

レディー通信 12月号

2013.11.25発行

最近ますます寒くなってきましたね。

クリスマスの時期に咲くバラに似た花ということから命名されたクリスマスローズという花があります。多くは2月の節分～3月頃に開花するけど、クリスマスの時期に咲く品種もあるそうです。クリスマスローズは別名、「雪起こし」と呼ばれ、寒さに強く、冬枯れの大地で雪を持ち上げて咲くことからだそうです。



2013年 12月



水・金はPM休診、日曜・祝日休診



日	月	火	水	木	金	土
1 説明会	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15 妊婦教室	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 休診
29 休診	30 休診	31 休診	1/1(水)～1/5(日) 休診			

☆説明会☆

初診の前に受けて頂く説明会です。

費用無料、3時間半程度です。定員がございますので、必ずご予約ください。

1日(日) 10:00～ です。



★妊婦教室★

15日10:30～1時間半程度(参加無料)です。助産師長さんが妊娠初期の身体の変化や気をつけたいことについてお話しして下さいます。定員がございますので、必ずご予約ください。

☆医師より☆

28日～1月5日までの間、休診とさせていただきます。

特定不妊助成金治療についての年齢制限についてのアンケートのご協力、ありがとうございました。



☆医事より☆

12月になり2013年も残りわずかです。当院の年末年始のお休みを左記に掲載しておりますので、確認の上ご予約をお願い致します。

♪連休に愛媛県のタオル美術館に行ってきました。色々なタオルショップがあり、トトロやムーミンなど可愛いものやゆるキャラのばりいさんがたくさん並んでいました。岡山からしまなみ海道を通過して約2時間なので、皆さんもぜひ行ってみたい下さい!(森上)

★看護師より★

22日は冬至です。ゆず湯に浸かって、身体をしっかり温めて寒い冬を乗り切りましょ〜う!

♪めっきり寒くなってきましたね。寒いのは嫌ですが、編み物をするのに良い季節です。ただいま靴下17号を編んでいます。皆さんも流行のスヌードやマフラーなどを編んでみては如何でしょう。楽しいですよ〜。(松村)

☆培養士より☆

先日行われた生殖医学会で人工授精の年齢別妊娠率について発表しました。今後待合や診察室に詳細を貼る予定なので、興味のある方は読んでみて下さい。

♪鍋がおいしい季節になりましたね。最近の晩ご飯は週に1回は鍋を食べています。(田村)



最近の生殖医療の学会ではもっぱら卵子の質の改善方法の議論がされています。当院でも卵巣機能低下等によって体外受精を行っても採卵個数が少なかったり、卵子の質が良くないことで、胚移植に至らないケースがあります。最近では卵子の質を改善する目的で様々なサプリメントを併用した治療の発表もあります。当院でも比較的安全で効果が見込める可能性があるサプリメントを導入しましたので御紹介します。

「**DHEA**」・・・男性ホルモン。血液中のテストステロンを測定し低めの方にお勧めしています。副作用として低頻度ですが男性化作用があります。服用することによって体外受精の際の採卵個数の増加(沢山の卵子の採取が出来て妊娠率向上)が期待できます。

25mgを1日1錠〜2錠服用

「**メラトニン**」・・・頭の松果体から分泌されるホルモン。卵子や顆粒膜細胞(卵巣内のホルモンを出す細胞)を酸化から守り卵子の質の低下や黄体形成不全を予防。採卵個数は増加しないが良好胚の到達率や妊娠率が上昇したという報告があります。

3mgを1日1錠 寝る前に服用

「**Lアルギニン**」・・・アミノ酸の一種 子宮内膜の環境を改善し、着床率が改善したとの報告があります。

700mgを1日3カプセル服用

「**L-カルニチン**」・・・アミノ酸の一種 ミトコンドリアの活動を助ける事により、精子・卵子・受精卵の質の向上が期待でき、学会では胚盤胞到達率の向上の報告がありました。一般薬局でサプリメントとして市販されています。

1日1000mg程度服用

