ココロとカラダに優しい

龍虎堂薬局に聞きました

漢方のチカラ

Vol. 58

多嚢胞なのにAMHが低い

Q 多嚢胞なのにAMHが0.8でいい受精卵が取れない どうしたら良い卵子が採れますか？

A 多嚢胞の場合、発育卵胞は多いのでAMH（卵巣予備能）は高いのが一般的です。数値から卵巣はかなり弱っていると考えられます。生活習慣を見直して！

AMH値は発育過程にある卵胞から分泌されるホルモン量の事で卵子の在庫数の目安になります。数値の低さは卵巣の機能の低下をあらわします。では、どうして卵巣が弱ってしまったのでしょうか？一番大きな原因は食事。脳下垂体：卵巣：子宮はホルモンの指令系統で密接につながっています。また、腎は腎臓だけでなく泌尿生殖器系とホルモン系、カルシウム代謝、自律神経系、免疫なども含んでおり、内臓の働きをコントロールする重要な役目をになっています。腎（卵巣）を養う食事は「鹹味」、ミネラルで、海藻や貝類、豆、胡麻などに多く含まれています。ミネラルは毎日の代謝に必要なだけでなく、尿から失われています。ストレスで排泄量が増えますから、毎日食べる必要がありますね。

反対に腎を損なう食事は「甘味」で砂糖やお菓子です。バランス良く食べてぐっすり寝ることで質のよい卵子（精子）が育つのです。

妊娠のためには卵子の数ではなく質の改善が大事！

龍虎堂薬局
薬剤師
夏苅和子 なつかり かずこ
日本不妊カウンセリング学会認定
不妊カウンセラー
夏苅竜子 なつかり りょうこ

漢方と養生についてアドバイスをいただきました。

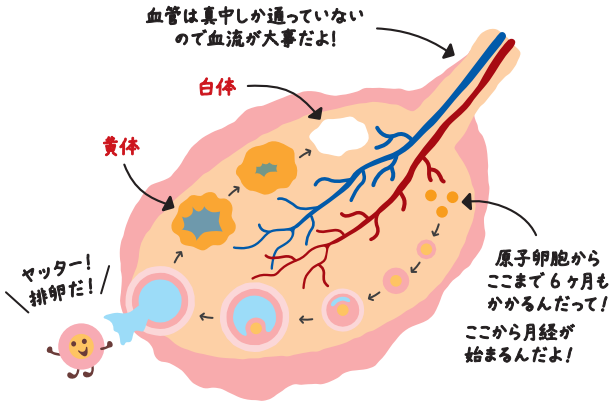
〈卵巣のしくみと排卵〉

空豆くらいの大きさで左右一対あり、子宮に隣接しています。

初潮時には卵巣内に約30万個の原始卵胞があり、毎月の月経周期に約10個ずつ消費されています。

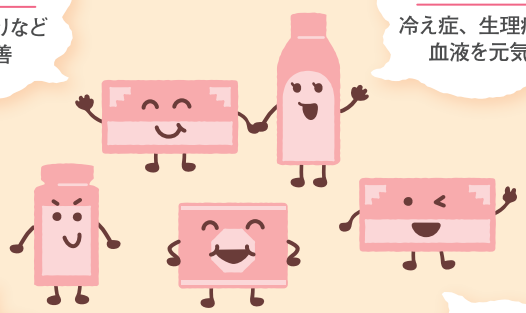
卵巣の血流が低下すると卵巣の機能が低下し、卵胞の発育も悪くなります。ストレス、タバコ、脂っこい食事は控えましょう。

成長につれて外側に向け移動し、20mmに成熟すると排卵します。



子宮や卵巣を元気にする漢方たち

私たちが応援するよ!!



カンゲンカリュウ 冠元顆粒
頭痛、肩こりなど血流改善

フホウトウキコウ 婦宝当帰膠
冷え症、生理痛など血液を元気に

ショウヨウガン 逍遙丸
イライラ、憂うつなど気持ちを楽に

キロクセン 亀鹿仙
亀は万年！抗老防衰に

コギクカリュウ 杞菊顆粒
目の疲れ、腰のだるさなど補腎薬

中国漢方による周期調節法で子宝相談中！

子宝相談

第147回

31才、多嚢胞なのにAMHは0.8…

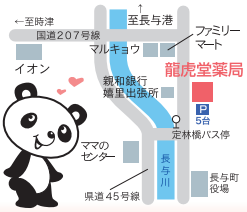
昨年、人工授精6回したが妊娠しません。血液検査からLH>FSHで多嚢胞なのとAMHが低く0.8とわかり顕微授精となりました。1度目は4個採卵しましたが授精せず、2度目は3個採卵し2個授精。新鮮胚を戻しましたが着床せず。残りも分割が止まってしまったと来店。

体質を見ると、学生時代から無汗で顔に吹き出物があり、今は顎と首から背にかけて赤い丘疹がびっしり、一部は化膿しています。これは体内に強い熱がこもって血熱になっている証拠。この熱は卵巣に及んで卵胞の質が悪くなり、子宮にも及んで黄色のオリモノがあります。イライラが強く生理痛も少しあり塊があります。舌はやや暗く裂紋があり唇も黒ずんでいるので、血熱瘀血と心肝火旺、腎陰虚があります。

まずこの熱を消さないと子宮と卵巣の環境は改善しません。柴胡清肝湯と血熱をさます漢方、血の道を併用して3週間後、イライラはなくなり吹き出物も湿疹もかなり改善。オリモノは黄色から水様に変わりました。そこで腸の水吸収をよくする健脾散と卵巣に良い亀鹿仙を加えると体調もドンドンよくなってきました。精子は平均ギリギリだったので、ご主人にはアミノ酸と天然亜鉛やミネラルがたっぷり入ったカキ肉エキスを飲んで頂きました。ギザギザだった体温表も穏やかな二相になり、時には受精したかのような高温期に。卵巣機能も回復してきたようなので、7月に不妊治療を再開。今回は体外受精となり4個採卵、4個受精しましたが3個は途中で分割が止まり、残りの1個を移植しましたが（ー）でガッカリでした。

ところが10月末に何と「自然妊娠しました！」と喜びの電話が！やはり卵巣は元気になっていたのですね！これこそ漢方のチカラです！

薬剤師 夏苅和子



龍虎堂薬局
営業時間／9:30～19:00　休／日曜・月曜　P有り
西彼杵郡長与町嬉里郷1170-5
☎095-883-4300
龍虎堂薬局　検索
漢方相談はご予約下さい！ facebook更新中！