

## 人工授精やタイミング法について

H31.2.25発行



### 当院の人工授精やタイミング法の最適時期の決め方について

頭の中にある視床下部は血液中のホルモンの量を常にチェックし全体をコントロールしています。

その指示を受けて脳下垂体では卵胞刺激ホルモン（FSH）を分泌して卵巣の中の卵胞を発育させています。

卵胞が十分な大きさ（18～20mm）に達すると、一時的に黄体形成ホルモン（LH）の大量分泌（LHサージ）が起こり排卵（卵胞が破れて卵子が放出される事）が開始します。

LHサージから実際に卵子が放出されるまでは約36～40時間とされています。

LHは血液中から尿中に排出される為に尿中のLHを測定して排卵の開始を検知するのが排卵検査キットです。

その他にも超音波検査での卵胞の大きさや頸管粘液の増加も参考にしています。

### 人工授精の最適日は

卵子は排卵後、半日程度で受精しないと寿命がきてしまいます。精子の寿命は1-2日くらいという事を考えて、人工授精は排卵日当日か前日に実施する事を目標としています。初めて検査キットで陽性が出たのが夜なら翌日の人工授精、初めて陽性が出たのが朝なら当日の人工授精を原則としています。

実施当日はあらかじめ予約された時間にご持参ください。

人工授精の際の精子所見が悪くならないように実施日の前3日くらいは禁欲をお勧めします。

### タイミング法の最適日は

排卵日には既に頸管粘液が減少している事が多いので人工授精のように排卵日にぴったり合わせるより1-2日早めの方が妊娠しやすいとされています。

排卵日の1日前くらいに検査キットが陽性になり排卵日の2日前くらいが頸管粘液が最も多い、という事を参考にしてください。

なお排卵検査キットではっきりした陽性反応が確認出来るのが数時間しかない事もありますので、1日に2回検査していても見逃してしまう事もあります。

排卵検査キットは、市販のものでも当院のものでもかまいません。

使用方法是検査キットの取り扱い説明書をご確認の上、正しく判定してください。

文責 看護師

