



Q 自然妊娠を希望しています。より良いタイミングの時期があれば教えてください。（西宮市・33歳）

妊娠率が高い時期 月経周期で正しく知ろう

A まず、排卵時期のどのあたりの妊娠率が高いかが問題です。排卵日の性交渉が最も妊娠率が高くなっている人が多いようですが、意外に高くありません。むしろ妊娠率が高い時期としては、排卵前の1～3日前あたりです。また排卵翌日以降では妊娠しません。これは、精子と卵子の寿命の違いによります。卵子の寿命はせいぜい1日以内ですが、精子は1週間近く女性の体内で生存しているからです。

では、排卵日をどのように知るかというと、周期が一定の人なら、予定月経の14日前あたりが排卵日となります。さらに排卵日の2日前（予定月経の16日前）くらいが最も妊娠に適した時期になります。例えば28日周期なら月経12日目あたりです。それと、周期に1回のみ性交渉が妊娠に良いと考えている人も多いですが、ある程度の回数がある方が、妊娠率は高まります。

セミナーのお知らせ

30日(土)15～18時

同クリニックARTホールで。妊娠の基礎や不妊症の詳しい知識、正確な情報が得られます。参加無料、要予約。

西宮市松籟荘10-25
TEL 0798・54・8551
メール jart@iris.eonet.ne.jp

回答者

徐クリニック
ARTセンター

院長 徐東舜
1987年大阪大学卒業。
医学博士、工学士、
生殖医療指導医。



<http://www.joclinic.jp/>

徐先生に聞きたい不妊に関する質問をお寄せください → FAX 06・6341・3936