



(사)한국난임가족연합회
KOREA FEDERATION OF SUBFERTILITY FAMILY

제9회 가야

난임가족의 날

일 시 | 2022년 11월 11일(금) 15시

장 소 | 프레스센터 20층 프레스클럽

공동주최



(사)한국난임가족연합회

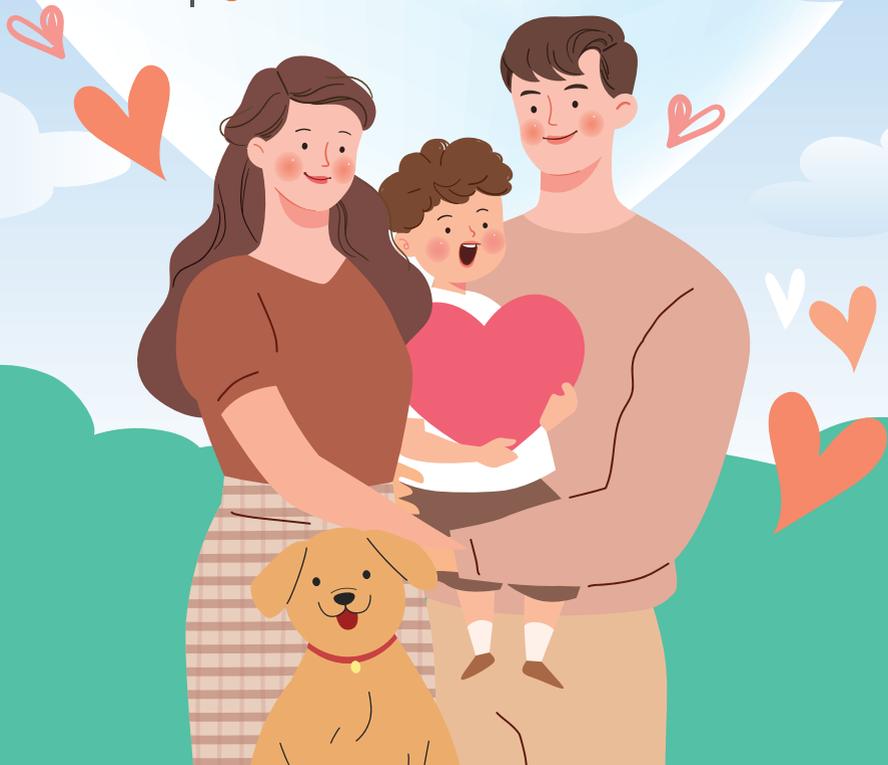


사단법인
한국보건정보정책연구원

후원



보건복지부





난임은 불치병이 아닙니다

난임은 임신이 조금 늦어질뿐, 치료 할 수 있습니다
몇 번의 치료 후에 임신이 안될까 조바심을 내거나
몇 번의 실패에 포기해야 할까 고민하지 마세요
의사와의 꾸준한 상담을 통해 난임을 제대로 알면
자신 있게 임신을 기다릴 수 있습니다

난임을 알면 임신이 보입니다

난임극복을 위한 그레이트맘 캠페인은
내 집 앞 큰 병원 마리아병원이 함께 합니다

www.mariababy.com



차례

Intro

인사말 06

People & Family

난임성공수기공모당선작 10

Activity

2022년 단체 주요 활동 72

Column

난임부부, 마음의 근육을 단련하세요! ... 88

Epilogue

후원자 리스트 92

후원광고 98



Intro

| 2022년 아가야 |

인사말 06

인사말

안 · 념 · 하 · 세 · 요

신선하고 따뜻한 햇살이 반가운 가을날 이렇게 인사드리게 되어 반갑습니다. 아이 낳는 복지 환경 조성을 위해 노력을 다하는 (사)한국난임가족연합회 입니다. 어느덧 '제9회 난임가족의 날' 기념행사를 맞이하게 되어 설렘으로 여러분들을 만나게되니 더욱 반갑습니다.

본 단체는 2005년 난임시술 건강보험적용을 촉구하는 전국 서면운동(청원인:박춘선의 8,504명)으로 2006년 정부난임지원사업의 토대를 만들어내었으며, 2005년부터 '난임'용어 사용 반딧불이 캠페인을 통해 2011년 '난임'용어의 국어대사전등재와 2012년 '난임'용어의 법 개정 성과를 이루어 냈습니다. 또한 건강보험 적용의 성과 및 확대, '난임휴가제' 필요성 설득 등 법 개정까지 난임 가족의 아이 낳을 권리만을 생각해왔고 이에 노력 해왔음을 자부합니다. 난임만큼은 혼자 고군분투하는 것이 아닌 나와 나 우리가 함께 좋은 방향으로 장애가 없는 환경이 되어야 합니다. 아이를 안 낳으려고 하는 시대의 흐름 속에서 어떻게든 아이 낳고자 애쓰는 난임 부부의 목소리에 청취와 소통을 귀 담아야 합니다.

난임은 혼자 고군분투하는 것이 아닌 아름다운 선(善)의 공동체가 서로 공감하고 협력 · 연결해나가야만 좋은 환경이 되어 건강한 임신과 출산의 문제가 해결될 것입니다.

'목표는 건강한 임신이 되어야 합니다.'

'목적은 안전한 출산이 되어야 합니다.'

'부모가 되기 위한 난임부부의 노력은 눈물겹습니다.'

'오늘도 내일도 부모가 되기 위한 노력은 끊임이 없습니다.'

'된다.된다. 꼭! 된다.' 된뎡뎡!이 당신을 응원합니다.

감사합니다.

2022년 11월 11일
(사)한국난임가족연합회
임직원 일동 올림



People & Family | 난임성공수기공모당선작 13편 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| 다시 찾아온 우리 아가들, 굶이굽이 마중 나가는 여정 | 10 |
| 사랑하는 사람 | 16 |
| 아가야, 너는 세상의 기쁨이란다. | 22 |
| 매일 같은 시간, 녹턴 | 28 |
| 행복아 엄마 아빠에게 와줘서 고마워 | 32 |
| 엄마는 꽃이 되었다. | 34 |
| 꽃같은 나 자신 | 40 |
| 끝까지 포기하지 않으면 기적(아기)은 분명 옵니다. | 44 |
| 15전 1승 14패 | 48 |
| 불안해도 괜찮아! | 50 |
| 천천히 와도 괜찮아 | 56 |
| 포기하지 않으면 부모, 엄마가 될 수 있다. | 58 |
| 세상이 싫어 동굴로 들어갔던 나 | 66 |

다시 찾아온 우리 아가들, 굽이굽이 마중 나가는 여정

대상(보건복지부장관상) - 박OO

2022년 7월 20일 오후 12시 55분, 그리고 56분... 내 인생의 최고의 순간이었다. 가슴이 벅차오르면서 따뜻했고, 눈물이 멈추지 않았다. 쌍둥이들은 1분 차이로 “응애~ 응~~애” 울면서 세상에 태어났고, 아가들을 마중 나가기 위한 여정들이 파노라마처럼 스쳐 지나갔다. 쌍둥이들이 가슴에 안기는 순간 따뜻한 온기가 느껴졌고, 마치 꿈을 꾸는 것만 같았다. 나는 그렇게 엄마가 되었다.

‘내가 난임이라구요?’

나는 올해 36세로 결혼 5년차이며, 13년째 간호사로 일하고 있다. 결혼 전 보건소 산전검사 실시 결과 특별히 이상 소견이 없었고, 주변 지인들도 어려움 없이 임신하고 건강히 출산하였기에 당연하게 나도 그럴 줄 알았다. 그래서 2년 동안 신혼생활을 즐기고 2019년부터 임신을 준비하였지만, 매달 하는 임신테스트기는 늘 한 줄이었다. 혹시나 하는 마음에 산부인과에서 검사를 받아보았는데, 충격적이게도 ‘난소 기능저하’라는 진단을 받았다. 지정의 선생님께서는 난소 나이가 실제 나이보다 10살 이상 더 많은 45세로, 자연 임신을 시도하기보다는 보조생식술을 추천하였다. 난소나이검사(AMH)는 보건소 산전검사에는 포함되지 않았기에 이 결과를 예측할 수 없었고, 쉽사리 받아들이기 힘들었다. 남편은 아이가 생기면 좋겠지만 없으면 없는 대로 살자며 나를 애써 달래주었지만 상처받은 마음에 위로가 되진 못했다. 더 늦어지면 임신할 수 있는 기회조차 없어질 것 같다는 불안한 마음에 남편을 설득하여 인공수정을 시작하였다. 흔히 인공수정 1차 성공은 로또라는 말이 있다. 그만큼 인공수정은 시험관보다 성공 확률도 낮고 1차에 성공하기는 더욱 어렵다. 그래서 1차 시도 후 큰 기대 없이 애써 잊고 일상생활을 하려고 노력하였다, 그리고 임신 테스트기 결과는 두 줄을 나타내고 있었다. 하늘에 붕 뜬 기분이었지만 야속하게도 얼마 후 자궁외임신 진단을 받았다. 시간을 지체하면 나팔관이 파열될 수 있기에 MTX

약물치료가 바로 시작되었다. 제대로 유산되었는지 확인하기 위해 피검사를 주기적으로 하였고, 임신테스트기가 두 줄로 나오게 되면 오열하고 또 오열했다. 그토록 기다렸던 임신테스트기 두 줄이었는데, 이제는 한 줄이 되길 기도하고 있다니... 하늘이 너무나도 원망스러웠다. 그렇게 허망하게 처음으로 찾아온 아가를 떠나보냈다. 3개월이 지나고 인공수정 2차, 그리고 3차, 시험관시술(신선4회, 냉동1회)까지 쉽지 않았지만, 인공수정 1차 이후에는 그토록 원하던 두 줄을 단 한 번도 볼 수 없었다. 임신은 확률 싸움이기엔 계속 시도하면 두 줄을 볼 수 있을 것이라고 생각했는데 그것은 나의 크나큰 자만이였다. 사람들은 말한다. 인생은 계획대로 되지 않는다고, 하지만 나는 원하는 것이 있으면 끊임없이 노력했고, 노력해서 안 되는 것은 없다고 믿었으며, 또 그렇게 이뤄왔다고 자부했지만 단 한 가지, 임신만은 결코 허락되지 않는 듯만 했다.

‘난임 휴직’, 그리고 한국난임가족연합회와의 소중한 인연

임신을 위해 최선을 다해 노력해도 결과는 늘 비임신이었다. 계속되는 시험관 시술과 업무 병행으로 몸과 마음은 지쳐만 갔고, 산책 중에 유모차를 끌고 있는 부부들만 봐도 눈물이 나고 자괴감마저 들었다. 원래의 나는 긍정 에너지가 넘치는 씩씩한 간호사였다면 지금의 나는 마음이 뻘컘하고 우울한 간호사가 된 것만 같았다. 다행히 직장에 ‘난임 휴직’이라는 제도가 있었고, 그렇게 휴직을 결정하게 되었다. 휴직의 목적은 임신이었지만, 나에게서는 몸과 마음의 휴식, 그리고 부부관계 회복이 필요했다. 수차례 시술에도 불구하고 아이는 찾아오지 않았기에 남편에게 모든 감정을 투사했고, 나의 마음을 온전히 이해하지 못하는 듯한 그의 모습으로 인해 부부관계는 날로 악화되고 있었다. 그러던 어느 날, 우연히 접하게 된 「한국난임가족연합회」에서 주관하는 ‘된넌꼭!’(된다! 된다! 꼭 된다!)이라는 난임 가족을 위한 캠프에 참여하게 되었다. 이 캠프에서 여러 인연들을 만나 정보를 얻고, 공감대 넘치는 대화를 나누면서 큰 위로를 받을 수 있었다. 우리 부부는 애써 참아왔던 눈물을 흘리며 묵혀왔던 감정들을 나눴고, 다시 시작할 수 있다는 용기를 얻었다. 그렇게 아가들을 만나기 위한 나의 여정이 다시 시작될 수 있었다.

중격자궁 진단, 그리고 또다시 찾아온 두 번째 자궁외임신

난임 휴직을 하면서 된뉘꼭! 캠프에서도 추천받은 난임 치료 전문 병원(경기도 용인시 O의원)으로 전원을 결정하였다. 첫 진료 시 의사 선생님은 타 병원 서류를 꼼꼼히 확인하며 그동안 고생이 많았다며 따뜻한 위로를 건네주셨다. 초음파 상 자궁 기형의 일종인 중격자궁 소견이 관찰되었고, 간단한 시술로 제거하면 어렵지 않게 임신할 수 있을 것이라고 하셨다. 그리고 또다시 시작된 시험관 시술... 다섯 번째 도전, 그리고 무려 2년여 만에 다시 임신테스트기에서 두 줄을 볼 수 있었다. 믿을 수가 없었다. 점점 진해져 가는 두 줄... '그래, 이번에는 우리 부부에게 진짜 아이가 찾아와준 거야.' 하루하루가 행복했지만, 우리들의 행복의 시간은 다시금 그리 오래가지 않았다. 이번에도 자궁외 임신이었던 것이다. 다시 MTX 약물치료를 시작했고, 3차까지 주사를 맞아도 수치가 제대로 떨어지지 않았다. 4차까지 투약하고 임신 종결 진단을 받았지만, 이미 내 몸은 만신창이가 되고 멘탈은 와르르 무너졌다. 그렇게 두 번째 찾아온 아이를 떠나보내며 이제는 정말 임신을 포기하고 싶었다. 약물치료 합병증으로 위경련까지 생겨 119구급차를 타고 응급실까지 다녀와야 했고, 위궤양으로 진행되어 한동안 약물치료를 받았다. 하염없이 눈물만 나고 하늘이 원망스러웠다.

놓치지 않은 희망, 떠난 아이들이 찾아와 준 것만 같은 쌍둥이 임신

다음 시술까지의 3개월간의 강제 휴식을 보낸 후, 다시 시험관 6차 시술을 시작하였다. 그동안 영양제에 집착하는 경향이 있었는데, 이번에는 영양제보다는 건강한 식생활을 실천하기 위해 노력해 보기로 하였다. 하루 만보 걷기에 집착하기보다는 내 몸이 힘들지 않을 정도로 적당한 산책을 했고, 충분한 수면 시간을 가졌다. 가족들은 만날 때마다 안부 인사처럼 임신소식을 물었고, 애써 태연한 척 대답했지만 내 마음은 새까맣게 타들어가고 있었다. 이식 당일 배아 사진을 보며 기도했다 '아가야, 엄마 품으로 와줄 거지? 엄마가 마중 나가 있을게. 우리 건강하게 만나자.' 이식 후에는 된뉘꼭! 캠프에서 배운 합장합죽 운동을 틈틈이 하였고, 임신에 좋다는 대추차도 물처럼 마셨다. 이식 후 10일 차. 다시 두.줄.이.다.!! 이전보다 더 선명한 두 줄이

있고 착상혈 같은 혈이 비쳤다. 1차, 2차 혈액검사 수치가 안정적이었고, 아기집도 확인했다. 의사 선생님은 아기집 주변에 피고임이 있어서 최대한 안정이 필요한 상태라고 하였다. 이번에 찾아온 아가는 꼭 반드시, 지키고 싶었다. 최대한 안정하고 명상 음악을 들었다. 하지만 며칠 뒤 찾아온 새빨간 하혈... 하염없이 울며 찾아간 병원에서 듣게 된 전혀 새로운 소식, 단태아에서 이란성 쌍둥이로 확인됐다는 진단을 받았다. 쌍둥이 아기집만큼 피고임이 많아서 절박유산 소견을 들었지만, 선물같이 찾아온 쌍둥이들을 꼭 지키고 싶었다. 이전에 눈물로 떠나보낸 2명의 아이들이 쌍둥이로 한 번에 찾아와준 것 같았다. 남편과 부둥켜안고 함께 기쁨의 눈물을 흘렸다.

