

女性のカラダ特集

# 不妊治療のススメ

自分のカラダと今こそ向き合おう

女性の社会進出による晩婚化や環境の変化などにより、授かりにくく悩む夫婦も多いという昨今。医療の進化に伴い最新の治療方法や、東洋からの改善方法などさまざまなものが存在します。普段どこまで知ることのない自分の身体。きちんと向き合い、まず知ることから始め、自分に合った方法を見つけみてみてください。

## 不妊治療を経て、女兒を出産 夫婦にインタビュー

不妊治療をはじめたきっかけは？

**K** 結婚してから約半年、なかなか思うようにいかず、まずは旦那に相談せずに一人で診てもらいに行きました。きっかけは自分の年齢の壁が、やっぱり大きかったですね。少しでも早くしなさんと。

**T** 気になっていることを知って、自分も取り組まなければならぬと感じました。原因が男性側の場合もあることは知っていたので、でも、知識的なことや自分の体について、無知に近い状態。とにかく知ることからだと思いました。

治療期間中、お二人で心がけていたことは？

**K** 1カ月にチャンスは限られているので、「今回もだめだったか」と、リセットされる度へこみましたけど、重く考えないようにしていました。

**T** 仕事で遅くなっても、なるべくコミュニケーションを取り、精神バランスを崩さないようにしてました。一人で取り組む問題じゃないですし、お互いプレッシャーを与えないよう心がけていました。

不妊で悩む方へのメッセージ

**K** 年齢が上がれば上がるほどリスクが増えると感じ、迷わず始めました。でも、当初は違う先生に診てもらっていましたが、一向に兆しが出てくなくて……。それで、別のところで自分の体を調べてもらおうことにしたんです。その検査で初めて自分の体質を知り、それから治療が自分に合った方法に変わりました。今だから言えますが、不妊治療がうまくいかず諦めてしまいう前に、違う先生に診てもらおう勇気をもつことも大事だと思いました。

**T** 女性側だけの問題でないこともあるので一緒にやって取り組むことでお互いに絆も深まりました。治療のときにできれば旦那さんも一緒に来てもらうことをおすすめします。「すごく心強い」と奥さんも安心してくれました。娘が生まれてからも、その時の思いを共有できるので、支え合いながら楽しく夫婦で子育てができています。



結婚して約3年になるKさん(左・34歳)Tさん(右・32歳)ご夫妻。約1年半の治療期間は、お互いにプレッシャーをかけないよう気遣われていたそう。



妊娠10週6日と13週1日に撮影した超音波写真。すくすく育っているのがわかり、メモにママの喜びが伝わってきます。今ではKちゃんを授かった喜びを日々感じながらご夫婦で育児に取り組む毎日だそうです。



完全個室のプライベート空間  
女性鍼灸師が必ず対応してくれる女性専門院

女性鍼灸師による、女性のための鍼灸サロン「for You」。10年以上、不妊に悩む女性たちをサポートしてきた不妊カウンセラーが、親身に丁寧にお悩みに応じて、今まで辛く感じていた治療が、幸せで前向きな気持ちになれたと数多くの方が訪れている。一人ひとりゆったりと、マイペース&リラックスして身体づくりに励めるように、個室のプライベート空間にて施術は完全予約制となっている。下記QRコードより空き状況をチェックして、必ず事前にご予約を。



**Menu**  
● 妊婦サポートコース…全4回35,000円(税別)  
● 不妊専門クリニックでの治療をメインに、鍼灸を併用される方におすすめ  
※その他コース、サービス等有り

**特典**  
初回限定  
無料体験実施中!  
(カウンセリングと東洋医学的診断、鍼灸治療を60分~90分で無料体験)



**喜びの声**  
● 妊活中は本当に色々試してみても、自分に合う病院や鍼灸にたどりつくまで長かったです。こちらに通いだし、「身体全体を覗てもらっている」と実感し、「授かる予感」がしました。びっくりするくらい順調に授かり、この命を大切に育てたいと思っています。(35歳で出産)

**【夙川】**  
**鍼灸サロン for You** (フォーユー)  
西宮市相生町7-12 ショコラ夙川2F  
(阪急夙川駅北口改札出て徒歩約2分)  
受付/月・火・土10時~10時半、14時半~19時  
水・木・金・日曜日定休(不定期診療あり)  
※完全予約制 近隣コインP有り  
☎0798-71-3939  
<http://rumishinkyuu.com/>



