

ざくろの実●通信 '09夏

発行日/平成 21 年6月 15 日 通算号数/第7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 『体外受精の 30 年 ～特に安全面での飛躍的な進歩～』

山下レディースクリニック
院長●山下正紀

世界ではじめて体外受精による出産が報告されたのは、1978 年のことです。当時は試験管ベビーと呼ばれ、奇跡の誕生として世界中に大きく報道されました。あれから 30 年余り、夢の治療といわれた体外受精も、今や不妊治療の大きな柱として広く行われております。すでに、この方法で百万人を超える新しい命が生まれました。

私自身が体外受精に取り組み始めた二十数年前の日本では、まだ大学を中心に 20 施設ほどで行われているに過ぎませんでした。治療を受けるためには入院が必要で、全身麻酔下での腹腔鏡による採卵は患者さんにとって、ずいぶんと負担の大きなものでした。また、妊娠率も治療とは呼べないくらいに低く、今の時代からは想像できないような状況でした。

その後この分野が発展していく中で、生殖医療を自分のライフワークと定めて研鑽を積み、山下レディースクリニックを開設したのが、12 年前のことです。開院時すでに顕微授精や胚凍結はかなり普及していましたし、妊娠率も相当改善されていました。それでも 12 年の間には、孵化補助法、胚盤胞移植、ガラス化法での胚凍結など、新しく有用性の高い生殖補助技術が次々に開発されました。これらの技術のおかげで、さらに安定した治療成績が得られるようになり、一段と高いレベルの生殖医療を提供できるようになったのです。しかし体外受精を受けられる方にとっての最大の朗報は、やはり治療自体の安全性が格段に向上したことでしょう。安全性に関する具体的な点としては、採卵の安全性が高まったこと、『OHSS (卵巣過剰刺激症候群)』の発症が少なくなったことなどが挙げられます。以前は太く切れの悪い採卵針しか入手できず、採卵にはかなりのリスクをとっていました。今使用している針は、細くシャープで極めて安全な採卵ができます。OHSS については、新しい卵巣刺激法であるアンタゴニスト法の採用以後、ほとんどゼロに減らすことができました。

今後も、ますます安全で、質の高い生殖医療を提供すべく精進してまいります。ご期待ください。



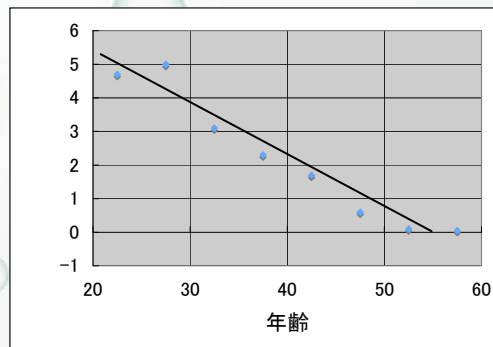
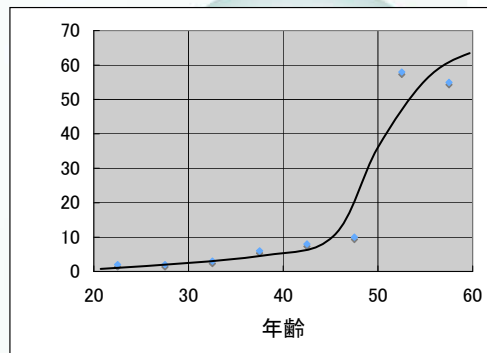
YLC Report no. 7 『AMHの検査結果を治療にいかす』

胚培養士●是兼真子

●卵巣機能低下の早期発見が可能に!

最近、注目されている AMH (Anti-Müllerian Hormone/抗ミュラー管ホルモン) は、発育途中の小さな卵胞である前胞状卵胞の顆粒膜細胞 (卵子の周囲にある細胞) から、おもに分泌されるホルモンで、卵巣機能の評価に非常に有効だといわれています。

これまで卵巣機能の評価に用いられていた FSH (卵胞刺激ホルモン) とは、どのように異なるのでしょうか? ここに AMH 値と FSH 値を年齢別に比較したグラフがあります (Journal of Korean Medical Science 2008)。月経周期が正常であれば、FSH 値は 40 歳頃から上昇する (FSH 値が高いほど卵巣機能が低下している) のに対して、AMH 値は 20 歳の段階で、すでに低下 (AMH 値が低いほど卵巣機能が低下している) 段階にあるのがおわかりいただけるでしょうか。FSH の値は基準値内であっても、AMH 値は人によって大きく異なる可能性があります。つまり、AMH のほうが FSH よりも早期に卵巣機能の低下を発見できるのです。



●AMHの値が高いうちに、胚盤胞凍結をねらう

実際に AMH を測定することで、ほかにはどのようなことがわかるのでしょうか?