입원과 퇴원의 반복, 죽을 고비를 넘기며 만나게 된 천사들

단태아에서 쌍둥이 임신으로 바뀌면서 입덧도 2배 그 이상으로 심해졌다. 말을 할 수 없을 정도로 구역감이 밀려오고 분수토까지 경험했다. 입덧이 강할수록 아이들이 건강하다는 생각에 입덧 약을 먹으며 버텼다. 임신 확인 후 난임 휴직이 끝나 직장에 복귀하였고, 최대한 조심하면서 일을 했다. 임신 20주가 되면서 심했던 입덧도 조금씩 나아지며 컨디션 회복을 했으나, 24주에 입덧보다 더 무서운 '조기진통'이 찾아왔다. 일할 때 배가 자주 단단히 뭉친다고 생각했는데 그것은 가진통이었다. 고위험산모집중치료실에 바로 입원하였고, 수축 억제제를 맞으며 하루하루 버텼다. 수축이 올 때마다 자궁 경부 길이도 줄어들어 불안했는데, 다행히 수술할 정도로 줄지 않았다. 그렇게 2주 동안 입원생활을 하면서 조기 진통이 잡히고, 컨디션도 점점 좋아져서 퇴원했다. 이후 찾아온 임신성 고혈압과 32주에 자간전증 진단으로 직장에는 복귀할 수 없었고, 집에서 침상 안정을 했다. 자간전증 소견으로 33주부터는 입·퇴원을 반복하였고, 마그네슘 주사를 맞으면서 버텼지만, 35주에 두통, 단백뇨가 동반된 자간전증 소견으로 응급 제왕절개 수술이 결정되었다. 엄마 뱃속에 하루가 아가들에게는 일주일이라고 했는데... 더 이상 버티지 못해서 아이들에게 너무나도 미안했다. 제발 신생아 중환자실만 가지 않기를 기도하며 수술실에 들어갔고, 다행히도 아이들은 건강하게 태어날 수 있었다. 하지만 기쁨도 잠시, 험난했던 과정이 마무리되는 끝자락에 가장 큰 고비가 찾아왔다. 산후 출혈과 저혈압으로 인해 생사를 오가는 시간을 견뎌내야 했던 것이다. 제왕절개 수술 후 자궁이완증과 유착태

반으로 회복실에서부터 대량출혈이 시작되었다. 급하게 자궁에 풍선을 넣는 시술을 하였고, 그렇게 출혈이 잡힐 것으로 알았으나, 자정 무렵 다시 시작된 대량 출혈로 의식이 흐릿해지고 혈압은 73/43까지 떨어지며 침대 채로 다시 분만장으로 실려 가게 되었다. 시간이 지날수록 시야가 흐려졌고, 이대로 눈을 감으면 다시는 눈을 뜨지 못할 것 같았다. 스쳐 지나가듯 부모님과 남편, 그리고 오늘 세상에 태어난 쌍둥이들 모습이 떠오르며 눈물이 났다. 살고 싶었다. 이때 남편은 아이들만 남기고 내가 떠나가면 어쩌나 하늘이 노래지고 아무것도 할 수 없었다고 했다. 가까스로 정신을 차려보니 다음날이었고, 밤새 무려 16팩이나 수혈을 하며 버텼고, 자궁적출술까지 고려하였으나 다행히 수혈 후 활력징후가 안정적으로 돌아와서 적출술은 하지 않았다고 하였다. 온몸에 힘이 없고 통증이 심했지만, 다시 얻은 삶에 감사하고 또 감사했다. 난임 진단부터 임신, 그리고 출산까지 정말 쉬운 것이 하나도 없는 여정이었지만, 굶이굽이 돌아 만난 아이들의 얼굴을 보니 지난 시간을 모두 위로받는 기분이었다.

시험관 임신 여정을 마무리하며

시험관 임신은 굶이굽이 돌고 돌아 찾아오고 있는 아가를 마중 나가는 여정이라고 한다. 특히 ‘굶이굽이 돌고 돌아’라는 말을 강조하고 싶다. 그만큼 그 여정은 아가와 엄마 모두에게 쉽지 않고, 결과를 예측할 수 없기에 임신은 기다림의 연속인 것 같다. 나도 계속되는 시술과 비임신 종결, 그리고 2번의 자궁외 임신 진단으로 포기하고 싶었던 순간들이 너무나도 많았다. 그때 이 여정을 포기했다면 이렇게 사랑스러운 쌍둥이들을 만나지 못했을 것이다. 나와 같은 힘든 여정을 겪고 있는 사람들이 자존감이 낮아지고 포기하고 싶은 마음이 생길 때, 나에게 찾아오고 있는 아이를 생각하면서 그 시간을 견뎌내줬으면 한다.

아이를 마중 나가는 이 길고 긴 여정을 포기하지 말아 주세요.
사랑스러운 아이를 곧 만나실 겁니다. 감사합니다.



사랑하는 사람

우수상(한국난임가족연합회장상) - 김OO

저는 어려서부터 꿈이 행복한 가정을 이루는 것, 더 구체적으로는 좋은 엄마가 되는 것이었습니다. 그래서 전공도, 졸업 후 직업도 미래 나의 아이를 염두에 두고 선택을 하였습니다. 그렇게 저는 결혼을 하게 되었고, 제 꿈을 이루기 위해 먼저 아이를 기다렸지요. 아이가 있어야 가정을 이루고 엄마도 될 수 있을테니까요.

그렇게 기다린 세월이 10년이었습니다. 그 10년의 시간 동안 저는 4회의 인공수정과 20회 이상의 채취, 10회의 이식을 거쳤습니다. 그 긴 난임기간 중 2번째 이식에서 처음으로 임신 수치를 보았으나, 빈 아기집인 고사난자로 임신을 종료하게 되었습니다. 그리고 4번째 이식에서 또 수치를 보게 되었고, 조금 낮게 시작하긴 했지만, 아기집도 보고 심장 소리도 들었습니다. 너무나 기뻐했습니다. 그러나 임신 초기에 바지가 다 젖을 정도로 하혈을 하여 응급실에 울며 달려가기도 했고, 15주에 초음파에서 태아의 배가 몸의 1/3이나 된다는 의사의 소견을 듣고 태아치료센터가 있는 대학병원을 어렵게 예약했고, 진료 결과 태아의 방광에서 소변이 배출되지 않았습니다. 그래서 제 배를 통해서 태아의 배에 선트를 꽂아서 태중에 있는 동안 그 선트를 통해 태아가 소변을 배출시키도록 하는 시술도 하였습니다. 그렇게 한 고비를 넘겼으나, 그 후 산부인과 정기검진을 갈 때마다 전치태반이니 절대 안정을 취해야 한다, 태아의 신장이 안 좋아 보인다, 태아의 심장이 안 좋아 보인다, 척추측만증이 의심이 된다, 등등 안 좋은 소리만 들었습니다.

그 때마다 걱정이 되고 힘들었지만 그럼에도 불구하고 아이는 제 뱃속에서 잘 커 주었고, 저의 아기를 믿고 또 믿었습니다. 그러던 중 저는 임신 30주에 조기진통으로 인해 양수가 터졌고, 응급으로 아기를 출산하게 되었습니다. 그렇게 태어난 제 아들은 1.5kg에 항문, 생식기, 식도가 없는 바테르중후군이라는 선천적인 기형을 가지고 태어났고, 태어나자마자 그 작은 몸에 소변 줄과 대변 줄을 내는 수술을 하게 되

었습니다. 그렇게 저는 기다리고 기다리던 엄마가 되었습니다. 그러나 아기가 아프다 보니 저는 출산 후 몸조리는 물론이고, 휴식조차도 취하지 못하고, 매일 신생아 중환자실 면회시간에 맞춰 병원을 가는 것밖에 할 수 있는 것이 없었습니다. 면회시간이 저에게는 제 아들을 볼 수 있어서 너무나 행복했고, 매일 그 시간만 기다렸습니다. 그러나 제 아들이 힘들었나봐요. 엄마가 되었다는 기쁨을 느껴볼 겨를도 없이 제 아들은 태어난지 13일 만에 패혈증으로 하늘의 별이 되었습니다. 저는 제 아들을 지켜주지 못해 너무나 미안했습니다. 그런 희귀병을 갖고 태어나게 한 것도, 태어나자마자 한번 안아주지도, 먹여주지도 못하고 수술만 하다가 보낸 것도,...., 아기 혼자 하늘로 보내놓고 살아보겠다고 밥을 먹고, 잠을 자고, 웃고 있는 것조차도 너무나 죄스러워 하루하루가 고통이었습니다. 그렇게 저는 세상에서 제가 제일 사랑하는 저의 아들을 잃었습니다. 좋은 엄마는 커녕 고생만 시키고 지켜주지 못한 못난 엄마가 되었습니다.

그 일 이후 주변 사람들이 저를 많이 걱정하였습니다. 그래서 저는 어떻게든 버티고 또 버텼습니다. 그로부터 3달쯤 되었을 무렵, 지방에 계시던 저희 엄마가 머리가 너무 아프다고 하시더군요. 평소 두통을 달고 사셨던 엄마라서 그리 크게 걱정하지 않았습니다. 그래도 혹시 모르니 검사를 해보자고 하였고, 검사 결과는 폐암말기... 믿을 수가 없었습니다. 받아들일 수가 없었습니다. 며칠을 잠을 잘 수가 없었습니다. 제가 제 아들을 하늘나라에 보내고도 돌아가게 만든 이유가 저희 엄마였기 때문에 저는 더욱더 억장이 무너졌습니다.

그러나 그 순간 마음을 굳게 먹고 다짐했습니다.
엄마는 꼭 지키겠다고... 반드시...

엄마께 제가 엄마 치료와 진료를 돕고 싶으니 서울에서 치료를 받자고 말씀드렸습니다. 그리고 생각했습니다. 엄마를 지키기 위해서 제 아들이 하늘나라에 갔을지도 모른다고... 만약에 그 때쯤 신생아였을 아들이 살아있었다면 저는 아들을 돌보느라 엄마 치료를 도울 수가 없었을 것이라고,....,

아이는 또 생길 수도 있지만, 엄마는 세상에 단 한 명뿐이니까...
저는 엄마의 치료에 집중하였고, 엄마와 많은 시간도 함께 했습니다.

엄마의 암세포들은 점점 줄어들었고, 경과도 좋아지고 있었습니다. 그렇게 저는 엄마의 완치를 위해, 엄마는 저의 임신을 위해, (그 당시는 알지 못했습니다.) 서로를 위한 시간을 보냈습니다. 그렇게 1년의 시간이 흘렀고, 엄마의 암세포는 뇌척수로 전이가 되어 하루아침에 일어나지도 못하고, 그 누구도 알아보지도 못하며 침상에 누우신 채로 2달을 계시다가 저의 아들이 있는 하늘나라로 긴 여행을 떠나셨습니다. 저는 세상에서 두 번째로 사랑하는 저희 엄마를 또 떠나보냈습니다.

그 이후로 저는 어떻게 살았는지 모르겠습니다. 30여년을 엄마와 함께 살아온 삶이라 그런지 엄마가 없이 살아간다는 것이 너무나 어색하고 적응이 되지 않았습니다. 힘들 때 투정 부리는 것도, 엄마가 해주던 맛있는 음식의 레시피가 궁금해서 묻고 싶을 때도, 살아가는 순간순간 엄마 생각으로 휴대전화를 들었다가 놓은 적이 얼마나 많았던지요. 저는 그냥 슬퍼하고 생각 없이 지냈고 시간이 흘러갔습니다. 그러던 어느 날 하늘에서 지켜보고 있을 엄마가 힘들어하는 제 모습을 보시고 마음 아파하실 것 같다는 생각이 들었습니다. **살아계실 때도 비가 오나, 눈이 오나, 매일 하루에 2시간씩 성당에 가서 저의 임신을 위해서 기도를 하던 엄마였는데, 그런 엄마는 제가 이렇게 슬퍼만 하지 말고 빨리 임신이 되기를 바라실 것 같습니다.** 그 길로 바로 다시 병원을 찾게 되었고, 그 사이 난소기능이 많이 저하 되어 채취가 잘 되지 않아서 매달 자연주기로 채취하여 그 배아를 몇 달 동안 모아 이식을 하는 방식으로 시술을 진행하게 되었습니다. 그 과정에서 두 번의 유산을 더 겪게 되었습니다. 정말 정신이 버틸 수가 없었습니다. 그래도 포기할 수가 없었습니다. 지금 생각해보면 그 때의 제 직업은 난임병원 환자였습니다. 눈 뜨면 병원에 가 있고, 임신에 도움이 되는 운동을 하고, 음식을 먹고, 모든 관심이 임신에 있었으니까요. 그러던 중 병원을 옮겨 볼까 하는 생각에 다니던 병원이 아닌 다른 병원에 가게 되었고, 제가 받았던 모든 진료 과정을 들으신 의사 선생님께서는 저에게 "혹시 언니나 여동생 있어요?"라는 질문을 하더군요. 그때 '아~~공여 이야기를 꺼내시려고 하시나보다. 내가 이런 질문을 받을 정도로 심각한 상태가 되었구나'라는 생각이 그 병원을 나오

자마자 길에서 미친 사람처럼 평평 울었습니다. 임신만을 위해서 달려온 저는 '이제 포기를 해야 할 때가 점점 다가오는구나.'라는 생각을 하며 인정하기 싫었지만 조금씩 받아들이고 있었던 것 같습니다.

그로부터 2년, 매달 병원을 다니고 있던 어느 날 남편이 일방적으로 퇴사를 결정하고 저에게 통보를 하였습니다. 번아웃이 왔고, 회사 사람들과의 관계도, 일도 아무것도 하고 싶지도, 할 수도 없다고 하며 정신과 치료를 받고 싶다고 했습니다. 남편이 이해가 됐습니다. 엄청난 업무량, 성과로 인한 스트레스, 그리고 외벌이로 매달 2,3백만원의 난임 병원비를 감당해야 한다는 경제적인 부담감이 컸을 것 같습니다. 저는 그런 남편의 의견을 존중하고 이해하기로 했습니다. 하지만 저는 그 상황에도 저희의 의식주가 아닌 난임병원을 갈 수 없는 상황을 제일 먼저 걱정하고 있었습니다. 그러면서 점점 현실을 받아들여지게 되었습니다. 이제 포기를 해야 할 때일지도 모른다는 것을,,,,,, 하지만 포기하고 싶지 않았습니다. 병원비만 구할 수 있다면 빛을 내서라도 엄마라는 결과로 지금까지 난임 기간의 힘들음을 보상받고, 성과를 얻고 싶었습니다. 포기하기에는 많은 미련이 남았습니다. 도박하는 사람들의 마음이 조금 이해가 되더군요.

