



自己注射の手順

IVF大阪クリニック



もくじ

ご案内

P1

集団教室について

P2

実施できる注射の種類

P3

注意事項

P5

手順

P7

薬剤・シリンジ・針が一体型の場合

P14

医療廃棄物の取り扱いについて

P15

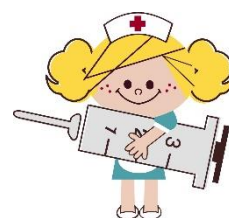
よくあるQ&A

P16

自己注射を希望される方へのご案内



1. シリンジ（注射器）を使った自己注射を希望される場合、「自己注射に関する同意書」と冊子「自己注射の手順」をお持ち帰り頂き、自己注射教室までに必ずお読みください。



2. 自己注射集団教室に必ず参加していただかなければ実施出来ません。
（他院で自己注射を実施していた経験があったとしても参加が必要です）
※自己注射集団教室は前日までに予約が必要です。（※次ページ参照）

「自己注射に関する同意書」は集団教室の来院前に内容を熟読し、署名捺印して必ずご持参下さい。持参されない場合は受講できません。

同意書の内容について確認しましょう

自己注射により起こり得る以下のリスク及びこれらに起因して不測の事態が発生する可能性があることを十分ご理解ください。

- ・ 注射部位の出血
- ・ 注射部位の感染
- ・ 針刺し事故による感染
- ・ 注射による神経障害
- ・ 注射による過敏反応
- ・ 注射量の誤りなど

自己注射において、トラブルが発生した場合、当院は責任を負いません。

自己注射はすべて**自己責任**の下での実施となります。

自己注射集団教室について

お仕事をされている方や遠方よりお越しの方、家事が忙しい方のために当院では自己注射の集団教室を実施しています。

自分では怖い……。難しそう……。とされている方も、ゆっくり丁寧に指導します。

アンケートより……。刺激周期体外受精の場合平均9.8日の来院が必要ですが、自己注射を実施した場合約5.8日短縮されることが分かりました！

「自分の時間が出来て、通院のストレスが減った！」

「思ったより簡単に出来て、やってみて良かった！」といった感想がありました。

日時：毎週火曜日 9：30～12：30（終了時間は目安です）

9：00に来院して頂き、9：15までに受付を済ませてください

9：15より遅れた場合はキャンセルとなります

場所：3階オアシス

（2階で受付を済ませ、案内があるまで2階でお待ちください）

人数：8名まで（指導スタッフは1～2名）

料金：¥3,600（税別）

自費になる為、保険診察と同日不可



用意するもの：「自己注射の手順」

「自己注射に関する同意書」

筆記用具

腹部を出しやすい服装で参加して下さい

☆ご予約はお電話でお願いします。

IVF大阪クリニック TEL：06-4308-8824+221

* 注意 *

- ・ 集団指導を行う為、時間厳守でご来院をお願いします。
- ・ 体外受精の方で自己注射集団教室を受けられる方は、体外受精の前周期に受講されることをお勧めします。
- ・ 自己注射はご本人が実施して頂くことが原則です。
（医療従事者以外の家族での実施不可）
- ・ 予約をキャンセルされる場合は、必ずご連絡をお願いします。

自己注射を実施できる注射の種類

注射	皮下注射	・・・患者様が自己注射可能
	筋肉注射	・・・医療従事者以外は不可
	皮内注射	・・・医療従事者以外は不可



シリンジでの自己注射の前に・・・

ペンタイプのご案内

ペンタイプは
ゴナールエフペン
のみです



<ペン型の利点>

- ・簡単（注射開始日に指導します）
- ・注射の針が短く細いため、刺す痛みが少ない
- ・注射液を注入するときの痛みが少ない
- ・シリンジに比べ自己注射の恐怖心が少ない
- ・薬剤を作成する手間がない

