

40代

# 妊活と治療のQ&A

体外受精に踏み切っても「卵子が育たない」「卵子の質が悪い」「陰性が続く」など、思いどおりの結果につながりません。今回は山下能毅先生に、3名の方から寄せられた質問にお答えいただき、40代に合った卵巣刺激法や、体外受精を受ける時の心構え、甲状腺検査の重要性について詳しく教えていただきました。

## Q 無排卵後の採卵。 卵子の質に影響は？

次周期の採卵（ロング法）のためピルでリセット待ちです。本来は高温期のはずが基礎体温はガタガタ。無排卵かな？と心配です。前周期が無排卵だと卵子の質に影響しますか？ここあさん(40歳)

## A 生理をきちんと起こした後の 低刺激法で質の良い卵子に。

無排卵の原因には多嚢胞性卵巣症候群（PCOS）や、年齢にともなう卵巣機能の低下が考えられます。高刺激法といわれるロング法は、通常は35歳未満で卵巣予備能（AMH）が良く、月経周期が正常な方に適しています。月経開始前の高温期にGnRHアゴニスト（ブセレリンなど）の点鼻薬で排卵を抑え、長期間にわたり卵巣を刺激します。そのため、卵巣過剰刺激症候群（OHSS）などのリスクも高くなります。無排卵の原因がどちらの場合もロング法は向いていないと思います。

ここあさんの詳しい状態がわかりませんが、一般的に40歳の方にロング法をおすすめすることはまずありません。無排卵で高温相にならないということは、リセットのためのピルが効いていない可能性もあります。卵巣機能が低下して高刺激法を始められる状態ではないと思います。

まずはピルなどで生理をきちんと起こしたうえで、レトロゾールなどの内服薬と注射薬を組み合わせた低刺激法を試されてはどうか。この方法のほうで質の良い卵子が採れる可能性は高いと思います。



うめだファティリティークリニック  
山下 能毅 先生

大阪医科大学医学部を卒業後、北摂総合病院産婦人科部長・大阪医科大学産婦人科病棟医長、医局長、講師として、不妊治療や腹腔鏡手術に積極的に取り組む。2014年、宮崎レディースクリニックの副院長に就任し、2017年4月、同院の院長に。

### 記憶に残るスポーツ名場面

巨人ファンの私が一番感動したのは、伝説の「10.8決戦（巨人 vs 中日の同率首位最終優勝決勝戦）」です。当時のスーパースターだった横原、斎藤、桑田の3選手が奇跡の登板。最後に三振で抑えた桑田選手のガッツポーズはとくにカッコ良かったですね。また、この歴史的決戦を「国民的行事」と名づけて、プレッシャーを楽しめる長嶋監督はあらためて凄い人だと思います。



先生にお答えいただいた  
これまでの記事はこちら

〈取材協力〉

うめだファティリティークリニック  
大阪府大阪市北区豊崎 3-17-6



# 40代の不妊治療は 長い道のりも想定して 心のケアも忘れずに

## Q 甲状腺の検査を受けるべき？

体外受精で陰性が続いています。喉の違和感、寝る時に足の裏が熱い、やる気が出ないなど甲状腺疾患の自覚症状が…。気になります。検査を受けるか迷っています。  
エンジェルエッグさん（40歳）

## A 潜在的な甲状腺疾患の人も 治療をすると妊娠率が改善

甲状腺疾患は若い女性に圧倒的に多く、不妊症や流産の原因に甲状腺機能の低下が影響していることがあります。当院は2019年から近隣の甲状腺専門クリニックと連携して独自のガイドラインを作成し、初診のすべての方に甲状腺検査を行っています。その結果、自覚症状がなくても甲状腺機能が落ちている「潜在性甲状腺機能低下」の方が30%以上見つかり、当院だけでも累計100名以上に及びます。しかし、このような方が甲状腺専門医のもとで適切な治療を受け、甲状腺機能をコントロールしながら不妊治療を行うと、体外受精前の妊娠率は飛躍的に高くなります。

エンジェルエッグさんも甲状腺検査は必ず受けて、少しでも疑いがあれば甲状腺の専門医に診てもらいましょう。たとえば異常値だった場合は、お薬を服用して2カ月ごとに採血して経過観察します。また、明らかに甲状腺機能が低下している場合は、「今月の妊娠や胚移植は控えてください」といった専門医の指示が出ますので、無駄な移植や流産などのリスクを抑えられます。

もともと甲状腺検査は卵管造影検査の予備検査として行われていましたが、この検査をきっかけに甲状腺疾患や橋本病が見つかるケースは増えています。甲状腺機能は年齢とともに低下しますから、自覚症状がない方もぜひ受けられることをおすすめします。

## Q 卵子の育ちが悪いです。

卵胞が採卵可能な大きさに育ちません。HMG注射と排卵止めの薬を飲みD14で採卵を判断しますが、今までD15以降の採卵は受精確認できていません。何か卵子が順調に育つ方法は？ はなさん（44歳）

## A 40歳からの体外受精に 必要な卵子は平均15.8個！

体外受精で1回の妊娠に必要な卵子数は、30歳で7個、44歳では42個という統計データがあります。つまり1回に採れる卵子が1～2個の場合は、20～30回の採卵が必要になるということです。40歳以上の方の体外受精では、「治療の道のりが長くなるかもしれない」ことを前提に、ご夫婦が納得されて治療を受けていただくことが大事だと思います。

はなさんの場合は、これまでと同じ刺激法で卵胞が15～16mm以上に育たないと思ったら、そこで採卵して受精卵に育てて凍結するといいでしょ。費用はかかりますが、この繰り返しを根気よく続けられることが大切です。卵胞は15mmになれば採卵できますので、18mmにこだわることはありません。こうしてある程度の個数の受精卵を貯めて凍結融解胚移植をされるといいと思います。また、年齢が高い方は子宮内膜の状態が良好でしたら新鮮胚移植も一つの方法です。

治療を続けていくなかでは、心が折れることもあると思います。そんな時は医師やスタッフに遠慮なく相談してください。またカウンセリングの活用も治療の大きな助けになります。当院でも45～47歳の方がこうした治療を乗り越えて妊娠されています。はなさんも「良い卵子に出合えたらいいな」くらいのゆとりをもって治療にのぞまれると、良い結果につながると思います。