이번 마지막 한 번만 더 하면 될 것 같은데,,,,,,
여태 들인 시간과 돈이 아까운데,,,,,,

어떻게든 돈을 구해서 병원으로 달려갔었던 제 마음과 그들의 마음은 비슷하지 않을까요? 그러나 저는 그 돈마저도 구할 길이 없었습니다. 제가 가장이 되어 생업 전선에 뛰어들어야 했습니다. 그 날로부터 일자리를 구하고 일을 시작했습니다. 오로지 일만 했습니다. 그러니 또 병원 생각이 나질 않더라고요. 오랜만에 시작한 일이라 그런지 재미있기도 했고, 계속된 시험관 시술의 실패로 낮아진 제 자존감도 많이 올라갔습니다. 일을 하게 되니 생활 패턴이 일정해지면서 밤도 정해진 시간에 먹게 되고 잠도 일찍 자게 되더라고요. 난임 기간에 일찍 자고 잘 챙겨 먹어야 된다는 것을 알면서도 그때는 지키지 못했던 것들이었습니다.

그렇게 남편도 새로운 직장을 구했고, 적응도 하며 둘만의 생활이 많이 안정되어 갔습니다. 그러던 어느 날 남편은 이야기를 좀 하자고 했고, 첫 마디는 "우리 다시 임신을 시도해보는게 어떨까?" 였습니다. 사실 전에도 남편이 한 번씩 지나가는 말로 임신에 대한 이야기를 꺼냈고, 그때마다 저는 완강히 아끼 없이 살자고 했습니다. 저는 이제 더 이상 난임병원을 가는 것도, 주사를 맞는 것도, 피검사 결과를 기다리는 것도, 사실 임신과 관련된 그 어떠한 것도 하고 싶지 않았습니다. 난임 생활에서 벗어나고 나니 너무나 홀가분했습니다. 그런데 그 날은 남편이 진지하게 이야기를 하였습니다. 자기는 아기를 가지고 싶다고.....

그냥 지나칠 수가 없었습니다. 그래서 생각할 시간을 좀 가지자고 했고, 며칠 고민 끝에 난임병원은 죽어도 가기 싫으니 자연임신을 시도해 보자고 했습니다. 그렇게 3개월을 노력했지만 당연히 임신이 되지 않았습니다. 조바심이 난 남편은 또 난임 병원 이야기를 꺼내더군요. 그래서 제가 난임병원 말고 나프로 임신센터는 다녀보겠다고 제안하였습니다. 나프로 임신법이란 여성의 점액을 매일 관찰하여 배란 시기를 알아내고 배란 시기쯤 산부인과 의사 선생님 진료를 보면서 자연임신이 될 수 있도록 도움을 받는 방법으로 외국에서는 피임할 때 사용하는 방법을 역으로 임신에 사용하는 임신법이었습니다. 그렇게 저는 나프로 임신센터를 방문하게 되었고, 너무나 운이 좋게 3개월 만에 임신이 되었습니다. 항상 임신 초기에 하혈을 하거나, 심정지로 유산을 겪었던 저라서 이번 임신도 걱정되기도 하고 두려움도 컸지만, 다행히 너무나 감사하게도 이벤트 하나 없이 무사히 지난 7월에 건강하고 예쁜 딸을 출산하게 되었습니다. 이로써 세상에서 세 번째로 사랑하는 제 딸은 지킬 수 있었습니다.

요즘 그런 생각을 합니다.

제가 그때 포기를 했더라면 어땠을까?

내 삶은 어떻게 바뀌었을까?

남편이 다시 시도하기를 제안하지 않았더라면 어떻게 살고 있을까?

너무나 힘들고 외롭고 고통스러운 난임 기간이었습니다. 30여년 넘게 살면서 누군

가를 하늘로 떠나 보내본 적도 없는 제가 그 힘든 난임 기간 동안 제일 사랑하는 사람을 돌이나 떠나보내야만 했습니다. 내 모든 것을 잃었다고 생각했습니다. 그렇지만 지금 생각해보니 저는 기나긴 난임의 기간을 통해서 힘든 상황이 생기면 힘들어서 머물러 있지 않고 빠져나오는 힘을 얻었고, 10년을 기다려 아기를 만났으니 무엇이든 잘 기다리는 인내심도 얻었고, 이것들이 지금 그리고 앞으로도 소중한 제 딸에게 좋은 엄마가 될 수 있는 밑거름이 되어 줄 것이라 생각합니다.

제가 기나긴 난임 기간을 거치며 많은 사람들이 저에게 하는 말 중에 제일 듣기 싫은 말이 있었습니다. "마음을 비우면 된다고 하더라. 마음을 한번 비워봐."

그 말을 들을 때면 화가 치밀어 올랐습니다. 나도 마음을 비우면 된다는 것 알고 있는데 비워 지지가 않는 것을 왜 저렇게 이야기 하는지.....

비우는 방법을 좀 알려주면 그대로 하겠다고.....

그래서 저는 그런 말은 하지 않겠습니다. 그러나 지금도 임신을 위해 힘들어하고 있을 분들께 꼭 하고 싶은 말이 있습니다.

세상에 부모가 될 수 없는 사람은 없다. 다만 각자가 부모가 될 때가 다를 뿐.....

모두가 그 때를 하루 빨리 만날 수 있기를 바라고 또 바라겠습니다.

아가야, 너는 세상의 기쁨이란다.

장려상(한국술가 사장상) - 이OO

사랑하는 남자친구와 달콤한 연애 4년째, 우리는 자연스럽게 결혼을 준비했고 행복한 결혼 생활을 시작했다. 왜 이 남자와 결혼을 결심했는지 누군가가 물어볼 때 마다 나는 좋은 아빠가 될 수 있는 따뜻한 사람이라서 라고 항상 대답을 하곤 했다. 결혼을 하는데 특별한 이유를 꼽는 것도 어색하긴 하지만 따뜻한 가정에서 사랑이 넘치는 부모님 밑에서 자란 반듯한 사람이라 난 이 남자가 좋았다. 내 남편은 아주 능력 있고 가진 것이 엄청 많은 사람은 아니지만 가족을 위하는 마음이 크고 나를 바라보는 따뜻한 눈빛을 가진, 무엇보다 생명을 사랑하고 품이 넉넉한 그런 사람이다.

우리는 많은 축복 속에 2016년, 결혼식을 올렸다. 로망이었던 특별한 신혼여행도 다녀오고, 좋아하는 음식을 함께 만들어 먹고 좋아하는 여행도 실컷하며 행복한 신혼 생활에 빠져들었다. 결혼 첫 해에는 내년쯤 아이를 낳고 싶다는 막연한 기대감이 있었지만 우리가 임신에 어려움을 겪을 주인공이 될 줄은 꿈에도 상상하지 못했던 것 같다. 난임을 겪는 동안 남편에게 좋은 아빠가 될 수 있는 기회를 주고 있지 못하다는 생각에 미안한 마음이 컸었다.

2017년 10월, 결혼한 지 1년 반쯤 지난 시점이었다. 결혼을 하고 뜨거운 신혼을 보내다 보면 자연스럽게 임신하게 된다고 생각했는데 그러지 못했고 혹시나 하는 마음에 산부인과를 찾게 되었다. 배란에 이상이 있었지만 그 당시 컨디션에 따라 다르니 다음 달에 다시 보자는 소견이었고 그 다음 달에는 배란이 애매하고 자궁 내 폴립도 있으니 난임 병원에 내원해서 검사를 받아보라고 권유받았다. 그렇지만 우린 아직 젊은 나이니까 관찰을 거라 생각하고 그 해까지는 평범하고도 달콤하게 신혼 생활을 즐겼다. 2017년 들어서서는 매달 배란 테스트기와 임신 테스트기를 손에 쥐고 살긴 했지만 임신에 실패하면 우리 아기가 우리 조금 더 재밌게 놀기를 바라고 시간을 주나 보다며 핑계 삼아 위로 여행도 다니고 맥주잔도 한 잔 기울이며 다음 달엔 꼭 생명이 찾아오기를 기다리곤 했다.

2018년 새해를 맞이하여 우리 미래의 아이가 준 시간을 허투루 보낼 수 없다며 동유럽 여행 티켓을 끊었다. 여행을 하며 우리 아이는 어떻게 키우고 싶고 어떻게 교육하고 싶고 아이와 함께 하고 싶은 것들을 이야기 나누며 좀 더 구체적으로 깊이 있는 이야기를 나누게 되었다. 그러면서 올해 내 생일까지도 소식이 없으면 난임 병원에 가 보자는 결정을 하게 되었다. 결국 우리는 난임병원을 방문하게 되었고 31세 당시에 난소 기능이 10살 이상 많다는 이야기를 듣게 되었다. 1년 전 산부인과에서 배란 이상이 있을 때 진작 방문해 볼 걸 하는 후회가 되었고 왜 나에게 이런 시련이 닥쳤을까 원망이 되기도 했다. 이 모든 과정을 지나고 그 때를 돌아켜 보면 그게 뭐라고 그렇게 힘들었나 싶지만 당시에는 엄청난 충격이었던 것 같다.

본격적으로 난임 시술을 시작한 것은 2018년 봄이었다. 자궁 안에 있는 폴립부터 제거하고 몇 달의 자연 임신을 시도해 본 후 인공 수정은 확률이 떨어지니 한 방에 할 수 있는 시험관 시술을 선택하였다. 여름 휴가 시즌에 시술 시기를 맞추었고, 그 전에 남편과 손잡고 운동도 하고 좋다는 음식도 많이 먹으며 첫 시험관 시술을 하게 되었다. 첫 시술은 마냥 두렵고 힘들기만 했던 것 같다. 난소기능저하 환자라 난자가 2개 밖에 자라지 않았지만 그래도 난소가 꼬이는 것 같고 채취하고 나서 복수 찰까봐 걱정도 했다. 이식하는 날 담당 선생님은 내 손을 꼭 잡아주시며 나이도 젊고 수정란 상태 및 자궁 상태도 좋으니 문제없을 거라고 했었지만 결국은 첫 시도는 실패로 돌아갔다. 첫 피검사 0점을 받던 그 날은 유난히 비가 많이 오는 날이었다. 병원 처마 밑에서 쏟아지는 빗소리에 영영 울며 남편에게 전화를 걸었던 그 날이 여름철만 되면 생각이 난다. 두 번째 시험관 시술에서는 좀 더 적극적인 처방으로 시도해 보았고 더 상태가 좋다고 했지만 또 실패하게 되었다. 더 시간이 지날수록 힘들어 질 것이라고 판단하고 2019년도에는 난임 휴직을 결심하게 되었다.

난임 휴직을 하고서는 전국에서 가장 유명한 난임 전문 의사 선생님을 열심히 찾아보았고 부산에서 대구로 시술을 받으러 다녀보기로 했다. 과연 소문대로 유명한 병원과 이름 있는 의사선생님에게는 대기 환자도 많았고 첫 번째 병원과는 사뭇 다른 분위기에 긴장이 되기도 했다. 전국에서 찾아오는 병원이라 보호자는 앉을 곳도 없고, 이식에 도움이 되는 영양 수액을 장소가 없어서 의자에 앉아 있어야 하는 곳이었다. 같이 병원에 가 주셨던 친정 어머니께서 가슴을 치며 위에서 정책하는 사람들이 난임 병원을 한 번 와 봐야 하는데... 라며 씩씩한 말씨를 하셨던 것이 너무나 와 닿았다.

대구 병원에서 두 번의 시술 실패를 더 겪고 난가연과 인연을 맺게 된다. 한방 난임치료 사업에 공모하게 되어 선정이 된 것이다. 당시에는 또 다른 희망이 생긴 것 같아서 정말 기뻐했다. 한방치료 사업 대상자로 선정되었던 그 주기에는 비임신이라고 했었지만 이상하게 임신 호르몬 수치가 오르락 내리락 떨어지지 않았었다. 그래도 처음으로 임신 테스트기가 반응하는 모습을 보며 한방 치료도 겸해서 다음 번 시술에서는 꼭 아이를 품어야겠다는 희망이 생기게 되었다. 대상자 교육을 받기 위해 부산에서 비행기를 타고 서울에 갔던 그 때의 따사롭고 포근했던 날씨가 아직도 기분 좋게 떠오른다. 난임을 극복하기 위한 생활 습관에 대해서도 알려주시고 선물도 많이 받게 되고 무엇보다 나와 같은 어려움을 겪고 있는 사람들을 만나게 되어 반기웠다. 돌아와서 세 달 정도 한약을 먹고 한방 치료를 받으며 다음 시술을 위한 준비를 했다.

휴직을 하고 있는 동안에는 직장에서 받는 스트레스가 없긴 했지만 마음이 정말 많이 힘들었던 것 같다. 기약 없는 기다림이 힘들었고, 늘 아이들과 생동감 있는 삶의 현장에 있다가 집에만 있으니 음식만 축내는 쓸모없는 사람이 된 것 같은 생각이 가장 나를 힘들게 했다. 그나마도 시술 중에는 휴직을 하게 된 목적인 임신 희망의 끈을 붙잡고 있으니 생기가 돌았지만 실패 판정을 받고 나서는 물에 폭 젖은 길레처럼 추욱 처져서 우울한 나날을 보냈다. 그러던 어느 날 몇 년을 살았던 동네에서 우연히 내 눈에 요가원 간판이 크게 들어왔다. 장을 보러 나섰다가 무엇이 나를 이끌었는지 요가원에 들어가게 되었고, 처음 본 요가원 원장님께 내 이야기를 하며 같이 눈물을 흘렸다. 지금 생각해보면 되게 부끄러운데 통성명도 하지 않은 상황에서 내 이야기를 들어주시며 따뜻하게 차 내어주시고 본인의 어려웠던 상황도 이야기해 주신 요가원 원장님께 항상 감사한 마음을 갖고 있다. 그 해 봄부터 요가와 한방 치료를 겸하면서 몸과 마음을 다잡고 다시 한 번 희망을 품어보았다.

2019년까지만 해도 난임 시술 보험 적용이 신선 4차까지만 되었다. 난소기능저하 환자인 나는 순식간에 보험 적용 가능횟수를 날려버렸고, 100퍼센트 자비 부담으로 시술을 할 수 밖에 없었다. 그랬는데 정말 감사하게도 여러 분들의 노력 덕분에 그 해 7월부터 선별 지원이긴 하지만 다시 보험 적용 횟수가 7회까지 늘어나게 되고 우리는 부담이 적어진 상황에서 시작할 수 있었다. 비용도 비용이지만 나는 그 당시에 나라에서도 안 되는 거니까 지원을 안 해주지 않겠냐고 남편에게 4번 실패했으면 그만하자고 이야기하기도 했다. 정부에서 난임 부부를 위한 지원을 늘리면 늘릴수록 나처럼 중간에 포기할 마음을 먹지 않고 어려움 속에서도 끝까지 노력하여 아이

를 품는 부부들이 많이 생길 것이라고 생각한다.

신선 5차는 시작부터 느낌이 좋았다. 몸 컨디션도 좋고 정신적인 지지도 많이 받았으며 정부에서 지원 회차까지 늘려주어서 우리에게 아이를 주시려고 기회를 만들어 주신다고 생각이 들 정도였다. 희망차게 시작한 5차에서는 4개의 수정란이 만들어졌고, 상태좋은 2개를 이식하고 2개는 포배기 배아로 냉동까지 성공하였다. 적극적인 양·한방 치료와 생활습관 개선, 마음 수양 등의 노력으로 이루어진 결과물인 것 같다. 그 차수에 56이라는 낮은 피검사 수치부터 시작하긴 했지만 우리는 쌍둥이를 품게 되었고 초기 이벤트가 많아 두렵고 걱정되는 마음이 앞섰지만 잠시나마 부모가 된 행복한 경험을 하게 되었다.

