
倶楽部-Kounotori 2004. 10.1 Vol. 9

倶楽部-K

発行人: 吉川文彦
編集: こうのとりに相談室



HEART to HEART

tea time

7~8月こうのとりに外来の成績

編集後記

HEART to HEART

『仕事と治療の狭間で感じてきた事』

〈Oさん〉

最初は職場の人に話すのは抵抗があったが、励ましてくれる人もいて休みをとって職場を離れる時も少し気が楽になった



いつも吉川先生はじめスタッフの皆様には温かくいただき感謝しております。私は数年前、こちらで1年ほどお世話になっていました。その後、仕事の都合で引越し、病院をいくつか変えながら治療してきましたが、昨年4月よりこちらへ転勤してきましたので、また諏訪マタにお世話になっています。今回仕事と治療の両立について原稿を依頼されたのですが、本当は私の方がどう両立していったらいいのか、皆さんにお聞きしたいくらいです。

数年間、別の病院で治療していた時は、きちんと通院できた時もありましたが、仕事が忙しくなるとどうしても治療は後回しで年に2回くらい、休みの取れそうな時にしか治療しなかった年も続きました。こちらへ転勤したのを機に、もう年も30代半ばを過ぎていたので本格的に治療をしなくてはと思い、職場の周りの方に治療をしていることを伝え通院するようになりました。最初は職場の人に話すのは抵抗があったのですが、励ましてくださる方や、「自分の妻が妊娠した時流産しそうで大変だった」「自分も何年も子どもができなかった、しっかり診てもらいなさい」などと言ってもらい温かく受け入れてもらいました。伝えたことによって、休みをとって職場を離れる時も少しは気が楽になりました。話をして本当によかったと思います。こんなだったら、前の職場でも話をして、もう少し通院すればよかったかな、と今になっては思います。でもその時はまだ30代前半で、何とかなるだろう、周りに迷惑かけないようになんとかしようと思死だったのかもしれませんが。通院していることを伝えたおかげで、仕事のほうも気を使ってもらい、今年1年は忙しいポジションから外してもらいました。（来年はどうなるのかまた心配ですが）

周りの人に理解してもらっているとはいえ、やはり休みをもらって仕事を抜け出してくることは物理的にも精神的にもとても大変です。でも治療は治療で、仕事はできる時にできるだけのことを精一杯やるしかないのかなと思っています。仕事の合間を縫っての通院なので、「こうのとりの相談室」も横目で見ながら、病院から職場に直行していました。倶楽部Kounotoriも読ませていただいていたので、私もここに入って話をしたら投稿された方のように気が楽になるかなーという気持ちと、相談室に行けなくても時間をとって通院できているんだからそれで十分じゃないかという気持ちと両方でした。朝は8時半に病院へ来てそのまま仕事へ、夕方はぎりぎりに診察や注射に来て、という状態なのでしばらくは相談室へ行けませんでした。そしてこの春、1日休みを取った時に初めて相談室に予約を入れました。培養士さんが今までの受精卵の様子を細かく説明し

ていただき納得できました。今までのことを話をすると、カウンセラーの方に「仕事も通院も自分のできる精一杯のことをやっているじゃない。治療も一番よい治療を受けているのだからあとはチャンスを願って待ってよう」と言われ、「ああ、そうなんだ、私は待ってればいんだな」と素直に思えました。それ以後の治療は、やはり仕事はバタバタしていますし、ダメだった時の落ち込みもありますが、以前よりなんとなくゆったりとした気分で通院できているように思います。仕事をされている方でまだ相談室に行くことができている方、是非時間をとって訪ねてみるといいと思いますよ。

自分の仕事は好きなので、できればやめたくありません。仕事をしていると治療をしていることを忘れることができます。自分の性格だと、一人で家にいたら治療のことだけを考えてしまいそうなので、仕事をしていられるのはありがたいこと。「卵がうまく育ちませんでした」と電話で聞いて、全身の力が抜けても、何とか気を取り直して仕事に戻ります。ショックですが、仕事をしているとそのショックをほんの少し忘れることが可能です。（家へ帰るとやっぱり泣きます）でも「バランスをとる」というのは難しいもので、仕事をしていれば当然忙しい。時間の捻出が大きな課題です。こんなに仕事に追われている状態だから、赤ちゃんもできるにできないのかな、と考えたり、また、「この日の治療にはどうやって時間を作ろうか」とか「この日が病院に行かなきゃならない日になると困るな」とかそんなことを考えずに、先生に「〇日に来てください」と言われたら「いつでもOKです」と言える状態ならどんなに気が楽かなとも考えてしまいます。もう少し家庭を大事に、自分の体を大事にしたいと思いつつ、残業続きです。治療と仕事の両立も、仕事と家庭の両立もできていません。でも、文句をたまに言いながらも家事をよくしてくれ、治療にもつきあってくれている夫には本当に感謝しています。仕事をやめて治療に専念した方がいいのかなという気持ちをちょっと抱きつつも、夫や職場の人たちにお世話になりながら、もう少しこの状態でがんばれるところまでがんばってみようと思っています。



