

胚移植後から妊娠初期までに みられる**22**の症状を解説 妊娠のサイン？それとも受診が必要？

胚移植後のNG行動も
○×などで簡単に
確認できるよ！

永久保存版

胚移植後、着床したとわかる症状はある？



医学的には、着床したら現れる明確な症状はありません。

胚移植後に

- ・生理痛のような痛み、生理がきそうな違和感
- ・出血
- ・腰痛
- ・下腹部痛

を感じる方もいらっしゃるようです。

胚移植後の症状

生理痛のような
痛み、違和感



「着床痛」の可能性も。
この症状だけでは
妊娠の成立・不成立は
判断できない。

出血



基本的に胚移植後に大量の
出血が起こることはない。
血液の量が多い、
出血が続く場合は、
医療機関に連絡を。

腰痛



着床・妊娠過程の子宮収
縮などによるものの可能
性もある。一過性の腰痛
であれば問題ない。
長期にわたり続く場合
医療機関に連絡を。

下腹部痛



子宮収縮による痛みが考
えられる。あまりにも辛
い痛み、継続的な痛みを
感じる場合は
かかりつけ医に相談を。

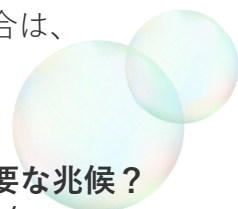
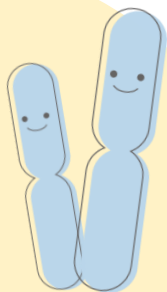
*** 胚移植後の症状の有無だけで、妊娠判定が陽性か陰性かは判断できません。胚移植後の症状として挙げられるものは、注意が必要な症状である場合もあります。**

ご自身で判断せず、症状がひどい場合や継続する場合は、
かかりつけ医に相談しましょう。

胚移植後の症状について詳しく知りたい！という場合は、
以下より医師監修の記事をご覧くださいませ。

胚移植後の症状まとめ～それって妊娠のサイン？注意が必要な兆候？

<https://varinos.com/contents/embryo-transfer-symptoms241101/>



胚移植後の〇〇行動 NG？それともOK？

胚移植後から妊娠判定までは、期待と同時に不安も大きいと思います。
妊娠判定までに控えたほうが良い行動などをまとめました。ぜひ参考にしてください。

胚移植後の過ごし方 OK? NG?				
スクワット  ↓ NG	ジャンプ  ↓ ケースによる	ウォーキング  ↓ OK	自転車  ↓ 制限あり	立ち仕事  ↓ 制限あり
入浴  ↓ 制限あり	ホットヨガ  ↓ NG	岩盤浴 サウナ  ↓ NG	旅行  ↓ 制限あり	ひとりH  ↓ NG

「なぜ、この行動がNGなの？制限ありなの？」もっと詳しく知りたい！
という場合は、以下より医師監修の記事をご覧ください。

胚移植後のNG行動～立ち仕事・ウォーキング・スクワット・旅行はダメ？
<https://varinos.com/contents/ng-behavior241101/>

妊娠初期に起こりやす症状は？



妊娠初期に現れる症状には、個人差があります。その中でも、誰にでも現れる症状と人により症状の有無や強弱が異なる症状があります。

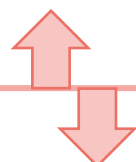


妊娠初期に起こりやすい 18の症状



* 個人により症状の有無や強弱は異なります

誰にでも
現れる



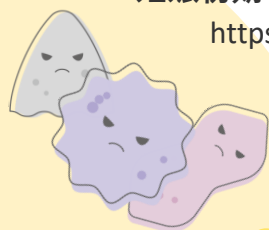
個人差
がある

- | | |
|--|---|
| ☒ 月経がはじまらない | |
| ☒ 基礎体温の高温期が続く | |
| <hr/> | |
| ☒ おりものの変化 | ☒ 唾液・鼻水の変化 |
| ☒ 少量の出血 | ☒ 頻尿、便秘 |
| ☒ 胸の張り・痛み | ☒ 嗅覚の変化 |
| ☒ 体のだるさ、眠気 | ☒ 情緒不安定 |
| ☒ おなかの張り、腹痛、下腹部痛 | ☒ 胃のむかつき |
| ☒ 腰痛 | ☒ 食の変化 |
| ☒ 頭痛 | ☒ 息切れ |
| ☒ 肌トラブル | ☒ めまい・立ちくらみ |

