

불임클리닉

황경진 그레이스병원 원장



불임검사를 받기 전에 미리 알아두면 좋은 주의사항

불임 진료는 일단 불임전문 병원에서 시작하는 것이 좋다.

불임의 다양한 원인에 맞는 치료를 할 수 있는 시설과 장비, 불임에 대한 경험과 연구를 많이 한 산부인과 전문의가 있는 병원이 좋다. 일단 한 병원에서 진료를 받기로 마음을 정하면 가능하면 병원을 자주 바꾸지 않고 다니는 것이 좋다. 불임치료는 한 두달의 단시간에 금방 치료되는 것이 아니고, 장시간을 요하는 경우가 많기 때문에 꾸준한 인내력이 필요하다. 병원을 자주 바꾸면 시간적·경제적으로 많은 손실이고, 임신할 수 있는 기간이 훨씬 길어지기 때문이다. 같은 검사를 다시 해야 할 수도 있고, 거의 치료가 된 부분을 다시 처음부터 시작하는 경우도 있기 때문이다.

임신을 꼭 해야겠다는 적극적인 사고와 노력이 중요하다.

기본적으로 결혼한지 1년 정도가 지나도 임신이 안 되면 일단은 관심을 갖고 아기를 갖는데 노력을 기울여야 한다. '왜 임신이 안 되지?' 검사를 받아 보기로 마음먹은 것 자체가 불임 치료에서는 굉장히 중요하다. '시작이 반'이라는 말이 있듯이 불임 검사를 해보는 것으로 벌써 절반 정도는 이미 해결되었다고 보아도 과언은 아니다.

재미있는 것은 불임클리닉에 접수만 해 놓고 검사날짜를 기다리고 있는 중, 아무런 치료를 하지 않았는데도 임신이 되는 경우가 많다. 이것은 과학적으로도 충분히 근거가 있는 이야기이다. 임신을 해서 아기를 가져야겠다는 소망이 대뇌를 적극적으로 자극한 결과, 성선자극호르몬의 분비가 증가되어 임신을 촉진시킬 수 있기 때문이다. 두드리는 이에게 문이 열리고, 원하는 이에게 축복은 주어지는 것이다.



불임의 원인은 여성에게만 있는 것이 아니고, 남편과 아내에게 반반의 확률이 있기 때문에 부부가 동시에 진료를 시작하는 것이 경제적·시간적으로 유리하다.

불임클리닉에서 몇 달에 걸쳐 아내만 검사를 했는데 아무런 이상이 발견되지 않아 남편을 검사했더니 문제가 있는 경우를 흔히 볼 수 있다. 미리 알았다더라면 더 빨리 치료해 이미 아기를 가질 수 있었을 텐데 말이다. 불임치료는 부부가 함께 상의하고 마음을 합했을 때 치료가 빠르고 좋은 결과를 얻을 수 있다.

담당 의사를 신뢰하고 지시에 성실히 따르는 것도 빨리 불임을 극복하는 방법이다

가령 기초체온을 재 올라는가, 그때 그때의 주의사항과 지시를 잘 지켜야 한다. 때로 이 병원, 저 병원을 돌아다니면서 이것저것 의학정보만 잔뜩 알고 다니는 분들이 있다. 그러나 명이란 지식만으로 해결되는 것이 아니고, 마음으로 정성을 다할 때 치유되는 것이다.

시간이 없고 빠른 시간에 좀 더 효율적인 진료를 원할 때는 불임클리닉을 방문하기 전에 기초체온 정도는 약 2~3개월 정도 미리 쟈 후에 방문하는 것이 좋다.

기초체온계는 보통체온계나 전자체온계를 사용하면 안 되고, 기초체온 전용으로 만들어진 것인데, 약국에서 구할 수 있다. 아침에 일어나 움직이지 않은 상태에서 입 안에 약 3분 정도 온도계를 넣어 재서 매일 기록하면 된다. 아주 간단하고 마음만 먹으면 누구나 쉽게 실행할 수 있으면서 불임의 원인을 분석하고 치료하는데 중요한 정보를 주기 때문에 필수적이다.

불임 검사의 종류가 많고 시간이 오래 걸린다고 미리 심란하게 생각할 필요는 없다.

여성의 경우 생리날짜에 따라 호르몬의 분비가 달라지므로 검사의 시기가 다소 달라 시간이 걸리기는 한다. 그래서 요즘은 시간을 절약하기 위해 검사와 동시에 간단한 배란유도를 함으로써 효율을 높이고 있다.

인내를 가져야 한다.

불임클리닉에 다닌다고 바로 즉시 임신이 되는 것은 아니다. 대개 3~4개월 정도는 부지런히 다니다가 금방 포기해 버리는 경우가 많지만 불임치료는 인내심이 필요하다. 불임치료는 자신에게 가장 자연스럽고 무리가 가지 않는 방법부터 시작하는 것이 좋다. 불임이라고 하여 무조건 시험관아기를 하는 것이 아니고 각자의 불임 상태에 따라 모두 치료법이 달라진다. 단 몇 알의 배란제만으로 쉽게 임신될 수 있고, 배란일만 정확하게 잡아 주어도 임신이 되는 경우도 있다. 그러므로 여유 있는 마음을 가지고 시작하는 것이 중요하고, 꾸준하게 노력해야 한다. 