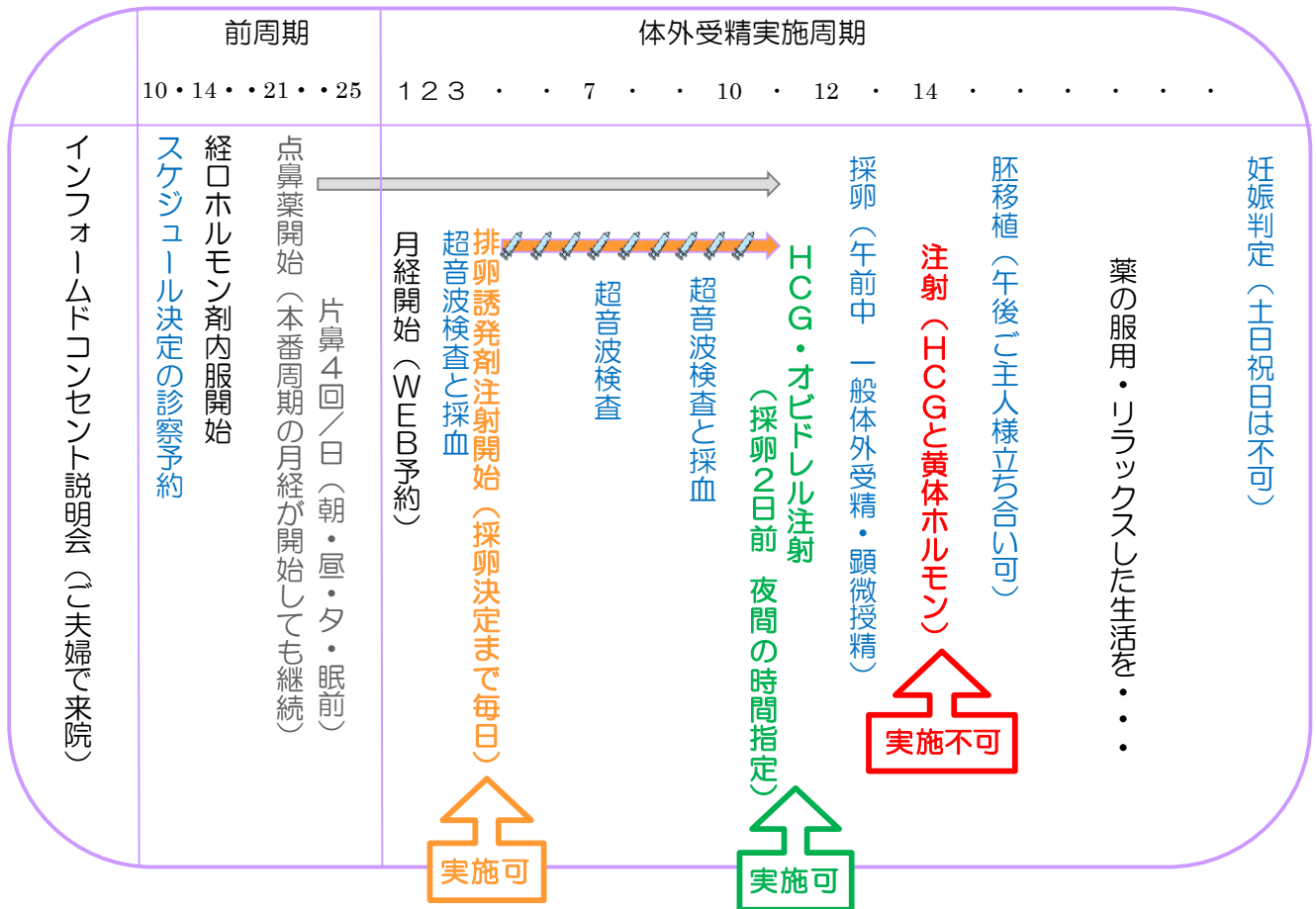
<ペン型の欠点>

- ・コストが高い
- ・1種類しかないのでその他の注射薬は自己注射できない
- ・薬剤を使い切れず残ってしまう場合がある



自己注射教室で行う注射は
シリンジ（注射器）
を使用する自己注射です！！

体外受精刺激周期Long法の例



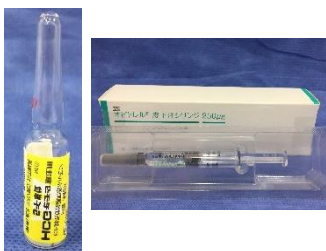
- 排卵誘発剤：卵胞を育てる薬 → 実施可



- アンタゴニスト：排卵を予防していく薬 → 実施可



- HCG/オビドレル：卵子を成熟させる薬 → 実施可



ただしこの注射は、採卵の予定時間から逆算して、夜間に実施します。そのため、注射を失敗した、注射をこぼしてしまった・・・などがあっても当院の診療時間外となるため対応できません。また、この注射が実施できなければ採卵できない可能性もあります。※大切な注射ですので、手技に自信がなければ、来院をお薦めします。