妊娠初期の各症状について、もっと詳しく知りたい！という場合は、以下より医師監修の記事をご覧ください。

妊娠初期とは？いつから始まる？18の症状・兆候・注意点をチェックリストで解説

<https://varinos.com/contents/knowledge-early-pregnancy-240511/>



子宮内フローラ検査について

子宮内フローラとは

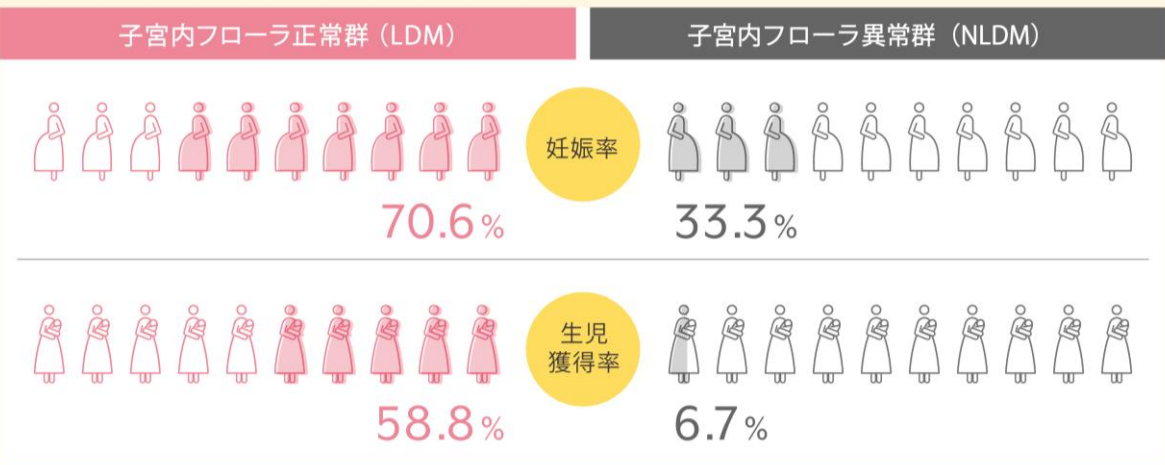
子宮内の多種多様な菌の集まりのこと。
子宮内の菌環境が妊娠率や出産率に関係することが
わかってきています。

子宮内ラクトバチルス^{*}の妊娠・出産への影響報告データ

スペインのIVI Valencia クリニックにて、体外受精を実施している35人の不妊治療患者を対象に子宮内フローラを調べ、ラクトバチルス率が90%以上と未満の2群で、妊娠や出産に影響を与えるかどうかを調べた結果。

ラクトバチルスが90%以上

ラクトバチルスが90%未満



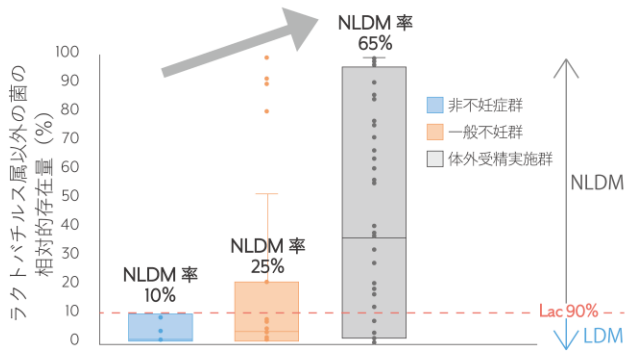
Moreno et al, AJOG, 2016 より改変

不妊症群と非不妊症群の子宮内フローラの比較

一般不妊や体外受精に取り組まれているような不妊症群と非不妊症群の3群にて子宮内のラクトバチルス属以外の菌の占有率を比較したものです。

各群ばらつきはありますが、NLDM率^{*}をみると、非不妊症群では、NLDM率が10%と低いに対して、一般不妊群では25%、体外受精実施群では65%と高い結果になりました。

