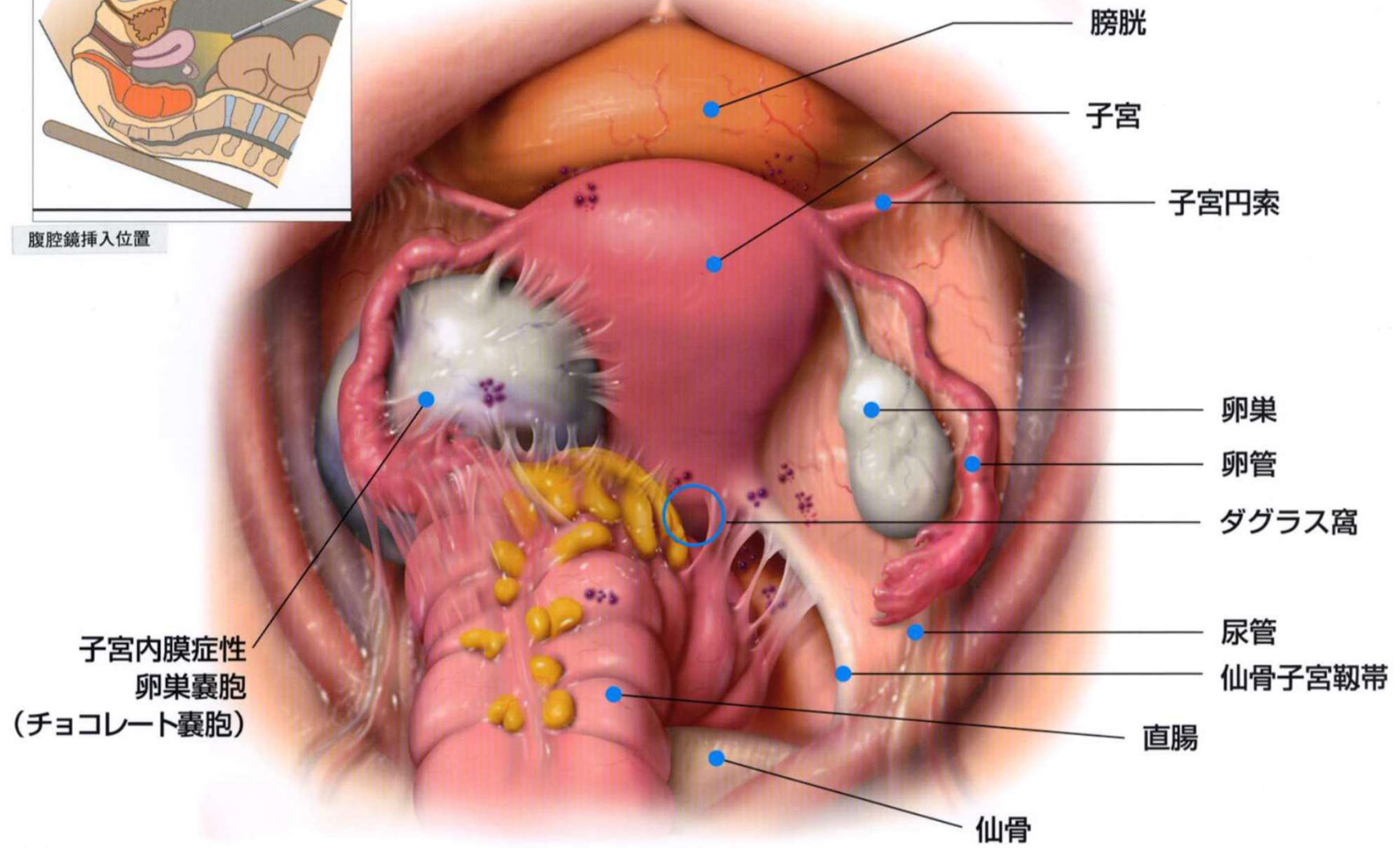
⑦ クラミジア検査



- 陽性だった場合はご夫婦で治療を受けて頂きます。
(抗生物質の内服)
- 検査や治療を進める上で、クラミジアに感染しているかどうかが大切な情報になりますので、初診時に検査させていただきます。