〈Uさん〉

不妊治療には“心の在り方”が大きく関わるので仕事の充実を治療にも反映させたいと考えた

気がつくと30代半ば、職場では中堅と呼ばれる年齢に達し、担当業務に就いて既にもう6年余りが経つ中、それなりの責任を負う立場になっていました。丁度、担当する仕事すべてをパソコン処理に移行。そのシステムを基にネットワーク化するなどの変換の過渡期に当たり、あれよあれよと言う間に大規模なプロジェクトの陣頭に立つ事になってしまいました。日常の業務にプラスされるこの厄介な仕事は負担が大きくて『担当責任者として成し遂げねばならない』とプレッシャーにも押しつぶされそうでしたが、上司も後輩にもそれぞれの理由により頼ることが出来ない状態でした。その頃私は、仕事の合間に不妊治療を受けており、兼ねてより受けたかった体外受精の治療を、転院先である諏訪マタで始めた最中だったのです。責任ある立場の私が「私だって不妊治療がしたい」とは到底言い難く、逃れようのない現状と、タイミングの悪さに嫌気がさして何もかも投げ出したくなりましたが、『これまでの道のりも決して平

坦ではなかった。治療との狭間で悩みながらも、覚悟を決めて仕事と治療の両立に臨むと腹を括ったはず。忙しさが増しても全く治療が出来なくなってしまう訳ではないし、治療後は安静第一の生活を強いられる程でもない。ここで仕事から降りるのは現実逃避だ』とへたりそうな気持ちをやっとの思いで奮い立たせ『システム本格稼働までの2年だけ』と仕事を主体にしながら治療も受けられる時は精一杯受けるぞと走り出しました。しかし、連日の残業・休日も殆ど無い状態・重圧感・加齢を心配しつつ押し殺した治療を求める気持ちに、終盤で息が切れてしまったのでしょうか。稼働日を目前にして精神的・肉体的に蓄積された疲労が限界に達して近くの病院に駆け込み、生まれて初めて精神安定剤と睡眠薬を処方される事となりました。服用してしまったそれらの薬が今後の治療に影響を及ぼさないだろうか、頭の片隅から離れなかった治療への思いを馳せて約1年ぶりに受診。診察室で先生とのやりとりを聞いておられた看護師さんが「久しぶりの受診でしたね。相談室が出来たんですよ、良かったらお話しされていかれませんか？」と、そっと勧めて下さったのです。そのさりげないお心遣いで、相談する心構えは何も出来てはいませんが、促して頂くままにその部屋へと入り、仕事と治療の狭間での苦悩や、仕事を続けている理由など、思うままに語らせて頂いたのです。

～職に就きながら妊娠・出産・子育ての道筋を極自然に描いてきたところから仕事を続けていたのですが、私達夫婦や家族の誰しもが思いも寄らなかった不妊の壁に立ちほだかれて戸惑いと抵抗を感じながらも、本格的な不妊治療を受けはじめました。そんな中、老いて来た主人の両親と同居をするに至ったのも仕事を続ける事に拍車をかけたのです。まだ馴染めない地域の中で、仕事を辞めて社会と閉ざされた家にこもって治療に専念していたのなら、疎外感と孤独な気持ちに苛まれながら治療に向き合っていなければならなかったでしょう。また『治療の事は承知していても嫁がただ家にいるのを見れば、お遣い事や運転手を自分達の都合で頼むであろう』そんな風に主人の両親が何かと嫁を頼りにして時間を束縛してくる事を主人は察してしてくれました。私には治療に専念する事で受けるストレスの方が大きく、生活や家族にも影響を与えると夫婦二人で判断し、同居しても両立を続けていく事を選んだのです。

仕事を気晴らしや、私生活・治療からの逃げ場にしようなどとは考えておりませんが、不妊治療には“心の在り方”が大きく関わるので、仕事に打ち込み、集中したり、自分よがりでも「役立てている」「必要とされている」「やり甲斐を得られる」ことで自分の存在価値を見出せたり、活力を与えてもらえ、自分を生かせる大切な場であると思ってきたので、その仕事の充実を治療にも反映させたい考えは働きました。

