【５　男性不妊かもと思ったら】

横浜市大の湯村です。男性不妊のお話の5番目、最後のお話になります。

「男性不妊かもと思ったら」ということでお話をさせていただきたいと思います。

【男性にも原因！】

最初の一番目のお話のときにも出したスライドです。男性にも不妊の原因があるということは今までお話をしてきてお分かりになってくださったと思います。

6組に1組は不妊を経験している。そのうち、男性のみが原因というのは2割から3割ぐらいあるし、男女ともに原因があるのは、2割5分から4割ぐらいあると言われている。

男性が精液所見を改善することで、奥さんの負担や経済的負担も低下するのではないかというふうに考えられています。

【男性因子（精子）側から見る不妊治療の選択】

治療のところでもでてきたスライドですが、重要なのは総運動精子数ですね。精子がない場合は、男性不妊の治療が必須になるのですが、そのほかこのように総運動精子数が少ない方でも治療することで、だんだんだんだん所見が良くなっていけば、負担の少ない治療に変えられることが考えられます。

【まず、精液検査をしてみよう！】

自分の今置かれてる状況を把握するのが一番大事だと思いますから、まず「精液性検査をしてみましょう」ということになります。

いろんな方法があるわけですが、まず病院に行って調べる。

保険がきくか、きかないかは確認していただきたいです。施設によっては保険外でやっているところもあります。

泌尿器科でもできると思いますし、あと婦人科でもやってくれます。レディースクリニックでもやってくれるとこもありますが、奥さんと一緒に行かないと、できないということもありますのでそこは確認をしてください。

あとは「スマホで調べる」ですね。家に居ながら調べられます。ただ、精度は病院の検査よりも低いのでそこは注意が必要です。

　【メンズドック外来】

「メンズドック外来」これは横浜市大の生殖医療センターで行われています。

「僕に原因があるのではないかな？」とか「これから結婚するんだけど心配だな」と思われている方々に対して、2年くらい前からスタートさせました。

男性不妊や性機能の専門医が診断・相談にあたっています。

結婚の有無や年齢は問いません。「なかなか赤ちゃんできなくて僕にも原因があるのかな」「精子は大丈夫かな」と思う方々に来ていただけたらありがたいなと思っています。

紹介状は特に必要ありませんが、保険外併用療養費が5400円上乗せになります。

【異常が見つかったら？】

「異常が見つかったらどうしよう」。まず、専門家の診察を受けてみましょうということなります。

これまでのお話で、それほど痛みを伴うとか、辛い検査はないということは、わかっていただけたかなと思っています。

それから、これまでの日常生活を振り返ってみましょう。生活習慣を直すだけでも精液所見が改善する可能性があります。

それから、これまでの性生活も振り返ってみましょう。

射精はこまめにしましょう。マスターベーション・性交渉などで「問題なかったかな？」ということをちょっと考えてみてもいいかなと思います。

【精液所見の悪化は生活習慣病と関連？】

生活習慣病の話もしてきましたが、やはり高血圧、心疾患などなどですね、生活習慣病と男性不妊っていうのは、相関関係があるんじゃないかということが言われています。こういった疾患にならないように気をつけることも重要なのではないかなと思っています。

　【男性不妊患者への生活指導】

生活指導についても、ちょっと気をつけていただけたらなというふうに思います。

【専門医はどこにいますか？】

「専門医にかかりましょう」と言われて「専門医はどこにいるのか？」という話になります。男性不妊の専門医はとても少ないといわれています。

「泌尿器科医じゃだめですか？」ということになります。もちろんだめではないのですが全ての泌尿器科の先生が男性不妊診療に長けているわけではありません。ホームページで男性不妊診療可と記載がある施設はいいのではないかなと思っています。

「婦人科医は駄目ですか？」ということですが、婦人科の先生は卵子を扱うので、精子のことが詳しいという先生はそんなに多くありません。

私としてはできれば男性不妊のスペシャリストがいいのではないかなというふうに思っております。

【市の不妊相談を利用しましょう！】

その他に、市の不妊相談を活用しましょう。私も含めて、生殖医療センターのスタッフが対応にあたっています。

　【当センターにおけるレディースクリニックとの地域連携】

横浜市大の私たち生殖医療センターの男性不妊セクションというのは、実はレディースクリニックとも地域連携をしています。

男性不妊外来をレディースクリニックに作らせてもらいっています。横浜市大では、平日しか診察がないわけですが、レディースクリニックでは土日でも診療ができるので、土曜日や日曜日にこれらのレディースクリニックに行って診察をしています。また、手術が必要な場合には、横浜市大の方に紹介し、そこで手術してまた地域のクリニックに返っていただく。というような連携をとっております。

今、県内で６つの施設で連携をしております。

【まとめ】

不妊カップルの半分は男性にも原因があります。決して他人事ではないということです。

そして悩んでいるのは自分だけではないということもご理解いただけたらと思います。なるべく早めに相談をしてください。「我々で良ければ力になりますので」と思っています。

奥さんだけ、旦那さんだけ頑張れば不妊治療はいいというものではありません。

夫婦でがんばっていきましょう。「何をするか？」ということですが、ご主人も奥さんも自分のコンディションを上げていく、状況をよくしていくということが一番大事なのではないかなと思っています。その中で赤ちゃんができればいいのではないかなというふうに考えるところです。

以上で私の男性不妊の話は終わりです。ご清聴ありがとうございました。