腹腔鏡挿入位置



⑧精液検査

どんな検査？

- 専用の容器に射精して頂き

【精液の量・外観・精子濃度・精子運動率・奇形率・白血球数】

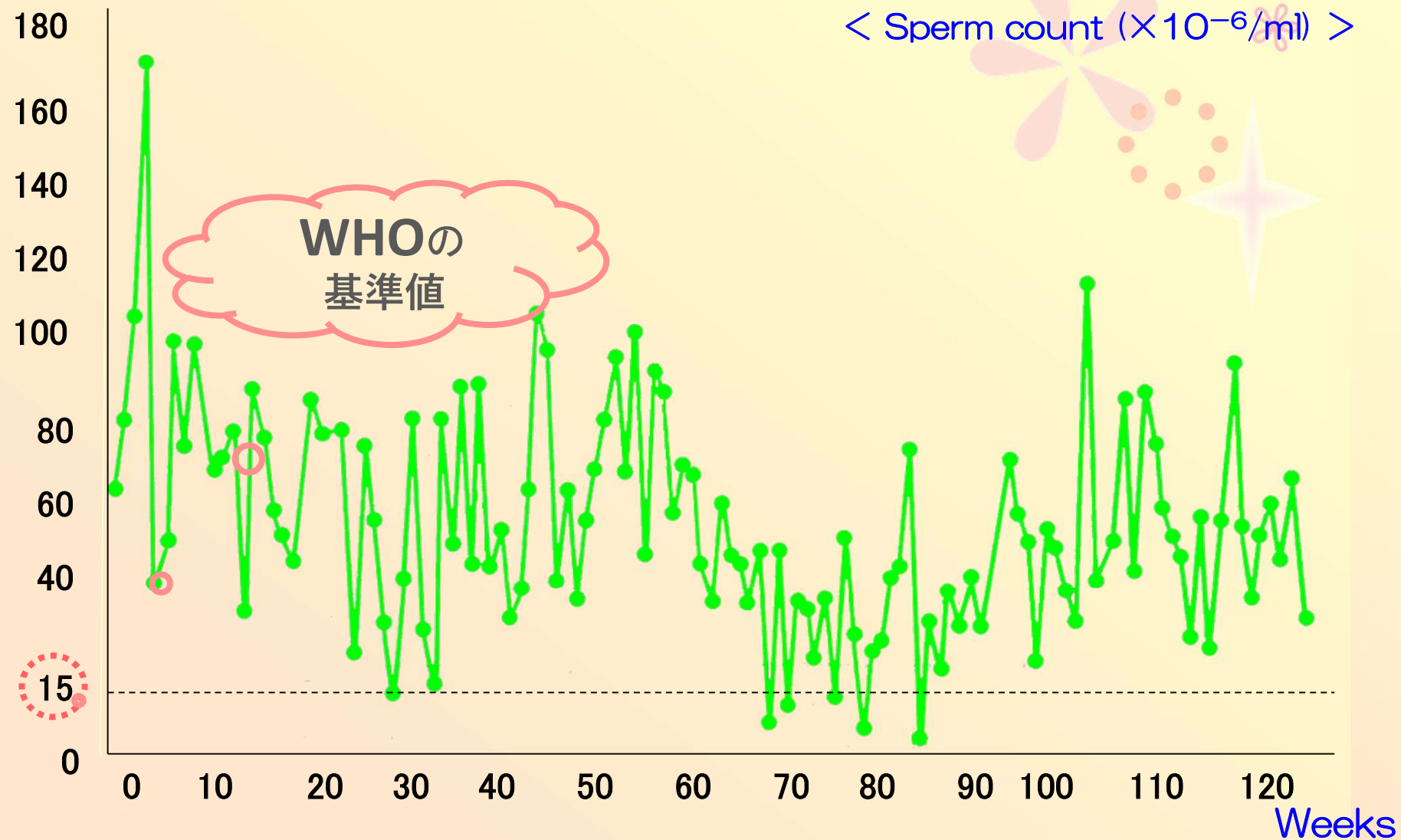
を調べます。

- 検査結果により、再検査または
男性不妊専門医を紹介することもあります。



精子数の変動

※同一人の2週間毎の精子数の変動



タイミング法

基礎検査と
平行して...