このことから、より不妊治療のステージが進まれている方のほうが、子宮内の菌環境（子宮内フローラ）が乱れている割合が多いと示唆されています。



^{*}NLDM率：ラクトバチルス属が90%未満の環境だった方の割合

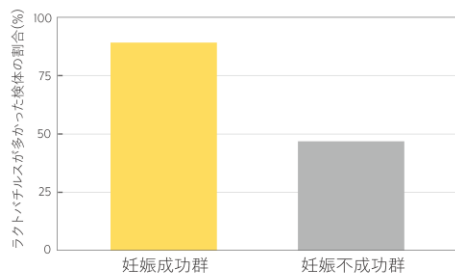
Koichi Kyono, et al., 2018 May 6;17(3):297-306. doi:10.1002/rmb2.12105. eCollection 2018 Jul. より改変

Varinos

子宮内のラクトバチルス割合と人工授精の成功率の比較

国内で不妊治療を行っているクリニックにおける人工授精の成功率とラクトバチルスの割合についての研究報告によると、**妊娠成功群ではラクトバチルスの割合が高かった方が多く、不成功群は成功群と比較し、ラクトバチルスの割合が高い方は約半数と少なかったことが報告されています。**

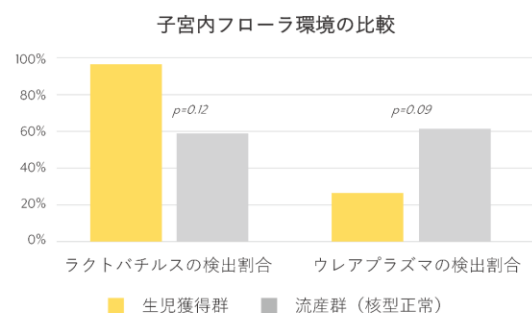
さらに通常の人工授精の成功率よりもラクトバチルスが多い方は、成功率が高いことにも言及されています。



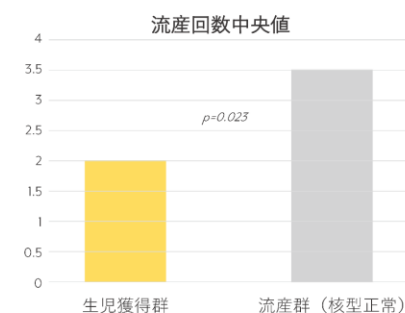
鍋田基生 (2021) / 人工授精における子宮内フローラ検査の有効性の検討
日本受精着床学会誌 38 (1) 76-81 (2021) より改変

不育症と子宮内フローラの関係

不育症の方 64 例に対して、全例に子宮内フローラ検査を実施し、その後の妊娠、妊娠後の転帰を追った研究結果です。



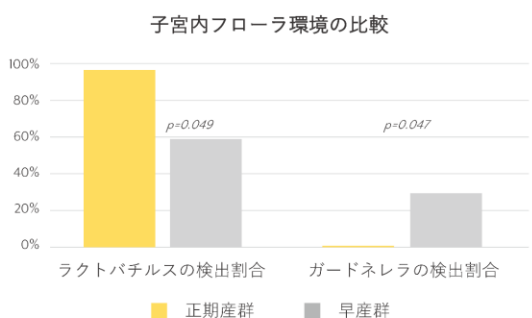
上図は、生児獲得に至った群と流産をしてしまった群において、子宮内の菌環境を比較したものです。**生児獲得群では、ラクトバチルスの検出率が高く、流産群では低い結果となりました。**
また周産期予後（流産・早産）や不妊に影響を与えているとされるウレアプラズマの検出率を比較すると、**生児獲得群では、ウレアプラズマの検出率が低く、流産群では高い結果となりました。**



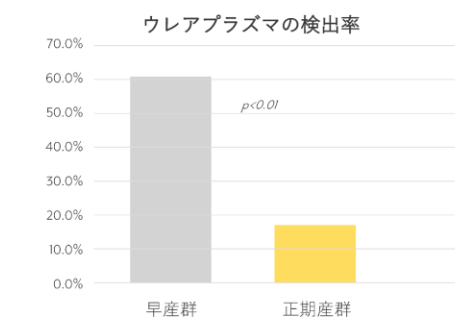
上図は、生児獲得群と流産群においての流産回数を比較したものです。**生児獲得群では流産回数が少ないという結果になりました。**
遺伝的異常（核型正常）がないにも関わらず、出産に至らないケースでは子宮内の菌環境が関係していることが示唆されました。