아기집 두 개를 확인한 그 다음 주, 갑작스럽게 엄청난 복통이 있었고 하혈을 하게 되었다. 난황을 못봤던 사랑이가 사라져 있었고 그리고 2주 뒤 소망이의 심장은 멈추었다. 구름 한 점 없던 짙한 가을 날 아랫배를 부여잡고 지켜주지 못해서 미안하다며 울면서 수술실에 들어갔다. 다시 우리는 넷에서 둘이 되었고 서로를 꼭 끌어안고 다독이며 겨울을 맞이했다.

소파술을 하고 나서는 1년 간 몸이 계속 아팠었다. 대구에서 두 번 더 동결배아 이식 시도를 했지만 더 나빠진 몸에 당연히 임신이 되지 않았다. 몸이 아픈 것 보다 정신적으로 힘든 것이 더 커서 삶의 이유를 찾기 위해 직장에 복귀하게 되었고 조금씩 정신적으로 육체적으로 스스로가 다듬으며 또 다시 임신을 위해 노력하였다. 감사하게도 직장 근처에 대학병원에서 오랫동안 난임센터장을 역임하셨던 교수님께서 원장으로 부임하게 되셨다는 소식을 듣고 새롭게 병원을 옮겨 시술을 하게 되었다. 그즈음 몸이 쇠약해지면서 갑상선 항진증이 발병하였고 내과에서는 지금 당장 임신하면 평장위 위험하다는 이야기를 듣고 나서도 포기하지 못하고 난자 채취를 했다. 결과는 당연히 좋지 못했다. 신체 컨디션이 떨어진 것도 있지만 세월이 흘러 나이는 더 많아지고 난자의 질과 수정란의 상태도 나빠졌다. 소파술 후 괜찮았던 자궁 내막도 얇아져 더욱 상황은 좋지 못했다.

난임 시술을 계속 시도하면서 가장 힘들었던 것은 매번 기대하고 좌절하는 것을 반복했던 것이었다. 마지막 차수가 다가올 때 즈음에는 그 큰 좌절을 또 겪을 생각에 엄청나게 시작이 두렵기도 했다. 여러 번 직장에 민폐를 끼치고 병원에 내원해야 하는 것도 힘들었고, 올해 나는 임신

계획이 있다는 핑계로 도전적인 업무를 맡지 못했던 것도 매년 반복되는 것이 괴로웠다. 몇 년 동안 나는 계획했던 임신도 하지 못했고 커리어도 쌓지 못하는 아무것도 아닌 정체되어 있는 사람이라는 생각이 나를 사로잡았다. 이렇게나 보험 적용 차수를 늘려주었는데도 불구하고 또 보 건소에서 마지막이라는 이야기를 듣게 되었을 때 마치 사형선고를 듣는 것처럼 이제는 정말 끝 이 다가온다는 생각이 들기도 했다. 2021년 11월 냉동 배아 이식에 실패하고 나서는 이불이 눈물 로 다 적셔질 만큼 통곡했었던 것 같다. 나에게 많은 아이들을 가르치는 대단한 사명을 주셔서 정작 내 아이는 허락되지 않은 것인지 하늘이 원망스럽기도 했다. 그러면서 딱 한 번만 더 해보 겠다고 울부짖으며 남편과 의견을 나누었고 또 다시 시술 결정을 했다.

마지막 시술을 결심하고 3년 전 만들어 두었던 대구 병원의 배아를 이관해 오기로 했다. 부산 병원에 만들어 둔 냉동 배아와 두 개의 배아를 시간차를 두고 이식하는 방법으로 결정하고 냉동 이식을 위한 컨디션 관리를 했다. 유명하다는 한의원의 한약도 지어 먹고 추운 날씨이지만 매일 만 보 걷기, 요가하기, 19년부터 지속적으로 해왔던 식단 관리도 좀 더 철저하게 했다. 그리고 우여곡절 끝에 냉동 배아 두 개를 이식을 했고, 이식 당일 수정란을 심으셨다는 그 자리에서 반 쪽이는 예쁜 아기집 하나를 보게 되었다. 그렇게 기다리던 새 생명이 내 중심에서 자리를 잡았 고 우리의 기쁨이 되었다.

이 모든 과정을 알고서도 2016년으로 돌아가면 다시 임신을 위해 노력할 것이냐고 묻는다면 나는 “네”라고 단호하게 답할 수 있다. 콩알보다 더 작은 몸에서 열심히 뛰고 있는 심장을 본 순간, 뱃 속에서 생명이 움직임을 느꼈던 첫 순간, 꼭 끌어안은 남편에게 태동이 전달되었던 첫 순간, 남편을 꼭 닮은 아이의 얼굴을 입체 초음파로 보고 미소지었던 그 소중한 순간들은 지난 7년 동안의 좌절과 고통을 다시 한 번 겪게 되더라도 갖고 싶은 귀중한 경험이다.

여기까지 버티게 해 주었던 동기는 여러 가지가 있다. 우선 꾸준히 늘어난 정부의 난임 지원 정책이다. 2017년에 머물러 신선 4차까지만 지원이 되었더라면 진즉에 포기하여 지금 뱃 속에 서 열심히 움직이는 우리 아기는 없었을 수도 있다. 경제적인 어려움에 대한 물질적인 지원도 물론이지만 ‘저출산에 허덕이는 나라에서도 손 놓은 사람인데...’ 라는 생각이 컸던 것이 사실이다. 두 번째로 지자체(부산시)의 특별한 지원 덕분이다. 우리 시에서는 저출산 해결을 위해 특별 히 시 예산으로 소득 제한 없이 국가 난임 지원과 동일하게 지원을 해 주고 있다. 임신 후 보건

소에서 다양한 영유아 사업을 마련하여 임신부 교육, 임신부 지원 등 여러 가지 지원을 제공 해 준다. 이 사업이 전국구로 퍼져 나가서 혜택이 없는 지자체에서도 재원 마련을 해 주었으면 하는 바람이다. 세 번째로 난기연과 난임 카페의 지지와 노력이다. 난임에 대해 알리고 정책을 제안하고 지원해 주는 많은 사람들 덕분에 실질적인 도움이 많이 되었다. 그에 대한 보답으로 나 역시도 꾸준한 지지와 후원으로 난임 가정을 돕고 싶다는 생각이다. 마지막으로 가장 힘이 되었던 버팀목은 무한한 응원과 지지를 보내 준 나의 가족과 지인들이다. 난임 시술을 계속하게 되면서 자존감이 엄청 떨어지고 각종 핑계로 인연들을 정리해 나갔던 것 같다. 그럼에도 불구하고 계속 나를 응원해주고 만나지 못해도 마음을 보내준 주변 사람들에게 정말 감사한 마음이다. 우리 아기 소식에 나보다도 더 기뻐하며 포기하지 않아줘서 고맙다고 말해 준 친구도 있었고, 같이 부둥켜 안고 울어 준 친구도 있었다. 무엇보다 양가 부모님들의 애태움에 가득 찬 기쁨으로 보답할 수 있게 되어 행복하다. 여기 저기서 소식을 들은 지인들이 기쁨의 소식을 전해올 때 마다 아가에게 ‘넌 세상의 기쁨’이라고 이야기해 주곤 한다.

올 여름 처음으로 셋이 떠난 여름 휴가에서 남편이 꿈에 그리던 순간인데 소감이 어떠냐고 물 어왔다. 곰곰이 생각해 보았지만 아이를 품고 나서 감사하고 기쁘다는 말 밖에는 표현할 방법 이 없다. 태어날 아이를 생각하며 공간을 준비하는 지금 이 순간이 정말 소중하고 이런 소중한 경험을 할 수 있게 도와 준 여러 버팀목들에게 감사한 마음이다. 힘든 시간을 겪고 있을 당시에는 지난 과정들이 괴롭고 쓸모없게만 느껴졌는데 아이를 품고 나서는 그 과정이 나를 더 성장하 고 단련시켜 준 원동력이 되었다고 생각한다. 아이를 뱃속에 품고 우리 반 아이들을 만났을 때 그 전과는 또 다르게 한 명 한 명 소중하게 느껴졌고, 유난스럽게만 느껴졌던 학부모들의 마음 이 이해가 되기도 했다. 난임 기간 동안 우리 부부가 힘든 과정 속에서 극복을 한다는 핑계로 여 러 곳에 여행을 다니는 등의 추억도 많이 쌓을 수 있었고 수많은 대화들로 서로 더 끈끈해졌다. 그 동안 휴직이라는 경험도 해 보면서 내 직업에 대한 감사함도 갖게 되었고 타인에 대한 이해 의 폭도 넓어지면서 스스로 좀 더 성숙한 어른이 된 것 같다.

힘들게 가진 아이이지만 유난스럽지 않은 부모가 될 수 있도록 노력하고, 지혜를 더하고 마음 을 합하여 우리 부부의 사랑이 넘쳐흘러 우리 아기에게 전달될 수 있도록 더욱 더 행복한 우리 가 되어야겠다고 다짐한다. 우리 부부가 경험하고 있는 이 놀라운 생명의 신비를 난임을 겪고 있는 많은 사람들에게도 조만간 꼭 커다란 기쁨으로 찾아갈 수 있길 진심으로 바란다.

매일 같은 시간, 녹턴

장려상(한국술가 사장상) - 전OO

밤 9시, 핸드폰에서 녹턴이 흘러나오자 남편이 깜짝 놀라며 “약 먹는 시간 아니야?” 묻습니다. 영양제를 매일 먹는데 꼭 시간 맞춰 먹을 필요 없지만, 저는 꼭 같은 시간에 알람을 맞춰 먹고 있어요. 마치 습관처럼.

작년 2월부터 올해 6월까지 3차에 걸친 시험관 시술은 시간에 맞춰 각종 주사와 약, 한약, 영양제를 꼬박 챙겨야 하는 여정이었습니다. 1분이라도 시간이 늦어지거나 하나라도 빼먹으면 큰일이라도 날 것 같은 생각에 매일 동동거렸습니다. 그러는 사이 매일 같은 시간에 울리는 녹턴은 저에게 특별한 음악이 되었어요.

결혼 6년 차 당연히 가능하리라 믿었던 자연임신이 어렵다는 이야기를 난임병원에서 들었을 때 마치 불치병 판정을 받은 듯이 평평 울었던 기억이 납니다. 나는 아직 젊은 것 같은데 왜 내 난소는 이렇게 늙어버렸을까, 왜 여태 몰랐을까……. 부질없는 생각들이 꼬리에 꼬리를 물고 저를 덮쳐왔고 급한 과제를 해치우듯 시험관 시술을 받았습니다. 결과는 피검사 수치 0.38, 시험관 1차에 성공하는 것이 복권에 당첨되는 것처럼 어렵다는 것을 머리로는 알고 있었지만 마음에서는 잘 받아들여지지 않았어요. 역시 난 불치병이구나. 비극적인 생각이 머릿속을 떠나지 않았습니다.

별 다른 준비 없이 1차 시술을 허무하게 마치고 나니 이 상태로 계속 2차, 3차를 이어가는 것은 의미가 없을 것 같았어요. 마음을 다잡고 몸을 만들기로 했습니다. 운동을 정말 싫어하는 제가 매일 8000보 걷기를 시작으로 수영과 필라테스를 주 2회씩 열심히 다녔습니다. 착상조차 되지 않았다는 것은 몸이 차고 순환이 안돼서 인 것 같아 한약도 먹고, 배에 뜸도 매일 찔렀어요. 난소 기능 저하인 저와 같은 사람에게는 시간이 금이어서 몸을 만드는 시간도 아까웠지만 이대로 무작정 달려가기에는 불안했습니다.

2개월여를 그렇게 꾸준히 노력하고 대망의 2차 동결배아 시험관 시술에 들어갔습니다. 결과는 1차 피검사 수치 75로 임신이었어요. 100이하의 수치라 불안했지만 2차 피검사 수치가 더블링이 잘 되어서 안심했습니다. 아기에게 9월에 온 복명이라는 뜻의 ‘구복이’라는 태명도 지어주며 행복한 기분으로 매일이 흘러갔고, 그렇게 7주차에 본 초음파. 설레는 마음으로 아기를 보러 간 그날, 아기의 심장이 뛰지 않는다는 청천벽력 같은 말을 듣게 되었습니다. 이틀 뒤로 소파수술 날짜를 잡고 집으로 돌아오는 길. 그 마음은 지금도 어떤 말로도 표현을 할 수가 없네요.

계류유산. 많은 사람들이 겪는다지만 나는 아닐 거라고 굳게 믿었던 일이 그렇게 저에게도 일어나고 말았습니다. 남편에게는 애써 담담한 척 하려 애썼지만 마음은 이미 전쟁 그 자체였어요. 며칠 뒤 방문한 병원에서 아기가 없는 초음파 사진을 보며 저는 참았던 눈물이 다 터져서 병원 로비 소파에서 한참을 울었습니다.

여보 아기가 없대, 아기가 없어.

저는 그렇게 구복이를 보내주었습니다.

할 수 있는 모든 검사를 다 해달라고 병원에 요청하고, 저는 헛헛한 마음을 달랠 길이 없었습니다. 다음 날부터 한의원에 가고, 한약을 지어 먹고, 영양제를 챙겨 먹고, 거리를 하염없이 걸었습니다. 할 수 있는 것이 아무것도 없었어요. 몸조리를 해야 하지만, 구복이를 위한 애도의 시간도 가져야 하지만, 저는 그저 시간이 빨리 흘러서 생리를 하고 그래서 다시 병원에 가야겠다는 생각만 들었습니다. 내 몸이야 어떻게 되든지 그저 아기만 다시 가질 수 있다면 뭐든지 할 수 있겠다는 생각. 나는 왜 이렇게 엄마가 되고 싶은 건지 도대체 알다가도 모를 일이었습니다.

오 헨리의 소설 <마지막 잎새>에서 병에 걸린 주인공은 벽에 매달려 있는 잎이 다 떨어지면 자신도 죽을 것이라고 생각합니다. 그런데 그 잎새가 떨어지지 않고 주인공도 삶의 희망을 찾게 되죠. 희망이 없던 저는 국립중앙의료원 중앙난임우울센터를 찾아 상담을 받았습니다. 브레이크가 없는 폭주기관차 같이 임신만을 향해 달려가는 제가 너무 위태로웠어요.

이런 일들을 겪기 전까지 저는 상담의 효과를 그다지 믿지 않는 편이었습니다. 제 스스로 이야기하고 제 안에서 답을 찾는 것인데 그걸 굳이 시간을 내서 가고, 상담 하시는 분

이 답을 주는 것도 아닌데 부질없는 일이 아닐까 생각했거든요. 그런데 사람이 위기에 몰리고 보니 지푸라기라도 잡는 심정으로 열심히 다니게 되었습니다. 솔직히 난임이라는 문제는 겪어보지 않은 사람들은 잘 알지 못하고, 가족에게 털어놓기에도 마음이 무겁거든요.