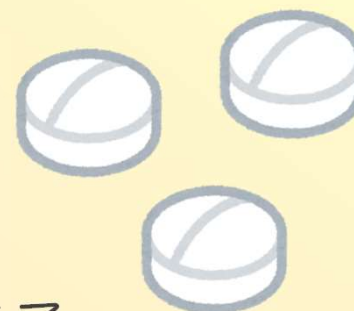
- エコー（超音波検査）による卵胞計測
- 子宮頸管粘液検査
- 尿中LHサーージ出現のチェック

これ等を基に性交渉の時期をお伝えします

※ 基本的には6周期程行いますが、状況によって
早期にステップアップ（子宮内精子注入法）の
お話をすることがあります。

排卵誘発剤のこと・・・

- クロミフェン(クロミッド)など
- 脳の視床下部に働きかけ、FSH ・ LHの分泌を促す作用がある。
- 長期間服用すると…
 - 内膜が薄くなることがある
 - 頸管粘液が少なくなることがある
- 複数個の卵胞が育つ可能性・・・
 - 多胎（双子、三つ子…）のリスクが上昇する。

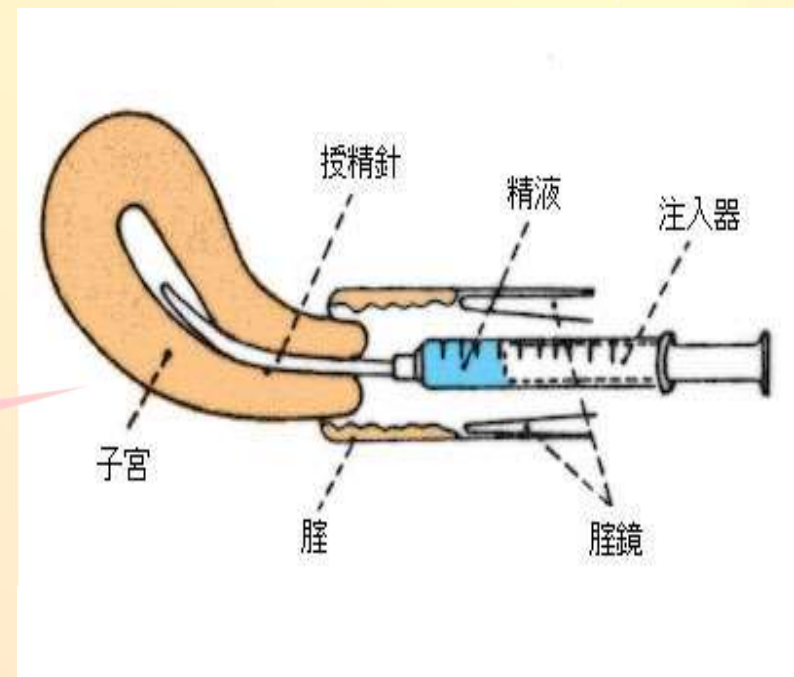


I U I (子宮内精子注入法)

