

「不妊患者の精神的サポート」

IVF なんばクリニック 統合医療部門 生殖心理カウンセラー 橋本知子

不妊治療をめぐる様々なトピックスは繰り返し世間に取り上げられている。女性の晩婚化や出産の高齢化、体外受精や胚凍結、卵子凍結といった医療技術の進歩、有名人の不妊治療についての報道。これら新しい課題とは別に家や家族、女性性や生涯発達といった古くから繰り返し論議されてきた問題がある。これらを患者の外側にある問題とするならば、不妊体験者の内側、患者自身の心理状態についての知見も重ねられてきている。「感情のジェットコースター」と呼ばれる期待と失望の繰り返しや、喪失体験といった不妊治療中に特徴的な心の動きがあり、身体的・経済的・精神的な負担は重く患者にのしかかっている。

エリクソンのライフサイクルモデルにおいて成人期は子孫を生み育てる時期で「生殖性 (generativity)」という心理課題があり、その危機は停滞性として示される。不妊とはまさにこの生殖性に対する危機の一つである。生殖性の危機は不妊治療に特徴的な様々な苦しみとして表現され、同時にこれまでの人生の中で未解決であった課題をも突きつけてくる。しかしこの生殖性とは本来経験や知識を次世代に継承する課題であり、単に子を生み育てることを意味しない。実際に妊娠、出産を体験することはなくとも、この生殖性の課題を全うしていくことが可能なのだと示すものである。

一方機能的に女性の生殖可能年齢は限られている。年齢と共に卵子は老化し卵巣機能は低下し、流産率は上がる。年齢と共に自分の遺伝子を残すという意味での出産は不可能へと向かっていく。不妊治療というプロセスの結果がどうあれ、患者の人生は続いていく。苦難を越えて進みゆく未来がその方にとってよりよいものであれと願いながら寄り添いサポートするのが、生殖心理カウンセラーの役割と考える。

サポートのあり方もさまざまである。誰かに話すという体験だけで内的な力とバランスを取り戻す患者もいる。自律訓練法の指導や治療中によくあることの紹介といった心理教育的な関わりをカウンセラーが積極的に行い、心身の回復を促すこともある。患者会の案内などコーディネーターとしての役割を担うこともある。そして一方では「不妊患者の」という限定の不要な、一人の人間の人生に対する洞察と自己実現の過程に立ち会う僥倖を得ることも少なくない。不妊治療患者の精神的サポートとは、人生のステージにおける危機に立会い、その歩みを支えていくことと言えるのかもしれない。