- 黄体ホルモン注射：採卵後に新鮮胚移植をする場合の子宮内膜を整える薬 → 実施不可

黄体ホルモン注射は筋肉注射になります。
筋肉注射は医療従事者でなければ実施できません。

自己注射についての注意事項



- ①自己注射教室では、まずお腹にみたてたスポンジを使用して練習を行い、最後に自分のお腹に注射を打つところまで指導します。教室参加後、注射開始初日に、**実際に使用する薬剤を用いて、看護師と一緒に手技確認を実施し、自己注射を許可できるかどうかの最終確認を行います。**
 ※手技習得の到達度によっては**自己注射を許可できない場合がありますが、安全を優先しているためご了承ください。**

- ②注射薬剤は種類によって保存方法（**冷所・室温**）が異なります。薬剤の品質を損なわないよう指示通りに正しく保存してください。保存方法は、お持ち帰りの袋に貼ってあるシール内に記載されています。

様	
月 日 () PM :	
HCG モテダ	単位 皮下注
保存方法：冷所遮光	
☐ 注射薬	☐ 溶解液 ☐ 物品
IVF大阪クリニック	

様	
月 日 ()	
ゴナールエフ	単位 皮下注
保存方法：室温遮光	
☐ 注射薬	☐ 溶解液 ☐ 物品
IVF大阪クリニック	

- ③注射薬剤を紛失したり**破損**をすると、予定の注射ができなくなります。その場合は自己責任となり、**薬剤の再購入が必要**となりますので大切に扱ってください。また、1度お持ち帰りいただいた注射薬剤は**返品・返金は出来ません。**

- ④誤って指示と違う注射をすることのないよう、スケジュール表を十分確認し、日付、薬剤名、薬剤の本数(単位数) など確認してから注射を行って下さい。

IVF DAY SCHEDULE

患者ID	1	ALL	SCHEDULE 表示		SCHEDULE 印刷		新規保存		更新		シート保護 切替		メニューへ			
フリガナ	テスト カンジャイ		生年月日		CHART 表示		CHART 印刷									
氏名	テスト 患者あい		昭和050年01月01日													
このスペースには、 「fresh TEGE」進捗時に 「チェック表」が 貼り付きます			注意事項									GnRHa			他院 他院 持帰り 医従 自己注 自己注 持帰り IVFなんぼ 夜間注 (取消)	
実施予定			2018 年 月		Long											
キャンセル 決定	月経周期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
	日付	4/1	4/2	4/3	4/4	4/5	4/6	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11	4/12	4/13	4/14	
	曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
注 射	ゴナールF	600			300	300										
	HMGフェリング	375				225	150									
	FFJ HMG															

- ⑤注射のセットは1セットのみ予備用としてお渡ししています。シリンジや針を不潔にしてしまった場合などに使用してください。
※周期の初回注射時にお渡しします。使用しなかった場合は周期の最終日（基本的には採卵の日）に回収しますので**必ず持参してください**。
- ⑥使用後のシリンジ、針、アンプル、バイアルは全て医療廃棄物として当院で処分します。**必ず持参してください**。（P15参照）
注）安全管理のため、お渡ししたシリンジ、針の数を数えています。**使用後の物品を返却されない場合や持参を忘れた場合は、次の注射を持ち帰りできません**。
- ⑦注射を実施する際は、**必ず手順書を見ながら行ってください**。
自己注射に慣れた頃に手順書を見ずに実施して、トラブルが発生しやすくなります。注射は医療行為です。**緊張感を持って実施**して下さい。
- ⑧注射のトラブル対応は、診察時間内、17：00までとなります。（自動で留守番電話に切り替わります）トラブルの内容によっては来院が必要になる可能性がありますので、自己注射実施は**午前中に行う**ことをお勧めしています。（注射する時間は一定にする必要はありません）
※注射によっては実施時間を指定される薬剤がありますので、その場合は医師の指示通りの時間で注射を実施して下さい。