AMH の値は、いわゆる前胞状卵胞の数に比例していますので、卵巣刺激を行い体外受精や顕微授精をした場合の採卵数を、ある程度、予測することができます。

Davidらは、**採卵数が6個以下であった方の平均 AMH 値は 7.14pM**であり、採卵数 11 個以上であった方の平均 AMH 値は 17.85pM であったと報告しています (Fertility and Sterility 2002)。

当院で、初めて卵巣刺激を行った後に採卵された方を対象に、**胚盤胞凍結が可能であった割合**を比較してみました。すると、採卵数が 5 個以下の周期で約 25.6%、**採卵数が 6-10 個の周期で約 60.4%**、採卵数が 11 個以上の周期で約 90.1%となり、採卵数が多い周期ほど、胚盤胞が凍結できたケースの割合が高くなります (この数値は、初回 ART の方を対象に採卵数のみに着目したデータです)。

現在のところ、妊娠については、AMH 値と相関はないとの報告が大多数を占めています。つまり、1 個でも質のよい胚 (受精卵) ができれば、妊娠される可能性はあるわけですので、AMH の値が低いと妊娠できないというわけではありません。とはいえ、凍結融解胚盤胞移植は、もともと妊娠の可能性が高い胚移植戦略ですので、これからは AMH で予測される採卵数も十分考慮したうえで、**治療のステップアップの時期を見極めることも必要だ**といえるでしょう。

※このグラフで用いられている AMH の値は、
当院の検査で用いている単位と異なります。

たまごシッター(またの名を胚培養士)日記『はじめての海外旅行での珍事です』

培養室長●岩山 広

学生の時、ノルウェーにバックパッカーで一人旅をしたときの話しです。目的は、北部のロフォーテン諸島のアンデネス島というところでホエールウォッチングをすることでしたが……。

往復のチケットと勢いだけでノルウェーに乗り込んだものの、さっそく入国審査で引っかかってしまいました。出発前に入国審査は「sightseeing」と答えれば大丈夫と友人に聞いていたので、審査官の質問にひたすら「sightseeing」を連呼！すると、別室に連れて行かれるハメに……。

確かに、現地時間の深夜の最終便で日本人の若僧がひよこひよこやってきたとあれば、怪しいのは当たり前ですよね。色々質問されるものの、私は英語がわかりませんし、当然、相手も日本語が話せるわけではないので会話が成り立ちません。

結局、パスポートにある日本語の文言を読み、ということになり、「日本国民である本旅券の所持人を通路故障なく旅行させ、かつ、同人に必要な保護扶助を与えられるよう、関係の諸官に要請する。日本国外務大臣」と読んでみるのですが、こういうときに限ってしどろもどろ……。日本語の読めない日本人……。審査官の冷たい視線を感じつつ、何とか開放されました。

そんな旅の始まりでしたが、まだいくつかやらかしてしまったことがあります。それは、またの機会に……。



↑ヴィーゲラン公園の『人間の塔』

ナース・キャップ……『どうぞ笑顔を忘れずに』

看護師●W.R.

みなさま、こんにちは。山下LCで看護師として勤務して半年という、まだまだ未熟な私ではありますが、一人でも多くの方の笑顔を見ることができるよう精一杯がんばりますので、よろしくお願いします。

ところで、みなさんにとってかけがいのないものはなんのでしょうか？ 私にとっては、看護学生時代の苦楽をともにした友人がそうです。卒業時に、年2回必ず会おう！と、約束しました。職場も住んでいる土地も今はバラバラですが、看護師になって10年、この約束はずっと守られています。友人たちと会ったときにそろって必ずお互いに確認しあうのが、「いつも笑っているか？」ということです。私は「最近笑ってないな……」と思ったときには、家族や友人を誘い食事に出かけます。そこでの会話の中で自然と笑顔を取り戻すことができます。毎日の生活のなかでストレスは切っても切れないものですが、なるべく笑顔で過ごせるように心がけています。みなさんも日々の生活や治療にストレスを感じられることがあると思いますが、どうか笑顔を忘れないでくださいね。

こころの部屋から……『あきらめるといふこと、あきらめないといふこと』

不妊カウンセラー●大端 暁

とかく現代社会では、「あきらめない」＝「がんばりやさん」と評価され、「あきらめる」と「怠けたかのような罪悪感」を抱くことになりがちです。でも、本当は違うのです。上手にあきらめられなくて、違うチャンス逃がすことってありますよね。

「あきらめる」の語源は、「あからめる」であったと考えられています。つまり、事実をあきらかにして、理解し、ありのまま受け入れることこそが、真の「あきらめる」という行為のようです。これが、なかなかどうして難しく、でもやってみると意外と清々しくもあるものです。人生は、選択の繰り返しです。今の自分、今の二人があるのは、何かを選んで、何かをあきらめることを繰り返してきた結果ではないでしょうか？抱えることのできる荷物の量は人それぞれですが、上手に整理できる人のリュック（心）は、軽くて、生きやすそうにも見えます。リュックが軽くなれば、遠くまでたどり着くかも知れませんしね。