상담을 받으며 생각에 많은 변화가 있었습니다. 지금까지 살아오면서 제 삶을 돌아볼 기회가 많이 없었어요. 내 인생은 가시밭길이다. 왜 이렇게 유난히 힘든 일이 많을까. 생각했는데 돌아보니 그 길에 찢레도 많이 피어있었던군요. 가시에 찢릴까 봐 예쁜 찢레꽃들을 미처 돌아보지 못한 삶이었습니다. 상담을 받는 과정에서 제가 생각하는 것보다 저희 가족, 친구, 주변 사람들은 저를 많이 사랑하고 걱정하고 있다는 것을 마음 따뜻하게 느낄 수가 있었어요.

그렇게 제 마음을 달래는 시간을 가지고 3차 시험관 시술에 들어갔습니다. 구복이의 염색체 검사 결과가 좋지 않게 나와 선생님께서 PGT 검사를 권하셨습니다. 과배란 주사를 맞아도 난자가 1차 때 9개, 2차 때 5개로 적게 나오고 그마저도 미성숙 난자들이 많았던 저는 털털 겁부터 났지만 또 다시 유산의 아픔을 겪고 싶지는 않았습니다.

3차 난자 채취 결과는 3개. PGT 통과 확률이 20~25% 정도여서 4~5개의 수정란이 있어야 가능성이 조금이라도 있는데, 정말 가능성이 없어 보였습니다. 간호사 선생님도 기적을 바라고 기도를 하라고 말씀하셨습니다.

남편은 제가 시험관 시술로 고생하는 모습을 보기가 너무 힘들다며 이번까지만 해보고 안 되면 아기를 포기하자는 의견이었습니다. 아기를 혼자서 가지고 싶다고 가질 수도 없고, 남편의 의견도 존중해야 하기에 저는 3차 시험관 시술 성공이 너무나 절실했습니다. 그렇지만 상황은 좋지 않았고, 저도 마음을 비울 수밖에 없었습니다. 복잡한 기분으로 검사 결과를 들으러 간 날.

“결과가 좋아요. 3개 중에 2개 수정되었고 1개 정상 나왔어요. 1개는 비정상이라 아쉽지만, 1개에 모든 걸 걸고 해봅시다.”

모니터에 떠 있는 Normal 글자가 거짓말같이 선명했어요. 이게 바로 기적이구나 싶었습니다. 그 어렵다는 PGT 통과라니. 이미 아기를 가진 것처럼 마음이 들었어요. 그렇지만 그것도 잠시 착상이 안 되면 어떡하지, 이렇게 어렵게 여기까지 왔는데 그럼 정말 난 어떻게 살 수 있을까, 걱정이 앞섰습니다.

이런 일들로 힘들 때마다 난소기능저하를 겪는 사람들이 모여있는 오픈 카카오톡방에서

많은 위로를 받았어요. 저의 마음을 솔직하게 털어놓으니, 해보고 걱정해도 늦지 않는다고, 이번에 분명히 잘 될 것 같다고 많은 분들이 축하와 격려를 해주셨습니다. 그 말들에 힘을 얻어 부정적인 생각을 걷어내고 착상을 위해 만보 걷기와 뜬 뜨기를 매일 하며 이식 날짜를 기다렸어요.

드디어 3차 동결배아 이식의 날. 수술실 모니터에 기적으로 저에게 올 배아의 사진이 떠 있었어요. 그 때 저도 모르게 웃음이 나오더군요. 찌그러진 땅콩 모양의 배아가 귀여웠어요. 5분 만에 이식이 끝나고 피검사하는 날까지 시간이 어찌나 안 가던지, 하루가 1년 같았습니다.

그 모든 시간들 끝에 저는 지금 ‘땅콩이’를 품고 있어요.

피검사 1, 2, 3차와 초음파로 본 아기집, 첫 심장 소리, 니프티 검사, 정밀 초음파 등 임신 후에도 수많은 걱정의 순간들이 있었지만, 아기는 저의 걱정이 무색할 만큼 잘 크고 있습니다. “저것은 넘을 수 없는 벽이라고 고개를 떨구고 있을 때, 담쟁이 잎 하나는 담쟁이 잎 수천 개를 이끌고 결국 그 벽을 넘는다.”

제가 여기까지 올 수 있었던 것에는 많은 사람들의 도움이 있었습니다. 저보다 앞서 노력하고 성공했던 많은 사례들에서 항상 위로와 용기를 얻었어요. 그런 사례들을 볼 때마다 나도 꼭 아기를 가져서 사람들에게 희망을 주고 싶다는 생각을 했습니다. 벽에 부딪쳐 앞으로 나아가지 못하던 저에게 ‘담쟁이 잎 하나’가 되어 벽을 넘을 수 있는 용기를 주었던 얼굴도 모르고 이름도 모르는 많은 난임 선배님들, 정말 감사합니다.

매일 같은 시간 배에 주사를 놓으며 멍 자국마저도 아기를 갖기 위한 하나의 훈장처럼 생각하던 나날들. 끝이 보이지 않는 터널 속에서 이 시간을 보내고 있을 많은 분들에게 꼭 아기가 찾아 오리라 믿습니다. 저에게 기적이 일어난 것처럼 누구에게라도 기적이 찾아올 거예요. 마음을 비우라는 말, 그것처럼 야속하고 어려운 말이 없습니다.

마음 비우지 마세요. 욕심 내세요. 우리는 그럴 권리가 있습니다.

오늘도 밤 9시에 녹턴이 울립니다. 저는 땅콩이를 위해 영양제를 먹겠지요. 주사를 맞던 순간이 아기를 위한 시간으로 마법처럼 변한 지금, 저는 세상 누구보다도 행복합니다. 아기의 또 다른 이름은 희망과 행복이었다는 것을 지금 이 순간 온몸으로 느낍니다. 감사합니다.

행복아 엄마 아빠에게 와줘서 고마워

입선 - 최OO

임신이라는 의사의 말을 듣기까지 5년여의 시간이 흘렀다. 수많은 시간 동안 고난을 버틸 수 있었던 것은 남편의 기다림과 나도 언젠가 엄마가 될 수 있을 거라는 믿음이었
다. 난임 센터에 다닌 지 8개월여 만에 비로소 나는 배속 아기의 엄마가 되었다. 이제 주수로 22주가 되었다 남편과 나는 우리에게 이런 날이 올 거라는 게 믿어지지 않음을 자주 이야기하곤 한다. 점점 나오는 나의 배를 보면서 이제 실감을 하고 있다. 임신수치 확인부터 지금까지 조심했던 시간들 앞으로 출산까지도 안심할 수는 없겠지만 우리 아기는 건강하리라고 믿고 기도하며 지내고 있다. 우리 부부는 2016년 10월에 결혼식을 했다. 나는 늦지도 빠르지도 않은 나이였고 남편은 결혼이 늦은 편이었다. 그럼에도 어렵다는 결혼에 끝인해 어느 부부처럼 아기가 생기기를 바래 왔었다. 그러나 우리의 바람과는 너무도 다르게 아기가 생기지 않았다. 그것도 오랫동안 누구의 잘못도 아닌데 아기가 없다는 이유로 주변의 관심과 동시에 피해를 받으며 살았다. 직장을 구하려고 면접을 가면 꼭 물어보는 질문이 결혼은 했는지 아기는 있는지였다. 몇몇 안 되는 친구들이 나보다 늦게 결혼하고 아기를 빨리 갖는 것을 보며 마음이 좋지 않았다. 그런 시간이 반복되다 보니 고립되고 단절이 되었다. 지나치게 임신 여부를 묻던 한 친구와는 이제 연락을 하지 않게 되었다. 처음에는 관심이 나중에는 부담감으로 다가왔다. 그렇게 몇 년을 방황했다. 결혼은 했는데 아기가 생기지 않으니 내 자신이 싫어지기까지 했다. 그럼에도 털고 일어나려 노력했다. 그즈음 상담을 많이 받았던 것 같다. 가정 상담 돈을 낼 형편은 안되 복지관 같은 곳에 무료로 하는 곳이 있으면 전화해 예약하고 상담을 받았다. 그것마저 없었다면 힘들다고 느낀 결혼생활을 유지할 수 없었을 것이다. 그렇게 1년, 2년, 3년이 지나갔다. 산부인과에 다니지 않은 것은 아니었다. 결혼과 동시에 기대감을 가지고 임신 준비를 했던 때도 있었다. 집 근처 보건소에서 산전 검사도 받았고 남편 정자 검사도 했었고 나를 매일 걷기운동도 했었다. 또 친정엄마의 성화에 못 이겨 비싼 한약도 먹어봤다. 그러나 결과적으로 임신에 성공하지 못했다. 그런 즈음 무기력하고 우울해졌다. 삶이 무의미하다는 생각이 자주 들었다. 또 지나치게 지나간

과거에 집착하며 그 때 했으면 좋았을 텐데와 같은 아쉬움이 남았다. 코로나가 동시에 오면서 심리 상태가 엉망이 되었다. 모두 힘든데 나만 힘들다는 생각이 자주 들었다. 앞길이 막막하고, 사회생활에 자신이 없었다. 그럼에도 어디서 용기가 났는지 작년4월 난임 센터의 문을 두드렸다. 다낭성 난소증후군, 35살이상 노산 나의 불안한 심리 상태는 임신을 어렵게 한다는 것을 깨닫고 꾸준히 치료하게 되었다. 건강이 어느정도 회복되어 8월에는 자연임신을 했으나 화학적 유산 진단을 받고 4주 만에 아기를 만나지도 못하고 떠나보냈다. 나도 임신을 했구나 기뻐했는데 한 달 만에 유산을 겪으니 어떻게 해야 할지 막막했다. 이제까지 빨리 아기를 가져야 한다는 압박감, 부담감이 나를 더욱 지치게 만들었고 이대로는 안 되겠다 싶어 세달간 휴식을 취했다. 그 사이 1,2차 코로나 백신도 맞은 상태였다. 세 달의 휴식 후 다시 난임 병원을 찾았다. 한 달동안 준비는 다시 실패로 돌아가고 남편과 나는 인공수정을 해보기로 결심했다. 인공수정을 하기로 마음을 먹으니 일사천리로 진행이 되었다. 그렇게 12월 3일 1차 인공수정 시술을 하게 되었고, 2주간의 기다림이 있었다. 피검사를 하러 가는 날 아침 참지 못하고 임신테스트기를 해봤다. 결과는 임신이었다. 그러나 더 정확히 하려고 병원에 가서 피검사를 하고 대기를 하는데 그날 진료를 보지 못했다. 열이 나는 바람에 코로나 의심을 받고 검사를 하고 진료는 전화로 대신 했다. 수치상으로는 임신이었다. 다음날 다행히도 코로나는 음성이 나왔다. 그때가 크리스마스를 앞두고 있어 기쁨이 몇 배였다. 그럼에도 동시에 걱정이 되었다. 유지가 잘되어야 할텐데 일주일 뒤 초음파로 착상 여부를 확인하러 갔다. 그날도 열이 났다. 초음파는 봤지만 진료는 보지 못하고 응급실로 향했다. 나중에 들은 이야기는 코로나도 위험하지만 열이 나면 태아에게 안 좋다고 들었고, 타이레놀, 링거를 맞고 돌아왔다. 응급실에 누워있는 시간이 어찌나 길던지 나도 모르게 눈물이 났다.

나의 걱정과는 달리 아기는 무사히 잘 크고 있고 심장소리도 처음 들었다. 모든 것이 처음이고 초보인 나는 예비 엄마가 되었다. 지금은 22주를 맞이했다.

지금 이 순간 나는 감사하다. 불가능할 것 같던 엄마로서의 인생, 느리고 답답했지만 결국 난 난임을 극복하고 지금 이렇게 인생에 가장 위대한 일을 해내가고 있다. 나와 남편의 가장 큰 바람은 행복이가 건강하게 세상 밖으로 나오는 것이다. 행복아 엄마 아빠에게 와줘서 고맙고 사랑해!

엄마는 꽃이 되었다.

입선 - 김OO

친정어머니는 30대 후반인 딸 나이가 걱정돼 결혼하자마자 바로 아기를 가지라고 했지만 결혼 전에 아기가 생긴 친구랑 허니문베이비 첫째가 있는 친구들의 사례를 보고 신혼생활 없이 임신과 출산을 하고 싶지 않았다. 원래 생각했던 가장 이상적인 신혼기간은 1년이었으나 나이를 생각해서 남편과 6개월 피임하기로 절충하고 6개월 후부터 임신시도를 할 예정이었다. 그렇게 모든 게 계획대로 되면 얼마나 좋았을까? 인생이라는 게 참 내 맘대로 안 된다고 결혼도 30대 후반에 할 만큼 쉽지 않았는데 결혼 2개월 만에 친정아버지가 암 진단을 받으시고 1년도 못사실 수 있다는 청천벽력 같은 소식이 들려왔다. 처음에는 말도 안 된다며 부정했지만 현실을 받아들여야 했고 친정아버지가 돌아가시기 전에 아기소식 들려드리고 싶어 결혼 3개월 차부터 임신노력을 하기 시작하였다.

아버지 병간호와 임신노력

참 아이러니한 상황이었다. 쇠약해지는 아버지를 보면서 마음이 아픈데 그 와중에 임신 시도까지 해야 한다는 게 참 무겁게 다가왔다. 그래도 아기소식 들려주면 기뻐하실 것 같아 피임을 안했는데 첫 시도가 실패로 끝나자 당황했다. 생리도 항상 규칙적이고 몸도 건강한 상태라고 생각했는데 피임안하면 바로 아기가 생길 줄 알았던 건 오만이었던 것이다. 불현듯 결혼 전 산부인과 임신가능 검사결과에서도 임신확률이 높게 나오지 않았던 기억이 났다. 당시 산부인과 선생님이 자연임신이 불가능한건 아니고 평균적인 30대 후반의 임신확률이라고 해서 크게 걱정하진 않았는데 병원 데이터의 높은 벽을 실감할 수 있었다. 피검사를 바탕으로 한 객관적인 자료인데 3개월이나 피임한 내 자신이 너무 바보같이 느껴졌다. 결혼 전 산부인과에서 임신가능검사결과를 잘 참고하고 임신계획을 세우는 것도 계획임신에 큰 도움이 될 것 같다. 나는 자연임신이 가능하다는 것에만 귀를 기울이고 나머지 AMH수치(난소나이) 라든지 임신 가능확률 등 중요한 수치들을 간과한 게 좀 아쉬웠다. 그래도 첫술에 배부르라는 말도 있듯이 이번이 처음실패이니 다음 달을 기약하기로 했다.

계속되는 실패와 남편 정자검사

다음 달과 그 다음 달에도 실패하자 조금해지기 시작했다. 40세 이상일 경우 3개월 시도해도 자연임신이 안되면 난임 병원에 가보라는 인터넷 글들이 눈에 띄어 30대 후반인 나는 마냥 기다릴 수만은 없어 남편에게 정자검사를 권유해보았다. 남편은 30대 초반이라 별문제 없을 꺼라 생각했지만 나는 결혼 전에 산부인과에서 받은 검사결과가 있어서 검사를 한다면 남편이 해봐야 한다고 생각했고 다행히 남편도 협조를 잘해줘서 동네 난임 전문병원에서 정자검사를 했다. 결과는 정상이상이었고 한두 달 더 자연임신을 시도해보자 안되면 난임 병원을 다녀볼 생각이었다.