休日専用電話 ※日・祝は8：30～10：00まで対応可能。
☆080-3039-5158
※緊急時のみの対応です！

何か不都合があった場合には、当クリニックの診療時間内にご連絡ください。診療時間外は連絡が取れなくなることを、十分ご理解ください。

自己注射の手順

STEP1 自己注射の前に 準備をしましょう

机の上を整理整頓してきれいに拭き、丁寧に手を洗う。
石鹸を使って手掌、甲、指間、爪の間をよく擦り洗い、最後に流水で
10秒以上洗い流す。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石
けんをつけ、手のひらをよくこ
ずります。



手の甲をのほすようにこずりま
す。



指先・爪の間を念入りにこずり
ます。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いし
ます。



手首も忘れずに洗います。

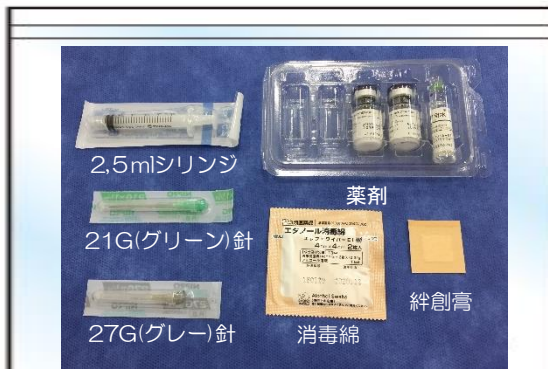
石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、
清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

STEP2 必要物品を そろえる

必要物品を揃える。

- ・ ナイロン袋に入っている持ち帰りセットと薬剤
- ・ スケジュール表
- ・ 自己注射の手順

注) 必要物品は清潔で安定した場所に置いてください。



ナイロン袋に入っている持ち帰りセットと薬剤



スケジュール表



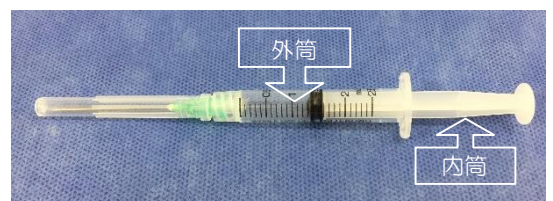
自己注射の手順

STEP3 清潔操作で シリンジを 組み立てる

- ① シリンジと21G (グリーン) 針の袋を半分くらい開ける。
※ シリンジと針の接続部と針の色がついた部分には触れないこと。
接続する前にテーブル等に置いてしまうと不潔になります。
- ② シリンジと21G針のお互いの接続部に触れないよう、清潔に袋から
取り出して、ねじって接続する。
※ 強く締めすぎると、針を交換する際に外れなくなるので注意。
- ③ シリンジを組み立てたら、内筒を数回動かしておいて下さい。



不潔にしない



ここが
Point!!

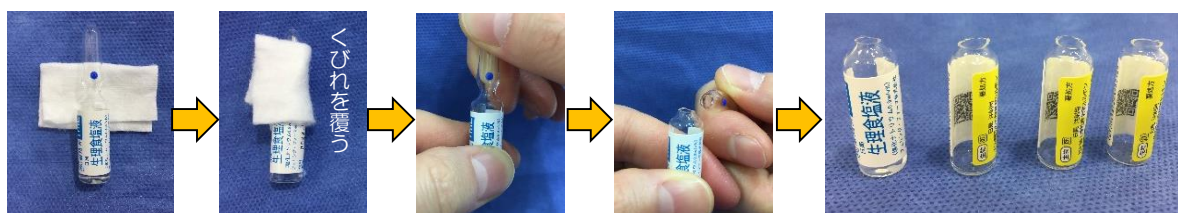
シリンジを操作する際は基本的に外筒を持ち、針は上に向けましょう。

STEP4 溶解液と薬剤を 準備します

- ①アンプルの上部に薬剤や液が残っている場合があるので、必ず軽く振るか指先でたたき、下に落とします。
※落とさずに割ってしまうと、液不足で薬剤が溶解できなくなります。