- 排卵時期に合わせ、調整された精液を専用カテーテルにより子宮腔に注入します。

※基本的には6周期程行いますが状況によって早期にステップアップ(体外受精)のお話をする場合があります。

先端は柔らかいチューブです。



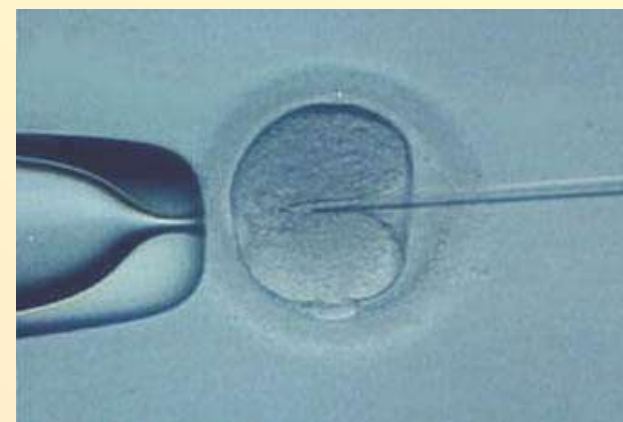
不妊治療の現状

● 一般不妊治療

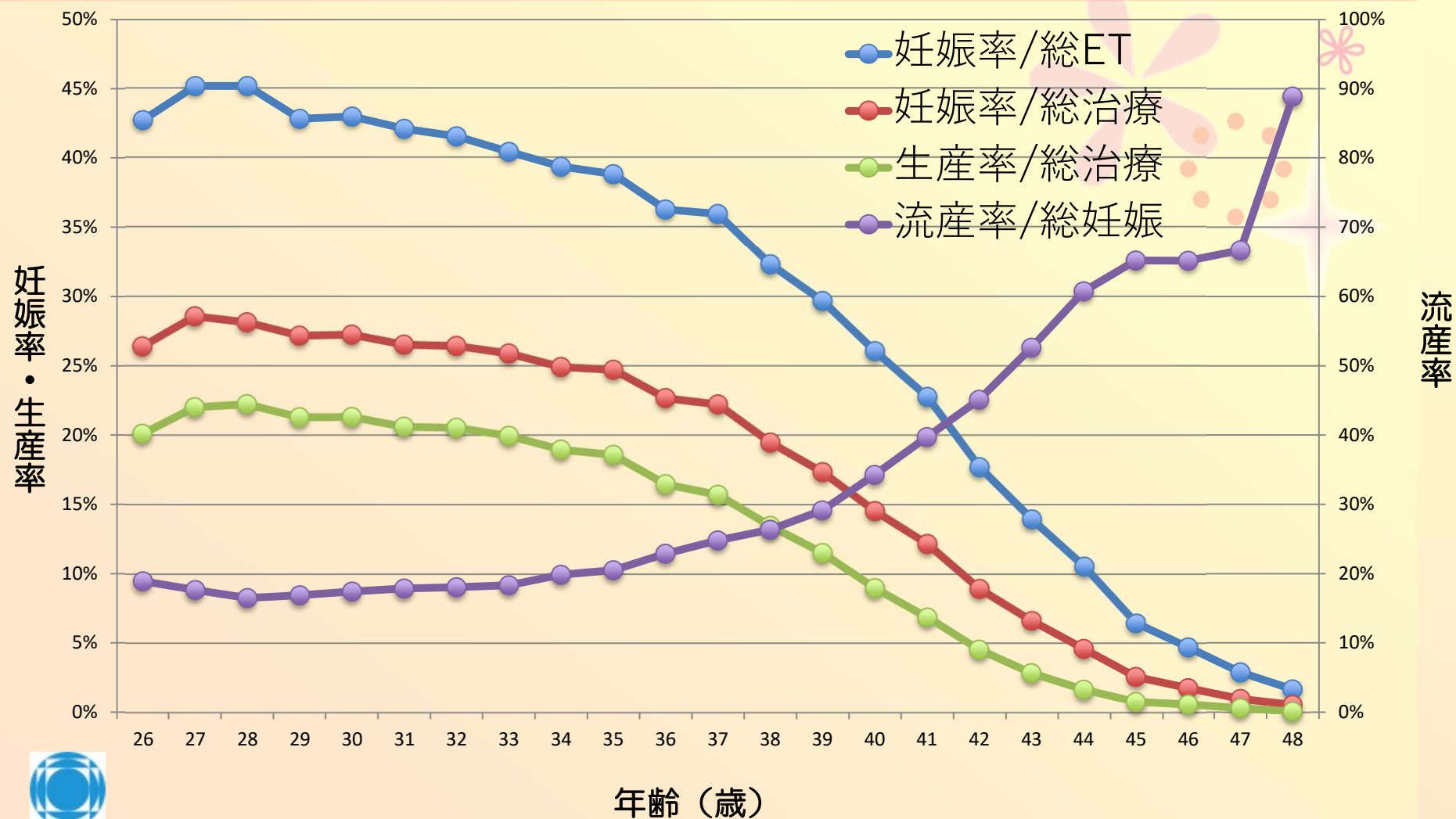
- タイミング指導・人工授精・薬物療法 など
- 2年以内に得られる妊娠率 43%