精神的な部分以外でもきれいごとでは無い経済的な問題もありました。負担の大きい高度最先端医療を受け続けるには治療費を支払える収入の確保が必要です。今の正規で働く職から離れたら、都会とは違って通勤距離や取得出来る休暇等の諸所の条件を満たす職場はなかなか見つかるものではありません。この先、子供に恵まれない自分達の先の事も考慮して老後の生活設計も心配しなければなりません。そんな欲で辞められないのも事実です。～

・・・愚痴としか言えない私の話をカウンセラーさんは「解るよ」と終始笑顔で聞いて下さいました。話せる場を与えて頂き、久しぶりに心に安息感を得られたお蔭で決心を付ける事ができました。

「働く女性に育児休暇が与えられるのと同じ様に、働く女性が子供を得ることも当然の権利だと思わないさい。」職場の先輩の助言にも背中を押され、30代後半でもう後はないのだから今度は治療に充分力と時間を注ぎたい。

当たって砕けると理事者に“不妊治療休暇願”それが無理ならば希望する部署への“異動の願”を申し出たのです。「検討した結果、前例が無く、病気では無い不妊治療では休暇は与えられないことを理解してもらいたい。人事異動で考えてみましょう」その理事者の温情により、システム稼働後、私は希望した部署に異動する事ができました。“不妊治療休暇”は得られませんでした。期限付きの休暇内で治療を受けても妊娠出来るとはいいきれません。結果これで良かったと思います。今、私が置かれている職場は以前よりも比較的休暇が取得し易く、治療を受け易い職場です。この異動には数人の人を巻き込んでしまいましたが、『当然の権利と自分本位の願いに付き合わせたのではなく、支えてもらったのだ』と捕らえて、与えられたチャンスを最大限治療に生かすことで恩返しをしようと思っています。

今迄言い出せなかった考えを口に出来、実現したのは、語らずとも多くを察して下さった先輩の一言と、患者の側に立って考え、働きかけて下さる諏訪マタの吉川先生はじめスタッフの皆さんの身体と心へのケアのお蔭だと心から感謝しております。

まるで“頑張っている不妊治療 ～私の物語～”（笑）になってしまいましたが、年を重ねると体力や生殖機能の衰えだけではなく、抱える責任やしがらみで受けた治療を受けにくくなってしまふ・妊娠のチャンスから遠くってしまう体験をしている私は伝えたかった。今治療を受けておられる方々、治療を躊躇されている方々、これから治療を受けられる方々には是非1日でも早く、若ければ若い内のそれぞれのチャンスを生かして待望の赤ちゃん自分の腕の中にしっかり抱こうよって。



〈Yさん〉

結果を上司や仲間に報告をする時は涙するが一度職場に戻れば悲しみは紛れて前向きな自分になった

タイミング療法にて授かった子供が1歳2ヶ月になったところで保育士として現場に復帰した私はその後1年程期間をおき二人目を考え始めました。しかし、いざその時期が訪れてもなかなか願いは叶わず、「そろそろ二人目が居ても・・・よね」の周りからの声に“そんな事は誰より私が1番に願っているのに”と心にゆとりをなくしかけました。こんな事ではいけないと諏訪マタへの通院を決めタイミング療法を開始しほどなく、私と同様に二人目を望む義母の方から「〇〇さんのお家の二人目はお医者さんにかかってきたみたいよ」と言われました。もう前から通っている!と心の中で叫びながら、義母の言葉に悪気はないことはわかるだけに心配もかけたくない気持ちも重なり治療については何も言えずにありました。タイミング療法を続けて1年が経った頃、吉川先生より「もう一度検査をしてみましょう」とのお話があり卵管造影の検査を試みる事になりました。その結果卵管の癒着により体外受精でないと妊娠は無理という事。ショックがなかったと言えは嘘になりますが、逆に自分自身の気持ちに踏ん切りがつき主人共々体外受精を行う事に迷いはありませんでした。そして私達は、まず同居している夫の両親に今まで諏訪マタへ通院していた事、検査をし直して体外受精でないと授

からない結果だった事を打ち明けました。その時義母から「できる限りの助け(家事等)はするからあせらずにね」と言われ、初めて本当の事が言えてとてもホッとした自分の姿があり、もっと早くに話せていたらあんなに重い気持ちを持たずにすんだのかもと思いました。