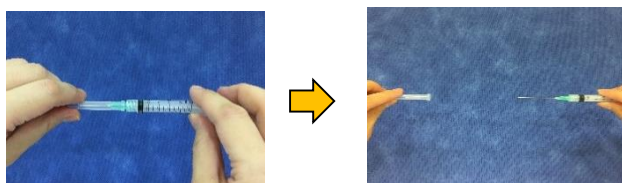
- ②消毒綿を一枚取り出し、半分に折る。
③指を切らないように消毒綿でアンプルのくびれの部分を覆い、アンプルの●印を自分の方に向けて持つ。消毒綿の上から●印に親指をあてそのまま勢いよく先端部分を後方向に折り、アンプルをカットする。ガラスの割れる部分を消毒綿でしっかり覆うことが、指を切らないポイントです。



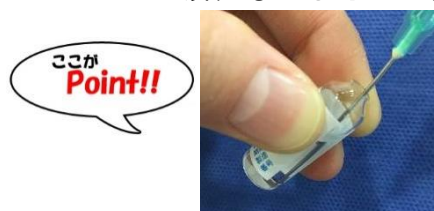
※複数アンプルがある場合は全てカットし、バイアルの場合も蓋を開けておく。
注) バイアルはゴム栓の部分を手で触れないよう注意してください。もし触れてしまった場合は消毒綿で拭いてください。

STEP5 シリンジに 溶解液（薬液） を吸い上げる

- ①シリンジのキャップをねじらず、**真横に引っ張って**はずす。
※ねじると針が緩むので、**絶対にねじらない**でください。



- ②針をアンプルの外側などに触れないよう清潔操作でアンプル内に入れて溶解液を吸い上げる。内筒を引きすぎると抜けてしまうので、あまり空気は吸わないように気を付けましょう。（目安として**2mlの目盛を超えない**）



上手に吸い上げるコツは、アンプルの一番底の壁に針穴を固定し、アンプルを傾けて内筒を引くことです。固定が上手くできないと空気ばかり吸ってしまいます。



針が不潔になってしまいます

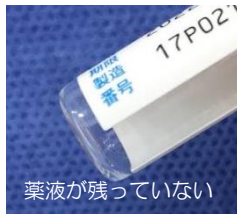


内筒が抜けると溶解液が
全てこぼれます

薬剤がアンプル
→STEP6へ
薬剤がバイアル
→STEP7へ



- ① 薬剤のアンプルの半分くらいまで針を清潔に入れ、ゆっくりと溶解液を注入する。
※勢いよく入ってしまうと、こぼれたり泡立ってしまいます。
- ② 一度針を抜き、薬剤の溶け残りが目視で確認する。
溶け残りがある場合はアンプルをテーブルに置き、ゆっくりと円を描くように回して、再度溶けているか目視で確認する。
- ③ 薬液をシリンジに吸い上げる。
- ④ 薬液がアンプルに残っていないか確認する。
※薬剤のアンプルが複数ある場合は繰り返す。