● 高度生殖補助医療（移植あたり妊娠率）

- 体外受精胚移植 22.6%
- 顕微授精 17.8%
- 凍結融解胚移植 33.2%



ART妊娠率・生産率・流産率 2016





WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN



新患教室

- ❁ 治療中に感じる気持ちのこと
- ❁ 日常生活で出来ること（ご夫婦・男性・女性）
- ❁ 風疹・麻疹のこと
- ❁ 不妊治療あるある
（よくある質問をまとめました）



WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN

不妊とは・・・？

子どもを欲しいと望まなければ
「自分は不妊だ」とは思わない。

「親になれる存在なのになれない自分」
「産む性、産ませる性を持った存在なのに
赤ちゃんを授けられない自分」 など…



自分を否定的に捉えたいことがある…

不妊に悩んでる方の悩みや気持ち

仕事や家事をしながらの
治療・通院は
大変

検査や治療は、
自分の体や赤ちゃん
には影響が
ないの？

不妊症の悩みを誰
にも**相談**
できない…。

周りの人から
「子どもはまだ
なの？」と言わ
れる辛さ…。

兄弟や友人などの
妊娠・出産を素直に
喜べない。

どうして私には
赤ちゃんが
出来ないの？

パートナーが辛い
気持ちを**わかって**
くれない。

早く**赤ちゃん**
欲しいな…



不妊治療で感じる気持ちの変化

受診前

検査・治療

終結

- ◆時期～
まだ早い？
- ◆仕事との両立～
通院大変？
- ◆社会の偏見

- ◆女性の身体的負担
- ◆治療のステップアップに
対する不安や葛藤
- ◆治療と現実とのギャップ
- ◆自然ではないという抵抗感
- ◆妊娠しない事へのいらだち
- ◆経済的負担

- ◆夫婦間での新たな葛藤
- ◆自責の念
- ◆まだあきらめたくない
- ◆治療をやめることの
難しさ



女性の気持ち ♀

- 病院に行く前から不妊に気づいている
- 子供ができない＝治療するのは当然
- 不妊の原因を知りたい
- 治療がつらいとき、話を聞いて共感してほしい
- 夫には治療に協力してほしい。治療の結果も夫から積極的に尋ねてほしい
- 月経がくると「またダメだった」と悲しい気持ちになる
- 改善できることがあれば、できるだけ早くチャレンジしたい

男性の気持ち ♂

- 女性に言われてはじめて不妊を意識する
- 不妊治療＝大げさと捉える
- 自分が不妊の原因だと言われるのが怖い
- 治療がつらいなら、やめた方が良いのではと思う
- どうすれば協力になるのかがわからない。治療の結果も自分から聞かないことが多い
- 妊娠しなかったのが悲しいのはわかるけど、くよくよしても仕方がないと思う
- あまり焦りたくない。特に人工的な治療は受け入れにくい

日常生活で出来る事 ~ご夫婦編~



♡ 健康管理に努めましょう。

♡ 体重、血圧など普段の状態を把握し、適度な運動、
バランスの良い食生活を心掛けましょう。

♡ 現在、治療している病気がある場合は、不妊治療や妊娠が
可能か確認しておきましょう。

♡ 夫婦で禁煙しましょう。



日常生活で出来る事 ~ご夫婦編~

♡ 『不妊治療は夫婦で取り組むもの』

お互いの意思を確認したり、知識を深めましょう。



♡ 楽しめることを見つけ、趣味や好きなことを
我慢しすぎないようにしましょう。



♡ 頸管粘液を（オリモノが増えてきたと）感じたら

高温相になるまで、**可能であれば**隔日で

タイミングをとりましょう。

日常生活で出来る事 ~女性編~

- ◆ 葉酸を摂取する
- ◆ 女性ホルモンやビタミンなどを補う
- ◆ 細胞の酸化を防ぐ・血流改善など

↓
食事やサプリメント

- ◆ 早寝・早起きをしましょう

↓
成長ホルモンとメラトニンの分泌を促します



～鍼とお灸について～

“ストレスを感じている”

“冷え性”

“月経痛がひどい”

日頃の疲れを癒し、からだを中から温めましょう

現代では鍼や灸の効果についての研究もすすみ、

“筋**緊張**の**緩和**” “血流改善”

“痛みの**緩和**”

“自律神経の調整”