Yutoku Shi et al. Journal of Reproductive Immunology, Volume 152, August 2022 より改変

さらに上記のうち生児獲得群 30 例のうち、正産（24 例）と早産（6 例）において、ラクトバチルス、ガードネレラ、ウレアプラズマの検出率を比較しました。



正産にて出産に至った群では、ラクトバチルスの割合が高く、**早産になってしまった群では、細菌性陰症の原因菌と言われるガードネレラの検出割合が高いという結果になりました。**



さらにウレアプラズマの検出率も比較したところ、ガードネレラ同様に早産になってしまった群ではウレアプラズマの検出率が高いと報告されています。**流産・早産を繰り返してしまう方では、子宮内の菌環境が悪い傾向にあるということが示唆されています。**

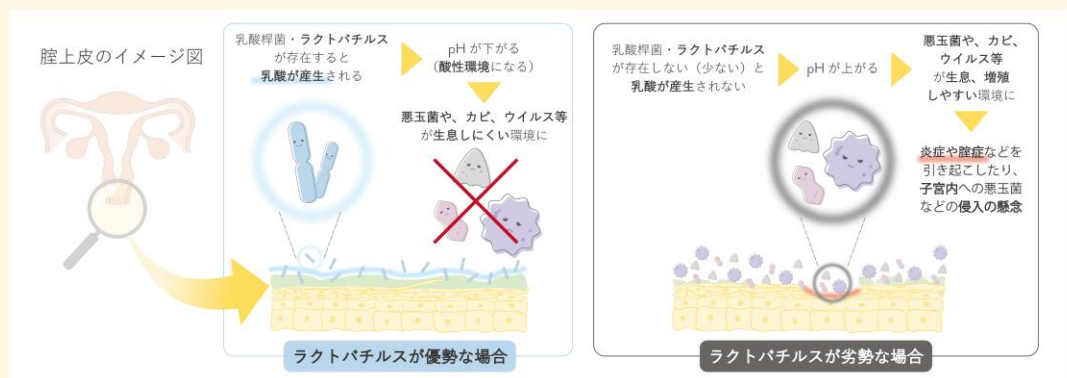
Yutoku Shi et al. Journal of Reproductive Immunology, Volume 152, August 2022 より改変

Varinos

腔内菌環境の乱れによる影響

子宮内と腔内の菌叢の相関は、6～8割と言われています。^{*}

以下の図は腔上皮細胞での乳酸菌・ラクトバチルス働きを示したものです。子宮内でも腔と同様の働きがあることが示唆されています。



2024 Apr;281:127628. doi: 10.1016/j.micres.2024.127628. より改変

ラクトバチルスが減り悪玉菌が増え、子宮内フローラが乱れると...

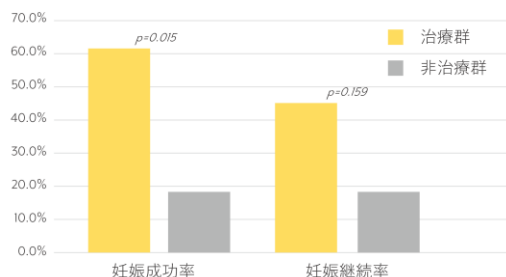


治療介入による妊娠率・継続率への影響

子宮内フローラを調べた結果、NLDM^{*} だった方に対して、治療介入した群と治療介入しなかった群にてその後の体外受精における妊娠成功（胎嚢確認）率と妊娠継続（12週以降継続）率を比較したところ、治療介入をした群では、妊娠成功率が優位に高い結果となりました。

このことから、子宮内の細菌叢は妊娠・出産の観点において重要な関係があることが示唆されています。

^{*} NLDM：子宮内のラクトバチルス属の割合が90%未満の状態



竹重 勇哉 (2024)/ 子宮鏡検査にて慢性子宮内膜炎を疑う症例に対する子宮内細菌叢検査の有効性について / 日本受精着床学会雑誌 41・2 328-334 より改変

- ・なぜ子宮内フローラが乱れていると妊娠率や出産率に影響するの？
- ・子宮内フローラ検査とはどのような検査なの？
- ・医療機関ではどのような治療が行われる？菌環境は変えられる??