薬液が残っていない



薬液が残っている



→ STEP8へ



もともと液体の注射薬の場合は
溶解が不要ですので、STEP1～5
を参考に薬液を吸い上げましょう。

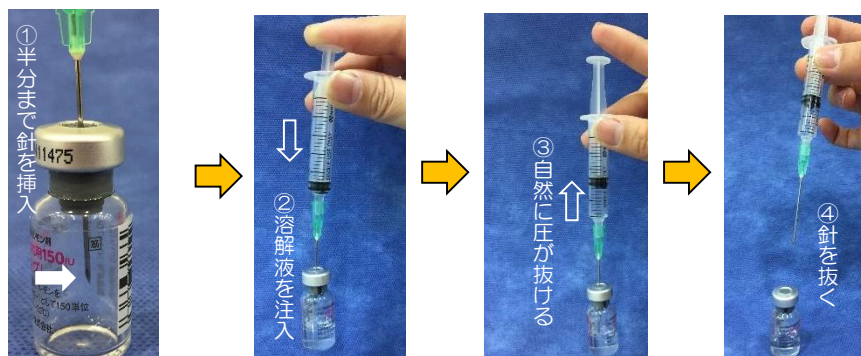
～メモ～

STEP7 薬剤を溶解して 吸い上げる バイアル バージョン

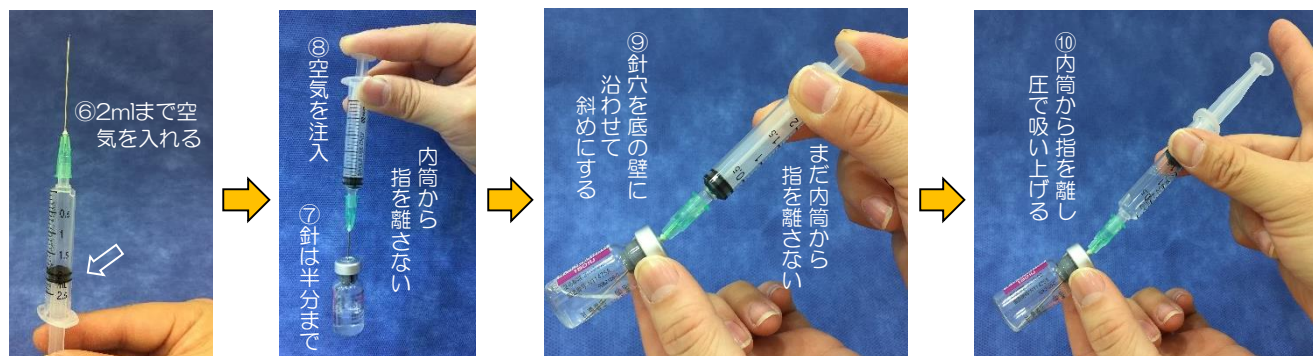
一見難しそうなバイアルですが「薬剤を溶かして吸いあげる」という基本はアンプルと変わりません。



- ①ゴム栓の中央に**バイアルの半分**ぐらいまで垂直に針を挿入する。
- ②薬剤があわ立たないように、ゆっくりと溶解液全量をバイアル内に注入する。
- ③一度内筒から指を離し、自然にシリンジ内へ空気が返ってくるのを確認する。（空気が返ってこなくても圧が抜けていればよい）
- ④バイアル内の圧が抜けたら、針を静かに抜く。



- ⑤薬剤が溶けたのを目視で確認する。溶けてない場合はバイアルをテーブルに置きゆっくりと円を描くように回して再度溶けているか目視で確認する。
- ⑥シリンジに2ml程の空気を入れる。
- ⑦ゴム栓の中央に**バイアルの半分**ぐらいまで針を垂直に挿入する。
- ⑧薬液に針が浸からないようにし、空気をバイアル内へ注入する。
注）空気を注入後は内筒から指は離さない。
- ⑨内筒を押したまま針先を薬液の中に入れ、バイアルを持ち上げて傾け、針穴をバイアルの底の壁に沿わす。（少し針がしなるぐらいに力を加えても大丈夫）
- ⑩内筒から指を離し圧を利用して薬液をシリンジに吸い上げる。圧がかからなかった場合や、圧で吸いきれなかった薬液は自分でシリンジの内筒を引き、吸い上げる。あまり空気は吸わないように気を付けましょう。
（目安として**2mlの目盛を超えない**）
- ⑪針をバイアルから抜く。
- ⑫薬液がバイアルに残っていないことを確認する。
※薬剤のバイアルが複数ある場合はSTEP7を繰り返す。



ここが
Point!!

上手に吸い上げるコツは、バイアルの一番底の壁に針穴を固定することです。固定が上手くできないときれいに吸いあげることができません。

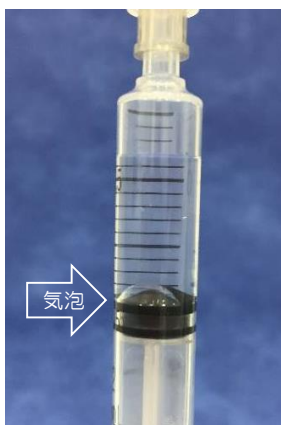
➡ STEP8へ

STEP8 針を 21Gから27Gに 付け替える

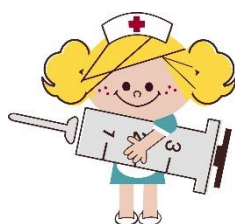
- ①薬液を全て吸い上げたら針にキャップをつける。
- ②針を上に向けた状態で1度内筒を2目盛ほど引き、針の中の薬液をシリンジ内に落とす。
- ③27G（グレー）針の袋を半分くらい開ける。
※接続部に触れない
- ④21G（グリーン）の針をねじって外し、清潔操作で27Gの針に付け替える。
注）針を外すときは引っ張らずにねじって外します。引っ張るとキャップが外れて危険です。

