



猛暑が続いていますね。

今年の夏は一段と暑さが厳しく感じます。スコールのような雨や、突風等の異常気象に地球温暖化の恐怖も感じます。エコロジーの大切さを痛感し、体力の衰えもなんとかしなければ・・・と焦ります。

体力増強！ 疲労回復！ アンチ・エイジング！ ダイエット！ 等と、様々なうたい文句が掲げられている広告を見ると、本当？ いいかも？ 私にも効きそう？ ちょっと高いけどこれで望みが叶うなら！！ と、つい手を伸ばすものの、果たして効果は？？ そんな経験はありませんか。



《情報に惑わされない》

不妊に係わる情報も、今や雑誌やインターネット等を通じて、膨大な情報が入ってきます。漢方薬、サプリメント、民間療法、神頼み、体験者の様々な意見や、医療機関への評判等、とてもリアルに書かれているため、こちらの気持ちも揺さぶられてしまいがちです。安心を得るために仕入れた情報が、洪水のようにあふれてしまい、かえって不安になってしまう方も多いようです。

不妊治療を受けるには、適切な選択、自己決定をして行くことが不可欠ですから、そのために情報は欠かせません。しかし、あふれる情報の中で、自分に必要な情報を選択して行くことは、容易なことではありません。情報を鵜呑みにせず、吟味する能力が求められるのです。

《クリティカルな思考》

物事を批判的にみること、少し疑ってみること、冷静に考えてみることに、数字にだまされないこと等、情報は大切ですが、決して情報に振り回されないことが必要です。

《正しい情報を得て、夫婦で子どもを持つ意味を話し合う》

子どもが欲しいのは確かでも、こんなに辛い思いをしてまでどうして自分達に子どもが必要なのだろうと考えることもあるでしょう。自分達がこの治療にどのくらいのエネルギーをかけられるのか、自分達にとって子どもを持つことがどのくらい重要なのか、子どもを持って自分達がどのような人生を送ろうとするのか、といった「治療を受ける意味」「子どもを持つ意味」について夫婦で話し合うことはとても意義のあることです。

参考文献 2005・5：毎日ライフ 特集不妊治療で知っておくこと



8月・9月のカウンセリング予定日

8月 1日(金曜日)、2日(土曜日)、15日(金曜日)、16日(土曜日)不妊学級、29日(金曜日)、30日(土曜日)  
9月19日(金曜日)、20日(土曜日)、30日(火曜日)不妊学級  
(9月第1週は学会出席のためお休みさせていただきます)