詳しくは **検索 子宮内フローラ検査** で、ご覧ください。

VarinosのHPでは
受検者のお声も掲載中

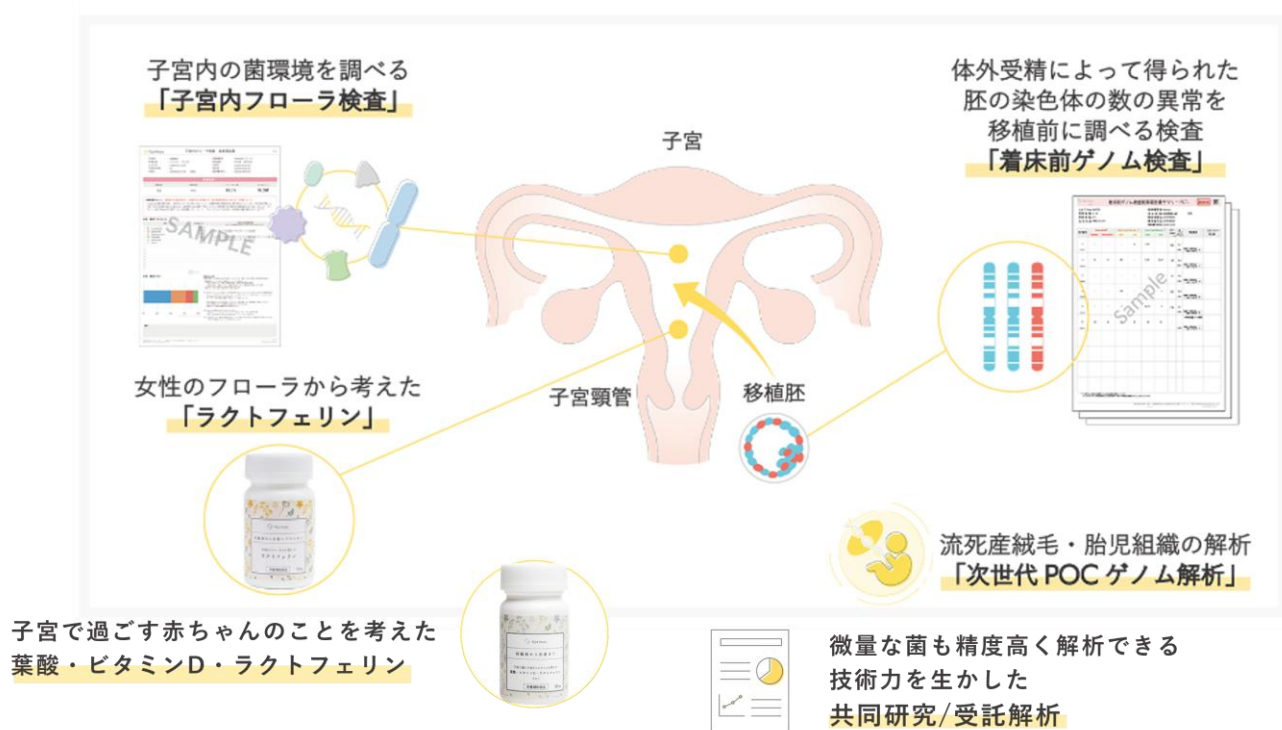
実際に子宮内フローラ検査を
受けられた方々のお声はこちらから



MISSION

ゲノム解析技術を通じて、家族の未来をつくる

事業内容



Varinos

バリノス Varinosの公式SNSについて

妊活や不妊治療にお役立ていただける情報や、子宮内フローラに関する情報をSNS等で発信しています。

[医師・専門家監修コンテンツ]
不妊治療と子宮内フローラについて知る・学ぶ

[YouTube]
不妊治療学びCh



妊活や不妊治療において疑問や不安を感じる事が多いテーマを取り上げ、医師や専門家が詳しく解説

イラストや図解を多く使い、妊活や不妊治療について、簡潔に、そしてわかりやすく解説

Follow Me

[Instagram]
@varinos_voice



妊活・不妊治療に役立つ知識やレシピ等を発信中

[X]
@varinosinc



妊活・不妊治療に関するニュースやVarinosの情報をお届け

[LINE]
@451yntid



妊活・不妊治療の最新情報や弊社製品のお買い得情報などをお届け

[TikTok]
@varinos_manabi



ショート動画で妊活・不妊治療に関する学びを発信

Varinos



Varinos