STEP9 シリンジ内の 空気を抜く

- ①針を上に向けて内筒をしっかり持ち、利き手で薬液内の気泡部分をはじくように叩き、振動で気泡を取り除く。
※小さな気泡は気にしなくても大丈夫です。



- ②気泡がなくなったらもう一度内筒を2目盛ほど引いて針の中の薬液をシリンジ内に落とす。
- ③内筒をゆっくり押し上げ、シリンジ内の空気を全て抜き、針先から1滴だけ薬液を出す。



お疲れ様でした
注射の準備完了です！

➡ STEP10へ

～メモ～

STEP10 注射部位の 準備をしましょう

<注射部位>



注射部位はおへその下  部分。
比較的ふくよかで、皮下脂肪が多く、
大きな血管も少ないため自己注射に適
した部位。

※皮膚反応の発現頻度を低下させるために、注射部位は毎日
変えること（左右交互）が望ましいです。



- ①注射部位を決定し、衣服が当たらないようにする。
- ②消毒綿で消毒する。
※まず中心を消毒し、中心から外側に円を描くように。
- ③自然に乾燥するのを待つ。
※乾燥後は不潔になるので触らない。

STEP11 シリンジを持つ



ここが
Point!!

注射を腹部に刺すまでは、内筒
に人差し指を触れない。触れる
と緊張して、刺す前に押してし
まう可能性があります。

- ①シリンジのキャップをねじらず、**真横に引っ張って**はずす。
- ②利き手でシリンジを持つ。
- ③針を自分の方に向け、針孔が見えるようにする。
※針孔を上に向けると刺す時の抵抗が少なくなり、痛みが軽減されます。
- ④人差し指はシリンジに触れないようフリーの状態にし、他の指でシリンジ
をしっかり持つ。

～メモ～

STEP12

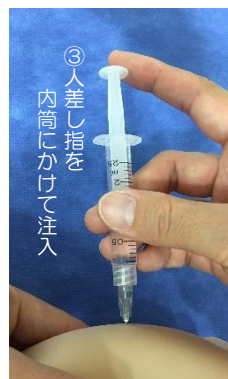
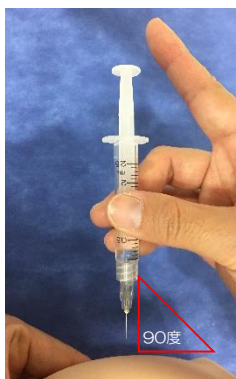
いよいよ

注射実施です！

- ①注射部位 **×** には触れないように、反対の手で皮膚を大きめに少し痛みを感じるくらいにつまむ。
- ②つまんだ皮膚の真ん中に、**90度の角度で針の根本まで刺す。**
- ③刺してから内筒に人差し指をかけ、ゆっくり押し注入する。
※内筒が動きにくい時は、皮膚のつまみを少し緩めると注入しやすくなりますが、針が抜けないように注意してください。
- ④薬液が全量注入できたら、内筒から指は離さずに針をまっすぐ抜く。
※針を斜めに抜いたり、針を弾いてしまうと、皮膚が切れる可能性があります。
- ⑤シリンジをそのままテーブルに置く。
(針は不潔にしてもよい)
- ⑥お腹をつまんでいた手を離す。
- ⑦薬液や血液が出た場合は、消毒綿で押さえる。何も出ない場合は押さえる必要はありません。
※揉まないでください。
- ⑧絆創膏を貼る。
- ⑨針にキャップを付ける。

ここが
Point!!