OO 병원 방문

그렇게 자연임신을 시도한지 6개월쯤 되었을 때 시험관 성공확률이 높다는 집 근처 난임 병원으로 가려고 생각하고 있었는데 직장동료가 본인이 다녔던 OO병원을 소개해주었다. 산모 몸 상태에 맞게 최대한 자연스럽게 임신할 수 있도록 해주는 병원이라 인위적인 호르몬이나 약물사용도 꼭 필요한 경우만 해서 몸에 부담이 덜하다고 했다. 누구나 알만한 대형병원이고 선생님들도 친절하게 병원자체 프로그램을 설명해주셔서 신뢰가 갔다. 그 동안에는 어플에 의존해서 배란일등을 체크했는데 여기서는 내 몸 상태를 자세하게 체크해서 좀 더 임신확률을 높일 수 있게 도와주는 거 같았다. 기본적인 검사결과 아직 자연임신이 가능하다고 해서 병원프로그램에 따라 진행해 나가기 시작하였다. 이제 제대로 시작하게 되었으니 아기도 금방 생길 것 같은 기대가 생겼는데 아버지는 더 이상 버티지 못하고 돌아가셨다. 아버지가 돌아가시고 한두 달은 너무 힘들어서 제대로 병원프로그램을 진행하지 못한 거 같다. 출산한 모습은 못 보여드려도 임신소식이라도 들려드리고 싶었는데 가슴에 누가 망치로 친 것처럼 멍멍하고 고통스러운 시간들이었다.

한약처방 시작

OO병원 프로그램을 본격적으로 시작한지 3개월이 되어도 소식이 없자 나팔관검사를 했다. 태어나서 처음 해보는 검사였는데 마취를 해도 어찌나 아픈지 다시는 하고 싶지 않은

검사였다. 결과는 다행히 정상이라 아직 자연임신이 가능하다고 했다. 하지만 야속한 시간은 해를 넘기고 나는 벌써 40대에 접어들고 있었다. 병원을 믿지 못하는 건 아니었지만 계속 병원만 믿을 수 없어 친정엄마가 계속 추천하던 한약을 먹기 시작했다. 병원에서는 한약을 추천하진 않았지만 모라도 하지 않으면 안 되었던 그 심정 난임을 경험해본 분들은 다 공감할 것 같다. 한약의 좋은 점은 개인 체질진단 등을 자세하게 해서 나의 경우 살이 빠져야 더 임신이 잘되는 체질이란 걸 알게 되었다. 임신하려면 잘 먹고 어느 정도 살집도 있어야 한다는 생각은 착각이었던 것이다. 그다음부터는 처방받은 한약에 식단관리까지 병행해서 밥 양을 줄이고 저녁은 한식이 아닌 고기나 야채 위주로 먹기 시작했다.

자궁경 수술

한약을 6개월 정도 먹었는데 소식이 없자 나는 OO병원을 다시 찾았다. 이번엔 배란유도를 위한 호르몬 주사도 맞고 인위적인 방법을 동원했는데도 실패했고 병원에서도 난임의 원인을 보다 정확하게 파악해보고자 자궁경 수술을 제안했다. 일반적인 피검사로는 난임 원인이 정확하게 나오지 않으니 내자궁을 들여다보고 문제가 없는지 보는 수술이라고 했다. 맹장수술도 안 해본 나는 겁이 나서 수술을 미루고 싶었지만 한번쯤은 넘어야 할 산인거 같아 태어나서 처음으로 전신마취를 하고 수술을 받았다. 수술하던 날 차가운 병원 수술실과 공기가 생각난다. 다행히 마취가 잘 들어서 깨어나니 이미 수술이 끝난 상태였다. 자궁내막중에 근종도 있어서 제거했고 지난번 나팔관 검사결과와 달리 이번에는 한쪽 나팔관이 막혀 있었다고 한다. 몇 개월 만에 나팔관이 막히기도 하는 건지 처음 OO병원에서 했던 나팔관 검사가 잘못되었던 건지 막힌 나팔관을 붙잡고 임신해보겠다고 한 노력들이 의미 없었던 건 아니었는지 허탈해졌다. 주치의 선생님의 한쪽나팔관은 막혀있지 않아서 임신이 불가능한 상황은 아니었지만 난임에 영향을 미쳤을 거라면서 이제라도 알았으니 다시 시도해보면 된다는 말씀도 야속하게 느껴졌다. 40대 난임 여성에게 하루하루가 엄청 소중한 시간들이라 한쪽 나팔관이 막혔던 것을 더 빨리 알았으면 좋았을 텐데 말이다. OO병원에 따르면 자궁경 수술 후 6개월 이후에 임신이 가장 잘된다고 했는데 3개월이 지나고 해가 바뀌려고 하자 난 더 이상 자연임신만을 고집할 수가 없었다. 병원일정 때문에 오랜만에 잡았던 가족여행도 취소하면서 노력했는데 결과는 역시나였다. 이제 진짜 새로운 돌파구가 필요했다.

시험관 첫 시술

임신노력 기간 중 생리시작을 확인할 때마다 무슨 사형선고라도 받은 것처럼 마음이 먹먹하고 답답했다. 무엇이든 반복되면 덤덤해질 법도 한데 매번 희망을 갖고 상상임신 비슷한 증상까지 생기는 내가 불쌍하게도 느껴졌다. TV 뉴스에 아동학대하는 부모들을 보며 저런 사람들도 아기가 생기는데 나는 임신도 못하는 몸인가 하는 부정적인 생각들이 피어 올라 나의 가치가 땅에 떨어진 기분을 반복할 때 즈음 처음 갔던 동네 시험관전문 난임 병원을 방문하게 되었다. 참 먼 길 돌아 원점으로 온 것이다. 주변에 시험관에 성공한 지인들 얘기를 더욱 주의 깊게 들으면서 기존에 먹었던 종합영양제를 추천 영양제로 바꾸고 오메가3도 추가로 주문해서 먹기 시작했다. 생리시작하고 병원을 방문하는 게 좋다고 해서 이번에도 실패했다는 무거운 마음을 이끌고 병원에 갔더니 바로 시험관준비를 하자고 하셔서 당황했다. OO병원에서 수술경과자료랑 의무기록사본등 모든 자료들을 잘 챙겨서 가져갔더니 굳이 추가검사 안하고 쾌속으로 진행하는 듯 했다. 방문당일부터 난자가 잘 배출되게 하는 배란주사를 맞기 시작했는데 집에서도 별도로 배란주사를 맞아야 한다고 해서 남편이 놓아 주었다. 배란주사를 4일정도 맞고 과배란을 유도하는 난포주사도 맞았는데 정확하게 시간을 맞춰서 맞아야 해서 은근 긴장했던 거 같다. 병원에 방문해서 부분마취 후 난자 채취한 결과 기대보다 난자가 너무 조금 채취가 되어 속상했다. 10개정도는 기대했는데 4개정도가 채취가 되어 엄청 불안해졌다. 같은 날 채취한 남편정자를 수정시키고 이식을 해야 하는데 다행히 4개가 다 수정되어 3개를 이식시키고 나머지 한 개는 냉동배양을 시킨다고 했다. 난자개수가 4개뿐이라 걱정했는데 4개다 수정되었다니 다시 한번 우리나라 시험관 기술력을 실감하게 된 계기였다. 이런 기술력이라면 나처럼 난자개수가 적게나온 고령의 여성도 시험관 도전 해볼 만하다. 드디어 1차 피검사 당일 어찌나 떨리던지 오전에 채혈하고 집에서 병원전화를 기다리다 통과되었다는 소식에 남편이랑 얼싸안고 평평 울었던 기억이 난다. 그래도 안심할 순 없어서 2차 피검사를 또 기다리고 통과되었다는 소식을 듣고 나서야 조금 안정이 되었다. 이후 아기 심장소리 들으면서 단태아를 확인하는 순간 누구보다 기뻐지만 쌍둥이가 아닌 것에 살짝 아쉬운 생각도 들었다. 혹시 세쌍둥이면 어찌나 걱정했는데 인간의 욕심은 정말 끝이 없나보다. 그동안 실패에 익숙해져서 그런지 시험관 첫 시도 성공이 어리둥절하긴 했으나 다시 마음을 가다듬고 임신초기에는 유산가능성이 높다고 해서 계속 조심조심 했던 기억이 난다. 식단도 아침은

치즈, 블루베리, 두유 등을 먹고 점심 저녁은 소고기, 두부, 야채 위주로 12주 안정기라고 할 때까지 긴장하지 않고 좋은 것만 먹으려고 노력했던 거 같다.

아기를 기다리는 엄마들에게

40대 여성인 내게 1년 9개월 동안의 기다림은 참 길게 느껴졌다. 새로운 병원에 갈 때마다 검사한 AMH(난소수치)도 몇 개월 차이로 훌쩍 떨어져서 평생 아이를 갖지 못할 수도 있다는 공포도 종종 엄습해왔다. 그렇다고 이런 불안과 걱정만으로는 아무것도 해결되는 건 없었다. 매번 한 줄뿐인 임태기 결과를 보며 실망하고 속상했던 것도 사실이었지만 이내 툭툭 털고 다음기회를 위해 노력하려고 했다. 불안해질 때마다 “내가 지금 할 수 있는 것을 하자” 라고 스스로를 다독이면서 나아간 거 같다. 물론 시험관을 초기부터 노력했다면 더 빨리 임신이 되었을까 생각도 했지만 자연임신노력, 한약처방, 자궁경 수술 등 돌이켜 생각해보면 그동안 노력들이 다 자양분이 되어 ‘엄마’라는 꽃을 피울 수 있었던 거 같다. 꽃 한 송이 피우기 위해 적당한 햇빛·물·흙 등 다양한 요소가 필요하듯 임신 실패의 과정 속에서 차곡차곡 쌓인 내 단단함이 지금 아기가 건강하게 자리를 잡고 무럭무럭 클 수 있게 도와준 거 같아 뿌듯하다. 임신기간 중에도 입덧, 빈혈 등 어려움도 있었지만 난임 기간 겪었던 좌절을 생각하며 감사하다고 생각하면서 지냈다. 지금은 막달이라 곧 태어날 아기를 기다리면서 글을 쓰고 있다. 뱃속에서 툭툭 치는 아기의 태동을 느끼면서 엄마가 된다는 게 얼마나 신비롭고 경이한 경험인지 미래의 엄마들에게 꼭 알려주고 싶다.



꽃같은 나자신

입선 - 유OO

장거리연애를 하느라 결혼을 일찍하게 되었습니다.

남들보다 이른 결혼을 하게 된 터라, 난임은 남의 일인줄로만 알았습니다.

제 주변에는 허니문베이비나 속도위반의 케이스밖에 없었을 정도로 저의 나이는 비교적 어린편이었고 지인중에는 기혼자가 많이 없었거든요.

그래서 3년간 아이가 안생겼을때에도 때가되면 오겠거니 하는 편한 마음으로 기다렸고, 첫아이를 임신하고 유산기가 심하다는 경고를 들었을때에도 금방 낫아지겠거니 했습니다. 그렇게 임신한 아이를 처음 잃었을때에는, 아이를 잃었던 고통보다도 남들에게 설명하는 고통이 더 컸던 기억이 납니다. 내게도 난임은 교통사고처럼 어느날 갑자기 예기치 못한 사고처럼 다가온 일이었는데 그걸 주변사람들에게 이해시켜야했던 상황이 참 잔인했습니다. 유산에 이유가 달리 있는게 아닌데 그걸 설명해야하는게 지금 생각해봐도 모두가 유산과 난임에대해서 무지해서 벌어진 상황인 것 같아요.

그때부터 난임은 제 마음에 내려앉은 짐 같았습니다.

밥을 먹을때에도 아이를 잃은 내가 밥을 먹어도되나, 웃을때에도 아이를 잃은 내가 웃어도 되나, 모든일에 타인과 나의 눈치를 보기 시작했습니다.

저는 이후로도 두 번이나 아이를 더 잃었습니다.

두번째 유산을 했을때에는 ‘어쩌면 엄마 소리를 평생 못들을수도 있겠구나’하는 불안감때문에 울면서 미역국을 끓였던 기억이 납니다. 그럼에도 다음번 임신을 꼭 하겠노라고 꾸역꾸역 미역국에 밥말아서 먹는데 자식 잃어놓고도 밥 챙겨먹는 나 진짜 독한년이구나 하는 생각에 꼭꼭 울었던 기억이 나네요.

그때의 기억때문에 저는 지금도 미역국을 좋아하지 않습니다.

세번째 유산때에는 나는 그냥 별을 받고있다고 생각했습니다. 나는 행복하면 안되는 사람이라고 생각했고 이번 생은 별을 받아야하는 생이라고 생각했어요. 별을 그

만 받으려면 생을 끊어내야겠구나 하는 생각에 자살충동도 여러번 느꼈습니다.

상담센터도 찾았지만, 상담사 분의 어떠한 말도 내 마음에 다가오지 않았어요. 그 시절 제 눈에 비친 모든 사람들은 별을 받지않아도되는 행복한 사람들이었기 때문입니다. 별을 받는건 나 하나뿐이라고 생각했어요.

내 마음이 지옥같이 변하니까 모든일에 여유롭던 저도 예민한 사람이 되어갔습니다. 주변사람들과의 대화가 힘들어지기 시작해서 모든사람들과의 연결고리를 끊어내려고 노력했습니다.

별을 받고 있는 내게 인간관계는 사치라고 생각했거든요.

아이는 행복의 필수요소가 아니라고하지만, 당시에 저의 불행의 가장 큰 이유는 ‘아이가 없는것’이었습니다. 이후로 몇 번의 난임시술 실패가 있었습니다. 참 어렵더라고요. 남들처럼 살고싶는데 그 남들처럼 평범하게 사는것조차 내게는 쉽지가 않아서, 모아둔 돈도 연달아서 진행한 시술비로 써버리고, 그 차수도 실패로 끝나면서 교통비가 아까워서 걸어가던 그 길이 아직도 내 마음속에 있습니다. 남들에게는 그냥 실수처럼 오기도하는 아기가 나는 노력을 해도 안생긴다는 이 현실에 화가 나고, 척박한 차량도로 갓길에 핀 꽃 한송이를 보면서 기가 막히기도 했습니다. 저런 땅에서도 꽃이 피는데 내 자궁은 도대체 어떤 상황인걸까. 언제까지 이 별을 받아야하나 나는 아이없이는 살수가 없는데 이제, 그 때 몸과 마음이 최악으로 치달았는데 이 감정을 쏟아낼 방법이 없어서 연락할 사람도 없어서 눈물만 줄줄 흘렸던 그 길이 아직도 눈에 선합니다.

그 차수 이후로 1년여간 몸과 마음을 정비했어요.

나중에 찾아보니 그때 제가 봤던 갓길에 핀 꽃 이름은 ‘수레국화’였습니다. 척박한 땅에서도 잘 피는 꽃이라고 해요. 내 자궁에도 반드시 수레국화같은 아이를 갖겠다는 마음으로, 습관성유산의 싹을 잘라내기 위해서 운동도 많이 했고 사람도 많이 만났습니다.

아이를 잃은 내가 뭘 못하겠나 마음을 먹고나니 모든게 바뀌더군요. 탄수화물을 거의 배제한 식사로 매끼니 밥을 먹고 간식을 일체 끊었습니다. 운동은 틈틈이 했는

데 스쿼트를 하루에 세 번씩 3분간 했던게 참 좋았습니다. 돈 안들이고도 온몸에 근육이 많이 생겼어요. 체중도 20키로가량 감량을 했더니 일평생 통통했던 제가 다른 몸을 유지하게 되었어요. 낮가림이 심한편이지만 낮선 사람들과도 어울리고나니, 불행하다고만 생각했던 제 일상들도 즐거움으로 채워지기 시작했습니다.