家族の中では気持ちが一つになれました。次は職場です。実際に体外受精をしていくとなるとどうしても仕事を休まねばならない日が出てきてしまいます。上司がこの話しにどんな反応を示すのかと多少の不安はありましたが、その場においては迷うことなく話しができました。「休みの事は心配しなくていいから、あなた自身の体を大切にね。Yさんの代わりは誰にもできないのだから」と返事をしてもらい、この時に自分の状態を隠さずに話をし、周りの理解の元で治療に向かう事ができる環境を整えるのは大切な事だと感じました。そうした中で行ってきた私の体外受精ですが、二回陽性反応は出たもののどちらも妊娠には至りませんでした。結果を聞き職場に戻る車の中では涙が溢れ、心配をかけながらも暖かく見守ってくれている上司や仲間とその報告をする時もまたまた涙でした。ですがどの位切なくても職場に戻りクラスへ入れば可愛くて元気な子達に囲まれるいつもの私に。そうしてる間に先ほど迄の悲しみも紛れ、「よし、次また頑張ろう!!」と前向きな自分になっていくのです。そんな時私は、本当に大好きな仕事をしていて良かったとつくづく感じました。現在は願い叶って妊娠4ヶ月です。来年3月には新たな家族が増えます。仕事と治療の両立は精神的・肉体的に大変な面もありますが、仕事をしている事で治療の事だけを考える事なく気が紛れる事は本当に多かったです。また話すまでは勇気があるかも知れませんが家族や職場に自分の置かれている状況を素直に話す事は、よりよい治療への近道になるとも思いました。私には仕事と治療のバランスは良かったのだと思います。

関係なく治療に当たっていらしやることを知り、私も主人も胸が熱くなる思いで、この先生なら信頼できると思いました。説明会に参加して体外受精については十分理解して納得していたものの、今まで風邪をひいたときくらいしか病院にお世話になったことがない私にとっては、自分の身体から卵子を取り出したそれを戻すということがとても怖いことのように思えて、ほんとに大丈夫なの?という思いが拭い切れませんでした。そんな時病院でHさんと出会いました。たまたま待合室で席が隣になり、「どちらから通院されてるんですか?」と声をかけてくれたのがHさんでした。話をしているうちにお互いの家が近所だと分かり思い切って「初めての体外受精を受けるけど不安がいっぱいなんです」という話をしたところ、私で良かったらいろいろ教えてあげると言って下さり、その場でお互いの電話番号等の交換をしました。Hさんはとても親切な方で体外受精について自分が経験したことを事細かに話してくれいろいろなアドバイスもしてくれました。経験者である彼女の話は私の不安な気持ちを取り除いてくれ、当日は安心して臨むことができました。そして、体外受精をした後の判定日までの期待と不安で押しつぶされそうになる日々も彼女と話をすることで気持ちが落ち着き、彼女に励まされながら乗り越えることができました。初めての体外受精は残念ながら妊娠に至りませんでした。結果を聞いた時の私は自分でも不思議なくらい冷静で、すぐに気持ちを切り替えて「また次もがんばるぞ!」と前向きな気持ちになっていました。そして2回目のトライで双子を授かることができました。私達は幸いにも半年で諏訪マタを卒業することになりました。これも吉川先生はじめスタッフのみなさんのおかげだと感謝しています。そして、不安な時、辛い時いつも私を励ましてくれたHさんにも心から感謝しています。最後になりましたが、今諏訪マタに通院されているみなさんにも、早くコウノトリが飛んで来てくれるよう心からお祈りしています。



ちょっとお茶でもいかがですか?
日頃皆さんの思っている事やつぶ
やきをのせていくコーナーです。

🌸 K・Tさん 🌸

結婚して3年半になる私達夫婦は体外受精しか子供を授かる方法がないということがわかりどうしようかと悩んで1年が経ってしまいました。「1日でも早く治療をして赤ちゃんを授かりたい」という思いと、「そこまでして子供を授からなくてもこのまま夫婦2人の生活でもいいんじゃないか」という思いと、いろいろな思いが交錯して精神的に中途半端な宙ぶらりんの日々を過ごしていました。考えても頭の中はいつも堂々巡り、でもある時ふと思いました。このまま子供がいない夫婦2人だけの生活を送るにしても後あの時もう少しがんばってれば、そんな後悔だけはしたくない、体外受精をしてもダメかもしれないけれど、自分が納得いくまでがんばってみたいと、主人にも私の思いを伝えやってみようと言う事になりその方向で進む事になりました。治療を開始するにあたり、インターネットでいろいろ調べた結果、体外受精の実績率の高い諏訪マタにお世話になること決めました。診察の後で案内された『このとり相談室』では今まで誰にも話せなかった思いや悩みを解きほぐすように聞いていただき、この病院なら辛い道のりになっても納得がいくまで頑張れるかもしれないと思いました。体外受精の説明会にも夫婦で参加しました。ここで吉川先生から丁寧で分かりやすい説明を受け、先生が患者の立場に立って休みの日も

7月~8月このとりの外来の成績

妊娠42人	採卵 166人
(IUIを含む)	胚移植124人
	妊娠 40人