針が見えなくなるまで刺し込んでください。
薬液はゆっくり注入する方が、痛みが少なくできます。



～メモ～

薬剤・シリンジ・針が一体型の場合



オビドレル



ガニレスト

- ①薬剤の溶解が不要のため、STEP10を参考に、先に注射部位の準備をする。
- ②シリンジをケースから取り出す。
- ③針のキャップを外す。
※少しねじるように引っ張ると外れやすくなります。
- ④針を上に向けてシリンジの内筒をしっかりと持ち、利き手で薬液内の気泡部分をはじくように叩き、振動で気泡を取り除く。
- ⑤気泡がなくなったら内筒を2mmほど引いて針の中の薬液をシリンジ内に落とす。
- ⑥内筒をゆっくり押し上げ、シリンジ内の空気を全て抜き、針先から1滴だけ薬液を出す。
- ⑦STEP11～12を参考に注射を実施する。



一体型の場合、キャップを付けた状態では密閉されています。先にキャップを外さなければ内筒を動かすことができません。

～メモ～

医療廃棄物の取り扱いについて

シリンジや針などは、感染性廃棄物として処理する必要があるため、一般ごみとして出してしまうと処罰の対象となります。

当院では、必ず持参していただき、持ち帰った数と返却された数が合っているか確認したあと、医療廃棄物として処理しています。

使用後の物品を返却されない場合や持参を忘れた場合でも、次の注射を持ち帰りできない決まりになっていますので、必ずご持参ください。

次回来院時に看護師へ持参して頂くもの



①27G（グレー）の針付きのシリンジ

②21G（グリーン）の針

※両方とも必ずキャップをしっかりと
ついているか確認してください

③バイアル本体

④アンプル本体・フタ

ここが
Point!!

持ち帰る時にお渡ししている透明のポリ袋（大）に
すべて入れてください。

※数日分お渡ししている場合、一袋にまとめず、そ
れぞれ入っていた袋に入れてご持参ください。



ご家庭で処分していただくもの



①シリンジ等が入っていた小袋

②使用済みの消毒綿とその袋

③薬品が梱包されていたプラスチックケース

④バイアルのふた

自己注射に関する よくあるQ&A



Q1 最終の手技確認は、日曜日や祝日に注射開始になった場合でも実施してもらえるのですか？

A：実施可能です。ただ、個人差がありますが、自己注射の最終手技確認には30分から1時間程要します。休日はスタッフも最小の人数で対応しておりますので、待ち時間が発生することをご了承ください。

Q2 月経開始後、何日目に受診すれば来院回数を減らすことができますか？

A：スケジュールの方法によって異なります。刺激周期法の場合、注射の開始は月経3日目か4日目です。下記を参考に予約をお取りください。

Long法：月経2～4日目に来院。注射開始の3日目か4日目に来院推奨。

Short法：必ず月経2日目に来院が必要です。翌日に注射の手技確認を実施しますので、連日の来院が必要です。

Ultra Short法：必ず月経3日目に来院。その日に手技確認します。

アンタゴニスト法：月経2～3日目に来院。注射開始の3日目がおすすめですが、3日目か日祝の場合は2日目の土曜日に診察し、翌日に注射の手技確認を実施しますので、連日の来院が必要です。

自然周期法：月経2～6日目に来院。注射の開始日は決まっておらず、必要時に医師から指示が出ます。いつでも手技確認できるように、「自己注射の手順」は常にご持参下さい。

Q3 自己注射集団教室を受けたら、必ず自己注射をしないとイけませんか？

A：自己注射の教室で実際に自己注射を行い、手順や手技など不安だと感じられた場合や、しばらく自己注射してみたが、やはり通院したほうがストレスがない…等あれば、いつでも自己注射は中止することが出来ます。

Q4 21Gの針がシリンジから外れなくなり、27Gの針に交換できない！

A：シリンジの中にある薬液を、吸い上げた空のアンプルかバイアルに戻して下さい（清潔なので問題ありません）。その後、予備の注射セットを使用し、吸い上げからやり直しましょう。

Q5 採卵2日前のHCGの注射を忘れてしまいました！！

（もしくは注射時間が大幅に遅れてしまった、注射する日を間違えた）

A：翌朝の診療時間内（9：00～11：30）に当院看護師へすみやかに報告してください。

Q6 ガニレストの針が刺さりにくいのですが何か問題があるのでしょうか？

A：27G（グレー）の針より少し太めになっており、皮膚を刺すときに抵抗が少しありますが問題ありません。針が見えなくなるまで挿入しましょう。