유산은 했어도, 아이가 없어도, 행복할수 있다는걸 오랜만에 느꼈어요. 그러고나니 제게도 변화가 생겼습니다. 초경부터 단한번도 규칙적이게 해본적 없던 생리였는데 자연생리가 꾸준히 나오기 시작했습니다. 그리고 근육없던 온몸이 탄탄해진 기분이 들었어요.

별을 받고있는 나, 유산을 세 번을 한 나, 난임여성이라는 족쇄에서 벗어나서 '이런 나라도' 사랑할수 있게되었어요. 1년여간 정비한 이후 그냥 오랫동안 준비한 시험을 치루는것처럼 난임병원을 찾았습니다. 늘 그랬듯이 실패하겠거니 하는 마음으로. 이번에 결과나오면 신랑이랑 둘이 여행 다녀와야겠다 하는 마음으로.

참 마법같은 일이 벌어졌습니다. 아이만 기다릴때는 그렇게도 오지않던 아이가, 임신 했어도 출산까지 이어지지 않던 아이가, 이번에는 둘이나 찾아왔습니다.

쌍둥이 임신을 하고서 자궁경부무력증과 임신성당뇨, 임신중독으로 힘들긴했지만 무사히 출산을 마쳤습니다. 이유없이 찾아왔던 난임이, 끝나지않을 것 같던 난임이 예기치않게 끝이 났어요.

드디어 건강한 두아이를 품에 안았습니다.
바라던대로 수레국화처럼 예쁘고 튼튼해요.

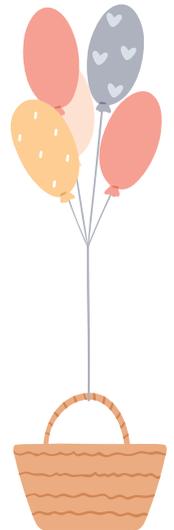
그리고 현재는. 난임이라는 족쇄를 벗어났어도 크게 행복해진다거나 일상에 변화가 크게 생기지는 않았어요. 오히려 난임시술을 1년여간 쉬면서 생겼던 그 변화가 제 인생에서는 더 컸던거 같아요.

하지만 '이런 나라도' 사랑합니다. 여전히.
저는 여전히, 제 자신이 안스럽고 기특해요.

난임은 그동안 스스로를 사랑할줄 몰랐던 내게 나 자신을 사랑하는 법부터 배우라고 하늘이 주신 기회가 아니었나 이제와서는 그런 생각이 듭니다.
난임을 겪지않았으면 여전히 철없이 기혼자들에게 아이여부를 물어보며 실수했을텐데 차라리 내가 겪게돼서 배우게돼서 다행이구나 싶기도 합니다.

아이들 키우는내내 난임일때의 간절함 잊지않고 살아가겠습니다. 아이들에게 늘 사랑만 주면서 키우겠습니다. 모든일에 감사함을 느낄게요.

감사합니다.



끝까지 포기하지 않으면 기적(아기)은 분명 옵니다.

입선 - 장OO

지금 이 글을 쓰려하니 지난 고되고 힘들었던 날들이 주마등처럼 스쳐 지나가네요.

26살에 12살차 나는 신랑 만나 연애 후 30살에 결혼했어요. 나이차도 있고 1남6녀 중 장남이라 아이를 참 간절히 바랬지요. 바로 생길 줄 알았던 우리의 아이는 부부 금슬이 너무 좋으면 안 생긴다는 말처럼 올 생각을 안 하네요. 그렇게 우리의 기다림의 시간이 시작 되었습니다.

일반 산부인과에서 과 배란 약 복용 후 날짜 잡는 것부터 시작했어요. 바로 성공할 꺼라 자신했지만 1년을 소중히 난자만 허비하고 끝내 성공하지 못했습니다. 제일 후회하는 부분입니다. 바로 시험관병원으로 갔어야 했는데.....

처음에는 일하면서 시험관을 시작했습니다. 눈치 보며 힘들게 다니는 일 외에도 0점대 난소기능저하에 얇은 내막, 비만 등등 제 몸을 많이 탓하기도 했었지요.

3차까지는 사는 곳 광주에서 진행했어요. 그러다 친구가 한 번에 성공했다고 서울OO병원을 추천해서 일도 그만두고 광주에서 새벽5시 기차를 타고 000교수님께 3번의 시술을 받았지만 모두 착상도 안된 0점으로 마무리했습니다.

우리나라 최고 유명한 난임 카페에 가입하고 활동하고 정보 얻고 수많은 영양제도 먹어 보고 국회의사당가서 외침도 해보고 내 자신을 탓하면서 운동도 죽을 만큼 해봤는데도 착상조차 되지 않으니..... 그렇게 6차까지 마무리되니 경제적, 육체적으로 많이 힘들어졌습니다.

마음 비우라는. 비우면 생긴다는 지인들 말이 야속하기도 하고 속상하기도 하고. 그렇지만 길이 없기에. 일을 다시 시작했어요. 그렇게 2년. 또 시간을 낭비했어요. 마지막이라 생각하고 일을 다시 그만두었어요. 전국에서 제일 유명한 대구 000병원 000원장님께 진료 받고 싶었으나 지병으로 요양 중이시다는 말을 듣고 절망했어요. 그러는 사이 친언니가 광주 000000병원 000원장님께 진행해서 아이를 만났어요~

같은 자매이니 나도 바로 생기겠지? 희망을 품고 바로 시작했습니다. 3일 배양 동결도 가능해서 난자인 저에겐 너무 꿈만 같았어요~ 그러나 저는 신선 7차, 8차. 처음으로 냉동1차. 진행 되었으나 0.2로 실패. 좌절의 연속이었어요.ㅜㅜ

"된다는 보장이 있으면야 계속 투자하겠어... 근데 된다는 보장이 없잖아....." 신랑의 한탄소리에 마음은 찢어졌지만 그것이 사실이고 팩트 이니 아무 말이 안 나오더라고요. '그래. 이렇게 계속 한다고 나에게 진짜 아기가 올까? 아무리 신랑을 사랑한다지만. 아기 없이 둘만 잘 살 수 있을까?'

여러 복합적인 생각들과 함께 살은 살대로 엄청 찌고 실패의 자책감에 우울증이 올 것 같아 일을 또 시작했어요. 시험관 비용 때문에 밤 10시까지 일하는 신랑이 잔하기도 하고 내가 벌어 눈치 안보고 다시 또 도전하고 싶어서요. 저는. 뭘출 수가 없었어요.

주변에서 슬슬 요즘은 애 없이 사는 게 좋다. 갓난아기 데려다 키워도 너는 잘 키울 것 같다. 등등 속 모르는 소리에도 저는 될 때까지 가고 싶었어요. 귀여운 신랑 닮은 아이. 꼭 낳아주고 싶었거든요. 흑흑.

다행히 4시 퇴근하는 곳으로 직장을 구해서 퇴근 후 병원 진료를 볼 수 있었습니다. 원래 광주 000000병원은 000 원장님이 유명하셨어요. 그래서 000원장님께는 죄송했지만 000 원장님 진료를 바꾸었지요. 처음 진료 받을 때부터 뭔가 편안함이 느껴졌어요.

이 분은 꼭 성공 시켜주실 것 같은 느낌까지 들고, 묘 했어요.
고차수라 솔직히 원장님도 많이 힘드셨을꺼예요.

병원은 짧은 기간 성공률에 큰 타격을 입는데 저처럼 고차수들은 받자니 뭐하고 안 받자니 안되고.. 다른곳은 상처주는말로 돌려 내보내기도 한다는데..
OOO 원장님은 고생 많았다고, 열심히 해보자고 처음부터 큰 위로와 희망을 주셨어요. 다른 병원 원장님들과는 다르게 적극처방 해주시고 처음으로 알려주셔서 갑상선호르몬 4.5로 썬지로이드까지 복용하게 알려주셨어요. 뭔가 다른병원에서는 못 찾아내었던 것들을 찾고 원인을 찾아주시는 느낌? 한번도 안 맞아본 헤파린주사도 한뿔 했던 것 같아요. 처방이 다른 병원은 비슷했는데 할 수 있는거 다 해주셔서 달랐어요~ 활성엽산 등 영양제들도 그렇고..

그렇게 시작된 신선 9차..1차 피검 16 낮은 수치지만 시험관 시작 처음으로 0점대를 벗어 났어요ㅠㅠ 희망이 샘솟기 시작했지요.

신선 10차 1차피검 11 또 낮지만 수치가 나왔어요.ㅠㅠ 진료 볼때마다 원장님의 위로와 희망의 말씀들로 그 것처럼 좌절의 늪까지 빠지는일이 없어졌어요.

그러고는 대망의 11차. 이식 전에 일을 그만두었어요.

신랑도 그렇고 이제 착상은 되는 것 같아 안정 취하면 웬지 될 것 같은.....

고도비만으로 1차 피검 105.. 원장님께서 "기적이 일어나네요" 하시며 수치를 말씀 해주시는데 그 자리에서 펑펑 울어버렸어요.

나에게도 드디어 와주었구나.

나도 엄마가 되었구나.

그동안 자책하고 힘들어했던 날들이 한 번에 보상받는 느낌.ㅠㅠ

출혈로 걱정도 많이 하고 그래서 계속 눕눅 했지만 하나도 안 힘들고 하나도 안 답답했어요~ 아직 갈 길이 멀었지만 제 속에 지금 8주 넘는 단이가 있으니깐요~^^

제 나이 38. 신랑나이 50. 드디어 우리는 부모가 되었습니다.

늦게까지 포기하지 않고 함께 사랑으로 기다려준. 지금도 그 많은 시술비용 갚느라 밤

10시까지 일하는 우리 신랑. 그래도 저랑 단이가 있어 하나도 안 힘들다는 우리 신랑. 고맙고 사랑합니다. 하루하루가 행복이고 하늘을 나는 기분입니다. 저처럼 끝까지 포기하지 않으면 아가는 분명 옵니다.

좌절 하지 말고 기다려달라고 예비엄마들에게 희망을 드리고 싶어서 이렇게 글 남깁니다. "기적은 옵니다" 고 차수 일수록 적극처방이 필요 한것 같습니다.

유명병원이라고 멀리 가서 진료 받는데 그때 받은 스트레스와 육체적 고통도 무시 못하는것 같아요. 그냥 집 가까이서 편안하게 진료보시길.

본인한테 맞는 의사선생님은 꼭 있습니다.

찾기까지가 힘들어서 그렇지.ㅠ

15전 1승 14패

입선 - 장OO

29살 끝자락 나는 결혼을 했다. 주말 부부라서 기다리는 아기가 오지 않는 줄로만 알았다. 1년이 지나고 흔히 말하는 것처럼 일반 산부인과를 찾았다. 3개월 동안 그날의 날을 받았다. 쌍둥이가 생기면 어쩌나 하는 헛된 꿈도 꿴었던 것 같다.

하지만 아기는 오지 않았다. 담당 의사 선생님이 이상했었던지 나의 나이에 맞는 검사는 아니지만 받아보자고 하셨다.

결과가 놀라웠다. amh 0.46, FSH10.4

난소나이 45세, 5년안에 완경이 될 확률 높음, 임신 확률 5%미만..

만 나이 28세에 받은 성적표 치고는 아주 초라했다.

이대로만 있을 수 없어 회사와 가까운 개인 난임 병원을 찾아 갔다. 시험관 시술을 하면서 가장 큰 실수였다. 3번의 난자 채취 중 2번 공란포를 만났다. 수면 마취서 깨었을 때 듣는 그 말... “채취한 난자가 없습니다. 환자의 건강 상태가 좋지 않아 채취 할 수 없었습니다.”그 때의 공포는 이루 말할 수 없었다. 이후로 나는 수면 마취를 할 수 없었다. 정신을 똑바로 차리고 결과를 듣고 싶었다.

두 번의 공란포를 만난 뒤 마음을 고쳐 유명한 병원 정보를 얻고 시험관시술을 공부하여 지역에서 인지도가 있는 병원으로 옮겼다. 다행히 난자는 1-3개나왔다. 등급 좋은 수정란도 항상 만날 수 있었다. 이번에는 착상이 문제였다.

10번의 난자 채취와 9번의 수정란 이식. 여러 다양한 방법을 동원해 아기를 만나려 했으나 오지 않았다. 2년 동안 같은 병원을 다녔다. 약 24개월 동안 난자 채취를 10번했다. 약 2-2.5개월에 한 번씩 하는 채취에 몸은 축났고, 한 달 회사 다녀 한 달 병원비로 날려 버리는 가계 재

정적 문제. 그것보다 더한 마음이 문제가 생겨버렸다. 우울감, 절망감 그리고 사랑하는 남편에 대한 미안함까지... 그때는 정말 총체적 난국이라는 단어가 딱 어울렸다. 사랑하는 남편에게 이혼이라는 단어를 꺼내 들었고, 사랑하는 엄마에게는 다 엄마 탓(모계 유전적 조기폐경의심)이라고 죽음을 이야기 하는 지경에 이르렀었다.

절망의 끝에 나는 모든 걸 내려놓았다. 병원도 끊어버리고 몇 개월을 무심하게 살았다. 이 후 전국구 병원을 방문했다. 명의를 찾아 내 건강 상태를 확인 하고 이제는 내려놓고 싶었다.

나의 차트를 담당선생님께 드리고 가능하겠냐고 이제는 그만해야 할 때 인건지 여쭙었다. 선생님은 감사하게도 “한번 해봅시다”라는 말로 답을 주셨다. 차가운 말로 유명하신 선생님이라 들었는데, 그냥 경상도 남자의 말투 그 뿐이었다.

난자 채취, 이식이 공장식이라 유명한 그 병원.

이제는 갈 곳도 없는 내가 할 수 있는 유일한 병원이라 생각했고 마음 단단히 먹고 진행하였다. 지금 와서 생각해보면 많은 환자를 보기 위해선 어쩔 수 없는 시스템인 것 같다.

한 번의 채취와 두 번의 이식이 이뤄졌고, 마지막 냉동이식에서 나의 아이를 만났다. 결혼 만 5년만에 사랑하는 나의 아이를 만났다.

15전 1승 14패.. 15회의 시험관 시술에서 1승을 거두었다. 13패로 끝날 수 있었던 경기에서 단 하나, 처음의 만난 냉동 수정란으로 1승을 얻었다.

나와 같이 빛 하나 없는 터널을 걷고 있는 분이 계시다면 말하고 싶다.

엄마가 포기 하지만 않는다면 예쁜 나의 아기 언젠가는 옵니다. 꼭 옵니다. 포기하지 마세요. 희망은 당신 곁에 있습니다.

마지막으로 앞에서 지켜줬던 나의 남편, 나의 부모님 고맙고 사랑합니다.

포기 하지 않게 도와주신 OOO선생님 감사합니다.

그리고 나의 사랑하는 아가야.. 엄마에게 와줘서 고맙고 사랑해.

불안해도 괜찮아!

