

シリンジ法はこんなかたにオススメ!

- ✓ 共働きで夫婦のタイミングが合わない
- ✓ 女性の痛みや男性のEDがある
- ✓ 性交渉が苦手
- ✓ 精神的・肉体的負担の少ない方法で妊活したい
- ✓ 病院での高額な治療ためらいがある
- ✓ 病院での治療と併行してチャンスを増やしたい

もいらっしやいます。やはり排卵日に必ず夫婦生活を持たなければいけないというのは、精神的にしんどい部分もあるでしょう。

瑞香：お互い何も言わないけれど、「今日だよね」という無言のプレッシャーはありますね。(笑)

千草：病院、排卵日をチェックして、主人にLINEで送ったりするときは、プレッシャーをかけているのかなと思うことはあります。シリンジ法なら気分的にも楽にできそう。

北村院長：男女ともにストレスが減るというのは大きいでしょうね。

瑞香：逆にシリンジ法に向いていないかたはいますか。

北村院長：例えばフナー検査で精子の運動率が悪く、子宮内に到達しないというかたが、いくらシリンジ法をやっても無駄な努力になってしまいます。まず男女とも基本的な不妊の検査を受けて、精液の異常や婦人科疾患がないと確認しないうえ、トライするのが望ましいでしょう。

排卵日にタイミングを合わせるストレスがなくていいですね



タイミング法と同程度の効果アリ!

千草：シリンジ法とタイミング法はどの方か、妊娠の確率が違いますか。

北村院長：一周期におこなう回数や、排卵日のチェック方法の違いなどによって、単純に比較はできませんが、同じ条件で考えると、通常の夫婦生活でタイミングをとるのと同じくらい妊娠の確率が期待できると思います。排卵日に夫婦の都合が合わないときなどにタイミング法の代わりにシリンジ法をトライするのもいいでしょう。

瑞香：クリニックで行う人工授精とシリンジ法を併用するというのはどうですか。

北村院長：人工授精の前日にシリンジ法で射精してしまえば、当日の精液の状態が悪くなることも考えられますが、48時間以上あければいいでしょう。シリンジ法を併用することで、ある程度効果が期待できると思います。

瑞香：同じ周期で併用しても多胎妊娠のリスクはありますか。

体外受精の合間の周期にも有効

千草：私は今、体外受精にトライしているのですが、シリンジ法との併用は有効ですか。

北村院長：体外受精では、採卵の周期、移植の周期には避妊してくださいと言われることが多いと思いますが、その合間の周期にシリンジ法をトライするということは考えられます。採卵や移植の周期はどうしてもストレスがかかりますが、その合間にストレスフリーの状態をシリンジ法をすると、意外に効果があるかもしれません。

瑞香：やはり妊娠にストレスは禁物なのですね。

北村院長：不妊治療の現場では、条件的に厳しいと思われるかたも、治療をお休みしてのんびりしたら自然妊娠されるということが時々あり、やはりストレスの影響はあるかと思えます。排卵日に合わせてタイミングをとるなど、ストレスが取り入れることも多いですがシリンジ法もうまく取り入れて、ご夫婦ともに負担の少ない形で不妊治療に取り組んでいただければと思います。

思ったより細い! これなら痛みもなさそう



シリンジ法キットの内容



シリンジ法はじめてガイド

3

腔内へ注入

カテーテル部分を無理なく腔内に挿入し、精液をゆっくり注入します。10分ほど横になって休みます。

2

精液の採取・吸引

男性が射精した精液を採精容器にとります。10～15分おいて、精液が液状化したら、カテーテルをつけたシリンジでゆっくり吸い上げます。

1

シリンジとカテーテルを接続

手をよく洗い、シリンジ（注射器）の奥までカテーテルをしっかりと差し込みます。

カンタン! 痛くない! 1回約500円!

撮影/榊水眞 取材/文 若村優子 デザイン/otm5e-d

タイミングを逃しがちなカップルへ

「シリンジ法」を知っていますか?

最近、妊活女子の間で話題の「シリンジ法」。名前は聞いたことあるけど、どんな方法なの? 妊娠確率はどのくらい?というギモンを、あかほし読者代表のモニターが聞いてきました!

教えて!先生



瑞香さん

ベビ待ち歴8年

長い妊活生活の中で、さまざまな方法にトライしてきましたが、シリンジ法は未経験。使用方法や他の治療との併用についても教えていただきたいです。

千草さん

35歳

ベビ待ち歴1年10か月 体外受精にステップアップするために転院した病院で子宮内腫瘍が見つかりました。切除手術後はステップダウンも考えているので、シリンジ法に興味があります。

私がお話しします



明大前ARTクリニック 院長 北村誠司先生

慶応義塾大学医学部卒業後、同大学産婦人科リバーフォームに入る。現職病院部長、妊婦クリニック院長を経て、2018年に明大前ARTクリニック院長に。医学博士、日本産科婦人科学会専門医、日本産婦人科学会 生殖医療専門医、日本産婦人科内視鏡学会 子宮鏡技術認定医。

小指より細いから痛くない

千草さん(以下、千草)：シリンジ法ってどんな方法なのですか。

北村院長：排卵期に男性が自分で採取した精液をシリンジ（注射器の針をとった部分）で吸い上げ、女性の腔内に注入すること。精子と卵子を受精しやすくする方法です。

瑞香さん(以下、瑞香)：人工授精とはどう違うんですか。

北村院長：人工授精の場合はクリニックで精液を洗浄・濃縮し、医師が専用の器具を使って精子を子宮内に入れます。シリンジ法はそのままの精液をシリンジで腔内に入れるだけで、ご自宅で簡単にできます。

千草：痛みはないのでしょうか。

北村院長：シリンジ法キットを見ながら、腔内に挿入するのですが、ご覧のようにカテーテルは柔らかいシリコンでできていて、太さも小指より細いので、女性のお体への負担は非常に小さいと思います。性差が難しいかたでも、これなら大丈夫かもしれません。瑞香：思ったより細いんですね。これなら痛みもなさそう。採精後はすぐに腔に入れるのですか。

北村院長：採精後はゲル状で、シリンジで吸いにくいので、10～15分くらい置いて、液化してサラサラした状態になったら注入するのがいいと思います。

千草：逆に採精後、何分以内に注入しなければならぬという時間的な目安はありますか。

北村院長：あまり長時間置くと、ほりりなどが入って清潔を保てない可能性もありますし、液化したらなるべく早く、30分以内くらいには入れた方がいいと思います。

瑞香：入れた後、しばらくは腰を高くして寝るなど、注意事項とはありますか。

北村院長：人工授精の場合は精子を子宮内に入れて立ち上がった状態は腔内なので、すぐに立ち上がった状態は腔内なので、10～15分程度は横になってできるだけ安静にしたほうがいいですね。

千草：費用はいくらくらいかかるのですか。

北村院長：市販のものだと1回分500円くらいです。

千草：それなら気軽にトライできますね。

排卵日のプレッシャーから解放

千草：シリンジ法はどんな人に向いているのですか。

北村院長：男性はEDや、腔の中で射精できないかた、女性も性交渉を痛みを感じるかたには良い方法だと思います。また、諸般の事情で排卵時期にタイミングを合わせるのが難しいカップルにも適しています。

瑞香：そういう場合は私も仕事をしていてはなかなか難しいですね。今回はダメだったわねという感じが時々あります。

千草：私も排卵日に主人が飲み会で遅くなったりで、タイミングをたかないことがあったので、そういうときにシリンジ法はいいですね。

北村院長：最近では排卵日だけEDになる男性