などに効果があるとの報告も出されています。

施術時間は1時間
料金は ¥ 4,000 です。

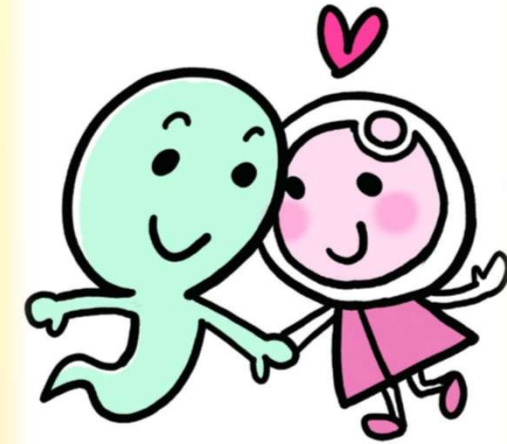
看護師・鍼灸あんまマッサージ師 千葉三起子



日常生活でできること ～男性編～

精子力を高める7箇条

- ① 禁煙すべし
- ② 禁欲するなかれ
- ③ ぴったり下着は避けるべし
- ④ サウナ、長風呂は控えるべし
- ⑤ 膝上でのP C操作に注意すべし
- ⑥ 自転車で股間を刺激するなかれ
- ⑦ 育毛剤に気をつけるべし



*引用文献： 男性不妊バイブル（獨協大学 泌尿器科医 岡田弘）

活性酸素の発生源となる深酒、強いストレスを避ける

→ 生活習慣の改善や抗酸化サプリメント摂取

（コエンザイムQ10、ビタミンE、ビタミンC、亜鉛）

風疹・麻疹(はしか)の抗体検査

- 風疹抗体検査HI法; **16倍以下**
- 麻疹抗体検査IgG法; **12以下**
- 麻疹抗体検査NT法; **8倍以下**

上記の結果の場合、
当院では**ワクチン接種をお薦め**しています。

- ※妊娠していない状態で接種しましょう。
- ※接種後**8週間の避妊期間**が必要です。



不妊治療あるある!!



- 性交後は、腰を高くして置いた方が妊娠しやすい。
- 性交後は、お風呂・シャワー・ビデはやめたほうがいい。
- 生理痛は我慢するのが一番！お薬を使うと妊娠できなくなる。

不妊治療あるある!!

腰を高くしておいても、
妊娠率は**変わりありません。**

“精子が出ていってしまう…”と
言う**心配はありません。**
通常的生活を送っていただいて
かまいません。

辛いときには使用してもかまいません。
用法・用量を守り使用して下さい。
高温相の時に薬を使用するときは…
妊娠の可能性あることを考慮しましょう。

不妊治療あるある!!



- 月に1回だけトライする！
溜めて置いた方が、精子が濃くていい。
- 卵子は老化するが、精子は何歳でも生殖能力がある。
- 先生に診てもらえば、必ず妊娠する。
- 体外受精をすれば、妊娠できる。

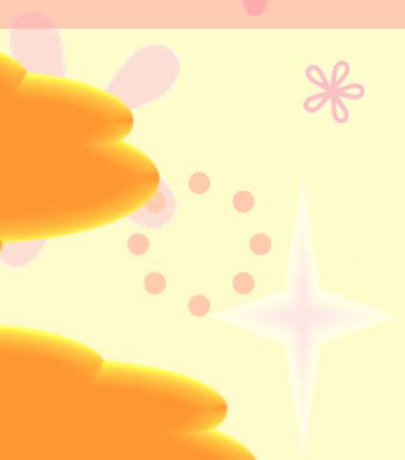
不妊治療あるある!!



禁欲期間が長いと、精子の
運動率が低下すると
言われています。

実際には、そうではありません。
年齢とともに精子にも衰えが
現れてきます。

残念ながら100%の妊娠率は
あり得ません。



最後までご試聴頂きありがとうございました。

不妊治療中は時にはつらい気持ちになることも
あるかもしれません。

そのようなときには、ぜひ看護師に声を掛けてください。
私たちは、患者様の良き伴走者として
共に治療に向き合い寄り添います。

患者様ご夫婦にとって、
不妊治療自体を前向きに捉えられるよう
お手伝いできれば幸いです。

～thank you for listening～



WOMEN'S CLINIC
OIZUMIGAKUEN