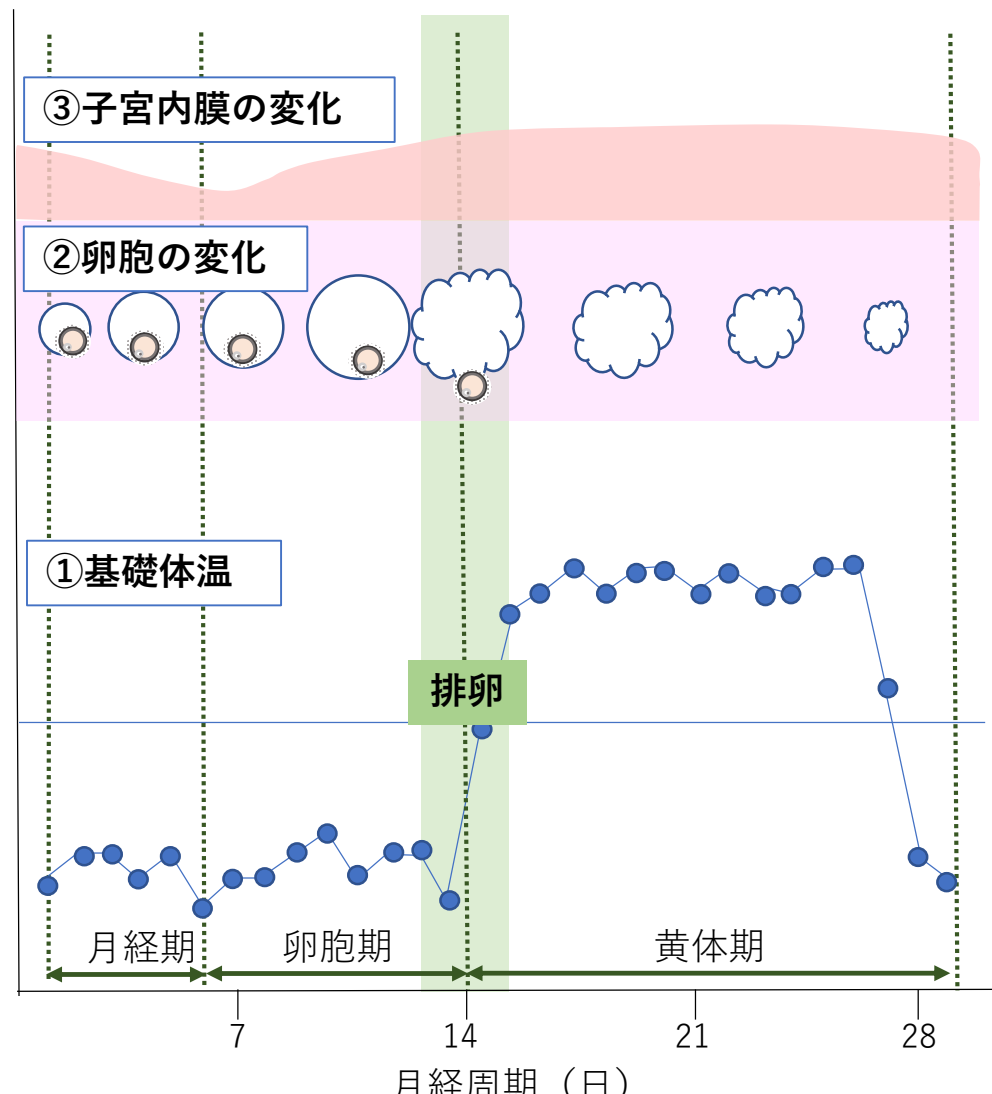


# タイミング指導

排卵日付近では、基礎体温や尿中の黄体ホルモンが上昇します。また、卵胞が大きくなり、子宮内膜は厚くなります。このような変化を指標に、医師が排卵日を正確に予測し、夫婦生活をもつ時期を指導します。



## タイミング指導の進め方

- ①月経周期と卵胞の大きさ、子宮内膜の厚さなどからおおよその排卵日を予測します
- ②排卵日の前日頃に来院し、卵巣や子宮内膜の状態から正確な排卵日を予測します
- ③予測した排卵日に合わせて夫婦生活をもってください