## 創業100年の漢方薬局 実力薬局100選 「子宝部門」連続受賞

専門カウンセラーがいる漢方薬局で妊活相談を

神戸市内に3店舗を展開する同薬局。「子宝カウンセラーの会」認定店として実績があり「良質な卵子を育てる」「無排卵を改善」「精子の運動率を上げる」「体外受精に向けた体づくり」など、目的に合わせた漢方を選薬。「不正出血がある」「高温期が短い」などの相談も多く、2人目不妊や病院治療に行き詰まりを感じた方も。より早い効果を求めて病院との併用で通う方も多い。これまで妊活セミナーを何度も開催。セミナーもカウンセリングも気軽に電話予約を。



タンポポ茶「ショウキT-1プラス」30包11,286円。相談予約はLINEでも可。

**喜びの声**  
● 半年間、自己流でタイミングをとりましたがうまく行かず、治療を開始。病院ではホルモン値の低さと貧血を指摘され、体質改善のため小室さんに相談。漢方と病院の薬を併用した結果無事妊娠!アドバイスを参考に、夜10時以降はスマホなどを見ず、朝型の生活に改善。ドクターから次のステップを勧められていたので、まさか妊娠するとは!感謝しています。(京都府・女性)



**【JR神戸】**  
**漢方のサツマ薬局 総本店**  
神戸市中央区北長狭通7-3-10 営/9時半~18時半 (カウンセリング最終17時半)  
カウンセリング予約制 日・祝定休 8/11~15休み  
☎0120-159-900 (☎078-341-2283)  
<http://320320.net/>

**特典**「シティライフを見た」でカウンセリング後に温灸体験30分初回1,500円→**無料**(8月末まで・要予約・新規の方のみ)



## メディアでも注目の同薬局 2人目不妊の改善例も続々

男性不妊も気軽に相談を

新聞やラジオなど取材が相次いでいる同薬局。開局1年にも関わらず、今年に入り「妊娠しました」という報告が毎月のように届くように。「漢方本来の効果を発揮できる煎じ薬と、妊娠力を高めることに特化したサプリメントを合わせることで確実に成果が出てきています。」とは国際中醫師・薬剤師の秋山代表。上海と廣州、2校の中医薬大学で学んだ本場の漢方相談を受けられるのは関西ではここだけ。まずは一度予約を。

**「体外受精サポートも好評」**  
＜女性＞  
● 卵子の成長が遅い  
● 卵のグレードが低い  
● 子宮内膜が厚くならない  
● なかなか着床しない  
※ 体外受精で上記のような悩みを持つ方は一度ご相談を

＜男性＞  
● 精子の数が少ない  
● 精子の運動率が悪い  
● 精子の奇形率が高い  
● 精神的にしんどい

**特典**「シティライフを見た」で葉酸たっぷり  
**特製なつめ「彩りなつめ」プレゼント**(先着10名のみ・8月末まで)

**【夙川】**  
**彩り漢方薬局**  
西宮市相生町6-41 営/平日10時~19時、日曜10時~16時 火曜・祝日定休 8/14休  
☎0798-73-7251 (まずは電話にて予約を)

## 不妊症とは? 42

### 妊娠とビタミンDの深い関係について

[再掲載] 執筆: 理事長 塩谷雅英

塩谷雅英 理事長プロフィール  
鳥根医大卒業後、京大産婦人科に入局、神戸市民病院を経て、2000年3月垂水に開業。2004年4月に、さんのみやクリニックを開院。

**英ウイメンズクリニック**  
<http://www.hanabusaclinic.com/>  
☎078-392-8723  
神戸市中央区三宮町1-1-2 三宮セントラルビル2-7-8F  
診療日時(予約制)  
平日 8時半~16時  
土日祝 8時半~15時

ビタミンDは骨にとつて大切な成分なのですが、実は妊娠するためにも非常に大切なビタミンであることがわかってきています。具体的に卵巣の働きを活発にしたり、卵子の質改善、および流産予防、さらには、精子にも関係することがわかってきています。このビタミンDは、食事だけでは不足しがちで、多くは日光を浴びることにより体内で合成されるのですが、昨今の女性は日光を浴びることが少なくなり、しかも日焼け止めなどを多用しているため体内で十分合成されず不足しがちです。ビタミンDの不足は不妊症の原因になります。当院では、これら

ら妊娠をお考えのみなさんや不妊で悩んでおられる皆さんに、血液検査でビタミンDの不足をお調べしています。そして不足しておられる場合には栄養士による食事指導やサプリメントの提案、さらには、お薬での治療をお勧めしています。