かくいう私は、ウンウンうなりながら大荷物を抱えてしまいがちで、サッカー選手でいえば、最後の1秒まで希望を捨てない泥臭いプレーをするゴン（中山雅史）をリスペクトしている、あきらめの悪い人間なのですが(笑)。結局のところ、「あきらめる」ことも「あきらめない」ことも、人からすすめられたからといって簡単にできることではないですよ。選ぶ行為は、人生そのものですから。

ステップアップの時期を迎えリュックが重くなったら、カウンセリングルームに荷物をひっくり返しに来てください。整理がついたら、よいしょっ！と持って帰るもよし、えいやっ！と捨てて帰るもよし、です。

「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『信そば 長野屋』

今回は、山下がおすすめのお店を紹介します。

そばが大好きな私は、神戸に移り住んでより長野屋さんの『カレーそば（800円）』の隠れたファンです。だんだん暑くなるこの時期、パンチの効いたこのカレーそばが無性に食べたくなります。更科そばにどんぶりからあふれるくらいにかかったカレーあん、箸をそっと入れ、底から麺をゆっくりもちあげてあんを沈ませる。それを数回繰り返していいあんばいからまったら、いざ！ 8割以上の方がこのメニューを注文する気持ち、わかります。

1952年志賀高原出身の先代が創業、こんなにも長い間味にうるさい神戸で支持されてきたのはすごいことだと思います。素材へのこだわりを「普通に、無理をしないで」守っている、という二代目ご主人の言葉はとても重みがあります。お昼時は混みあうので相席がお約束。汗をふきふきカレーそばをすする連帯感、高架下だけに電車の音が心地よいBGMとなり、ますますのどを鳴らします。この日隣同士になったご婦人は、10年ぶりに訪れたそうで変わらない味に感激していました。

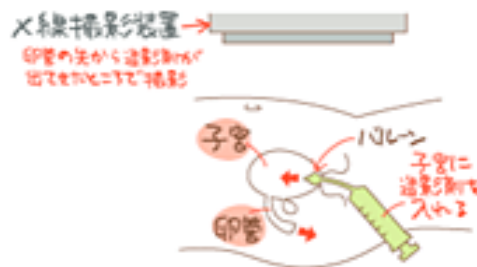
【信そば 長野屋】神戸市中央区北長狭通 1-32-15 JR 高架下 2F（アクセス／阪急三宮駅西口を東へすぐ）／078-331-7356／営業時間 11時半～16時（売り切れ次第終了）／日曜日定休／店内禁煙



知っておきたい! 不妊治療の基礎知識④

『卵管の通過性が確認できる子宮卵管造影』

【どんな検査?】子宮口から造影剤を流し入れ、時間間隔(当クリニックでは、注入直後と30分後)を開けてレントゲン写真に撮ることで、卵管から腹腔内に造影剤が拡散していく様子を調べます。また、子宮卵管造影には卵管の通過性を改善するという治療的な意味もあり、この検査を受けられた方の約3人に1人は数カ月の間に妊娠しています。



【いつするの?】2人に最適な治療方法を探るため、また卵管の通りを改善するためにも、通院開始後できるだけ早い段階に済ませましょう。妊娠の可能性のない時期、つまり月経が終わってから排卵が起こるまでの間(低温期)を選んで行ないます。

【何がわかるの?】卵管が通っているかどうかだけでなく、子宮や子宮の中の形態的な異常なども診断できます。また、時間が経過しても造影剤が十分に拡散しない場合には、卵管の動きが悪い、すなわち卵管の周囲に癒着が起こっている可能性があると考えます。

みんなのベビー待合室 『私にとっては……』

先日、テレビで、(愛知県の)浅田義正先生が不妊治療医になるきっかけと、40歳前半の体外受精のことを放送していました。顕微授精で精子を卵子に入れる際には、時間をかけずに行うのが妊娠しやすいとのことでした。

私は、今年の1月下旬から、山下レディースクリニックで治療するようになりました。もっと早くから山下先生のところで治療していればと後悔もしていますが、電車に乗って1時間ぐらいで治療に行けるので、幸せです。

私にとって山下先生は、浅田先生と同じぐらい“ゴッドハンド”で、安心して治療できるので、心から嬉しく思っています。歳が43歳なので不安はありますが、これからもお願いします。

(おりっぴー/43歳)

* 信頼していただき、とても嬉しく思います。こんなお便りをいただくと、私たちも大変に勇気づけられます。ご希望がかなうように、一緒に頑張っていきましょう。(山下レディースクリニック院長 山下正紀)

～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。ふるってメールをお送りくださいね。



YAMASHITA
LADIES'
CLINIC