입선 - 이00

나의 자만심과 자존심 그 사이 어딘가에

한창 사회생활에 매진하며 커리어를 키워나가던 30대 초에 결혼한 우리는 결혼 3년 차가 되어서야 아이를 갖기 위한 노력을 시작했다. 생리는 30일 주기로 매우 규칙적이었고 산전검사에서도 근종 하나 없는 건강한 자궁이라는 이야기를 들었던 탓에 어쩌면 나의 자궁에 자만했는지도 모른다. 주변에 난임을 겪는 사람도 없었고 다들 많은 나이에도 불구하고 자연임신으로 아이를 낳아 잘살고 있었다. 그래서 나의 임신도 너무 당연했다. 나는 나의 자만심과 자존심 그 사이 어딘가에서 꾀꾀하게 버티고 있었다. 그러나 난임이란 것은 버텨서만 될 문제가 아니었다. 한 발짝씩 움직여 앞으로 나아가야 했다.

1년을 기다려도 임신이 되지 않는다면 꼭 부부 모두 난임병원에 가서 정밀검사를 받아보고, 임신을 위한 여러 조치와 시술을 고려해야 한다. 나의 임신을 늦춘 원인 중 하나는 이러한 시술이 여자로서 자존심을 무너뜨린다는 왜곡된 생각이었다. 나는 자연임신만 고집했다.

시험관은 자연을 거스르는 것이고 그것은 사랑의 결실이 아니라고 울부짖었다. 화를 퍼부을 곳은 남편뿐이었다. 그렇게 우린 하루가 멀다고 싸우고, 울고, 괴로워했다. 기다리던 임신은 되지 않았고 주변 사람들의 임신과 출산 소식에 점점 조바심이 나기 시작했다. 그럴수록 남편과 더욱 심하게 다투었다. 하지만 나의 자존심은 그리 오래가지 못했다. 너무나도 아이를 갖고 싶었다. 남편과 임신과 출산이라는 경이로운 과정을 거쳐 자식으로 연결된 가족이 되고 싶었다.

나는 자만심과 자존심을 모두 내려놓았다. 그것이 쉬울 리 없었지만 달리 방법이 없

었고 자연임신을 하겠다고 고집부린다고 될 일이 아니었기 때문이다. 시험관 시술이 자연을 거스르는 것이라는 왜곡된 생각은 곧 “행운과 축복”이라는 생각으로 바뀌었다. 시술을 통해 임신을 할 수만 있다면 이것은 축복이고 큰 행운일 것이다. 아, 현대의학이여! 너무나 감사합니다.

우리 부부는 매일 감사하는 마음으로 시험관 과정을 밟아갔다.

드디어 왔구나!

그렇게 호기롭게 시작한 첫 시험관은 매우 순조로웠다. 남들이 임신에 도움이 된다고 하는 영양제는 다 먹었고, 걷기 운동도 정말 열심히 했다. 사실, 원하는 만큼의 충분한 양의 수정란이 나오지 않았고 배아 성적도 좋지 못했지만, 우리 부부는 모든 게 순조롭고 감사하다고 여겼다. 왜냐하면, 적어도 이식은 할 수 있으니까. 이 이식이라는 한순간을 위해 자가주사의 아픔도, 두려움도 모두 견디며 기다렸다. 첫 이식에서 드디어 생애 처음으로 임신테스트기에 두 줄을 보게 되었다. 그렇게 벚꽃이 한창인 예쁜 봄날 나는 임신을 했고 피검사도 높은 수치로 통과했다. 세상이 아름답고 빛이 났다. 그러나 초음파를 보러 간 날 나는 아기집을 볼 수 없었다. 화학적 유산이었다. 그렇게 나의 36번째 생일날 나는 유산관정을 받았다. 내 생애 가장 아름답고도 슬픈 봄이었다.

담당의는 이렇게 높은 수치에 흔치 않은 일이라며 나보다 더 아쉬워하셨고 많은 위로를 해주셨다. 난임 전문의는 임신을 성공시키기 위해 언제나 최선을 다한다. 우리 부부 다음으로 나의 임신을 가장 바라는 사람이 있다면 그건 바로 담당의라고 믿어 의심치 않았다.

길고 어두운, 끝이 있을지 없을지도 모르는 이 어두운 터널을 걸어가는 과정이 나 혼자만의 여정이 아니라 담당의와 간호사님들이 함께 한다고 생각하니 덜 외로웠다. 그 사실은 어떤 것보다 나에게 큰 위로가 되어주었고, 담당의의 모든 처방을 신뢰했으며, 그것은 나에게 믿음과 확신을 주었기에 내 마음은 한결 편안할 수 있었다.

불안아 안녕?

난임을 겪으면서 가장 힘든 것은 실패도 유산도 아니었다. 실패하거나 유산이 되더라도 다음 회차에 희망을 걸어볼 수 있다. 가장 힘든 것은 바로 불안과 싸워야 하는 것이었다.

불안하거나 힘들 때 가장 편하게 찾는 곳은 맘카페였지만 그곳은 상처를 주는 곳이기도 했다.

"마음을 편히 먹어야 임신이 돼요. 스트레스 받지 마세요. 마음을 내려놓으면 생겨요. 포기하니까 자연임신이 됐어요." 이런 말은 비수가 되었다. 난임의 원인을 당사자의 탓으로 돌리는 말이었기 때문이다. '스트레스를 많이 받아서 아기가 안 오는구나. 마음을 편히 먹지 못해서, 내려놓지 못해서 임신에 실패하는구나.'라며 나 자신을 더욱 자책하게 했다.

애석하게도 아무리 포기하고 내려놓아도 자연임신이란 행운은 나에게 오지 않았다. 너무 간절하게 원했기 때문에 애초에 포기하거나 내려놓는 것도 불가능했다. 그래서 마음을 달리 먹기로 했다. 오케이! 이 불안과 친해져 보자. 시험관을 진행하는 동안 초조하거나 불안할 때면 '다행이다'라고 생각해보았다. 난자채취 전 '채취 할 수 있는 난자가 있어서 다행이다.'

시술 후 피검사를 기다리는 가장 피 말리는 시간에도 이식을 못 하고 넘어가야 했던 기억을 떠올리며 '어서 와, 불안아! 이식을 했기 때문에 이 불안과 초조함도 오는 것이지. 이식을 할 수 있어서 참 다행이다.'라며 머릿속에 되뇌었다. 이 불안을 만나기 위해 수많은 두려움을 이겨내고 고통을 견디며 걸어온 것이었기에, 불안은 어쩌면 너무 감사한 것임이 틀림없었다.

긍정적인 마음이 아니어도 괜찮아

맘카페에는 수많은 임신 성공담이 있다. 그 글에 등장하는 단골손님은 바로 긍정적인 마음이다. 그러나 마음가짐이라는 것이 '긍정적인 마음아 생겨라!'하면 어디 저절

로 생기는 것이었던가? 마음은 내 것이지만 긍정적인 마음을 갖는 것은 절대 내 마음대로 되는 것이 아니었다. 마음먹어서 되는 것이었다면 나는 이미 수천 번도 더 마음먹었다.

'나는 될 거야. 반드시 아기가 우리에게 와줄 거야.'라고 생각하면서 난임 시술을 하는 사람은 없을 거라고 자신 있게 이야기할 수 있다. 설사 그렇게 마음먹고 시작했더라도 수도 없이 좌절하는 게 난임 시술이었다.

수정란 개수가 충분하지 못하거나, 배아 성적이 좋지 않거나, 내막이 얇거나, 호르몬 수치들이 적정수준을 유지하지 못하거나, 시술에 실패하거나 혹은 유산되거나. 난임 시술은 지칠 때까지 계속 넘어야 하는 허들, 끝이 없는 터널이었다.

시술을 진행하면서 긍정적인 마음은 커녕 '과연 될까? 이 터널의 끝은 있을까?'라는 생각들로 가득했다. 하지만 내가 두 번의 화학적 유산을 겪고 난 후 3차 이식에서 임신에 성공했을 때에는 그 어떤 때보다 성공을 의심했으며, 가장 확신이 없었고, 부정적인 생각으로 가득했을 때였다.

3차에는 냉동 배아가 몇 개 나오지 않았고 여러 상황이 희망적이지 못했기에 이번엔 실패하면 끝이다. 안되면 그냥 혼자 살까? 이렇게 힘들고 아픈데 계속할 수 있을까? 실패할까 봐 두려워'라는 생각만 떠올랐다. 회차를 거듭할수록 희망을 품기보다는 얼마나 좌절할지가 걱정되었다. 이식 후에 불면에 시달려서 멜라토닌을 먹기도 했고, 끔찍한 악몽에 소스라치게 놀라며 깨던 밤도 여러 번. 결국, 나는 이 극도의 불안을 이기지 못하고 공황발작까지 왔었다. 하지만 나는 이 악조건 속에서도 예쁜 두 아이를 만났다.

난임을 겪고 있는 부부들에게 꼭 해주고 싶은 말은 당신이 긍정적인 마음을 갖지 않아도, 불안해도 괜찮다는 것이다. 조금 좌절하고 낙심한다고 해서 임신에 실패하지 않는다. 우리에게 올 아이는 그 어떠한 악조건 속에서도 반드시 만나게 되어있다. 그러니 마음을 내려놓겠다고 애쓰지 말고 충분히 불안해하고 당신의 자연스러운 감정들을 그대로 흘러가게 두어라.

당신의 가장 행복한 시절은 아직 오지 않았다

나는 난임을 겪으면서 마음이 너무나도 힘들고 좌절할 때면 좋아하는 글귀를 찾아 읽곤 했다. 글을 읽으면서 한바탕 시원하게 울고 나면 나의 어깨를 토닥여주는 것 같은 위로를 받고 다시 일어설 수 있었다.

나는 이제 안다. 견딜 수 없는 것들을 견뎌야 하고 받아들일 수 없는 것들에 지쳐 당신에게 눈물 차오르는 밤이 있음을.

나는 또 감히 안다. 당신이 무엇을 꿈꾸었고, 무엇을 잃어 왔는지를.

당신의 흔들리는 그 그림자에 내 그림자가 겹쳐 있었기에 절로 헤아렸다.

입에서 단내가 나도록 뛰어갔지만 끝내 가버리던 버스처럼,

늘 한 발짝 차이로 우리를 비껴갔던 희망들.

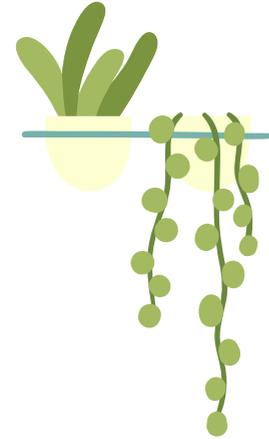
당신, 애썼다. 사느라, 살아내느라.

여기까지 오느라 애썼다.

부디 당신의 가장 행복한 시절이 아직 오지 않았기를 두 손 모아 빈다.

[장희재, '어쩌면 내가 가장 듣고 싶었던 말' 중]

모든 난임 부부들에게 당신들이 가장 행복해질 시간이 다가오고 있음을 잊지 말고, 절대 포기하지 말라고 말해주고 싶다. 마지막으로 나의 인생에서 가장 힘들었던 시험관이란 여정을 함께해주시고 너무 예쁜 두 아이를 만나게 해주신 000 선생님께 감사드린다는 말을 전하며 이 글을 마친다.



천천히 와도 괜찮아

입선 - 김OO

아기야
 기적 같은 너를 만나기에
 더 준비해야하는 것을 알려주는
 아기야

너를 이토록 붙잡고만 싶은데
 손가락 사이 모래처럼
 바람 따라 스르륵 스쳐지나가는구나

나야
 조금 전 불던 그 세찬 바람은
 이미 저 멀리 지나갔다네
 나야
 너무 슬퍼하지 말아

아기야
 더 어여쁜 것을 담아오려고
 아장아장 느린 걸음이지만 반드시 찾아 올 테야

이렇게 또 한 번 희망을 알려주는
 아기야
 천천히 와도 괜찮아
 암, 그렇고 말고



포기하지 않으면 부모, 엄마가 될 수 있다.

입선 - 이OO

2012년 12월 어느 겨울날, 일회성 자원봉사활동으로 인연이 되어 2013년 3월 연애를 시작해 친구에서 연인으로, 2017년 11월에 연인에서 부부로 남편과 저의 나이 27살부터 결혼생활을 하게 되었습니다. 연애 시절부터 남편이 아기를 너무나도 좋아했던 터라 지나가는 아기만 봐도 웃는 모습이 너무나 인상 깊어 우리 둘을 꼭 닮은 아기는 낳아야겠다는 결심은 그리 어렵지 않았습니다.

둘 다 20대 중반 젊은 나이에 속했고, 당연하게 피임을 하지 않으면 바로 임신이 될 거라는 생각에 신혼여행 때부터 피임은 따로 하지 않았습니다. 생리통은 심한 편에 속해 있었지만, 생리도 한 달에 한 번씩 28일 주기로 하는 편이었고 남편도 음주만 할 뿐 흡연은 단 한 번도 해본 적 없는 사람이었습니다. 한 번에 임신이 되는 거 아니냐고 너스레를 떨며 걱정 반, 설렘 반으로 신혼여행을 갔다 온 직후 임신테스트기를 했던 기억이 납니다. 제 인생 처음으로 임신테스트기를 했던 순간이라 매우 떨렸는데 한 줄을 봤을 때의 아쉬움이 커서 잊혀지지 않지만 아직은 젊고, 기회는 많다는 생각이었습니다. 연애 때 하지 못한 신혼부부만이 즐길 수 있는 그 시기를 제대로 즐기자 하여 그동안 가지 못했던 여행과 캠핑, 쇼핑을 즐기면서 시간을 보냈지만 1년이 흘렀음에도 자연임신은 되지 않았습니다.

이제는 무슨 문제가 있는 게 아닌가 싶어 걱정되기 시작했고, 산부인과에 대해 인터넷 검색하다가 찾아보게 된 글에는 '먼저 난임병원으로 가세요. 젊을 때 하루라도 빨리 가는 게 장땡이고, 나이가 깡패예요.'라고 했던 그 말이 떠올라 2018년 12월 의정부에 난임센터도 함께 운영하는 여성병원에 가서 피검사와 초음파 검사를 받았 습니다. 결과상 아무런 이상이 없으며 클로미펜(배란유도제)을 복용하고 정해진 날짜에 관계하라는 이야기를 들었습니다. 클로미펜을 복용 후 난포가 양쪽 다 합쳐 5개가 자라서 쌍둥이 자연임신 되는 거 아니냐고 걱정을 했지만, 결과는 실패로 끝났

습니다. 의사 선생님께서도 꽤 젊은 나이에 3개월 동안 클로미펜 복용하고도 자연 임신이 되지 않는 거라면 나팔관폐쇄로 자연임신이 어려운 걸 수도 있으니 나팔관 조영술을 해보라고 해서 하게 되었습니다. 결과는 정상이었고 그 후 계속해서 임신 시도를 했지만, 테스트기에는 계속 한 줄이 보이니 점점 힘이 빠지기 시작했습니다. 남편에게 문제가 있는 게 아닐까 싶어 정액검사를 했으나 결과는 활동성, 모양, 양 모든 게 정상이었고 자연임신 해도 문제없고 충분하다는 의사에 소견을 듣고도 매 달 임신 시도를 했지만, 또 실패했습니다.

'우리 둘에게 문제는 없다는데 왜 생기지 않는 걸까?' 사실 일에 대한 욕심을 버리지도 못했고, 사회생활을 하며 버는 급여도 포기하기 어려워 문득 내가 아직 아기가 간절하지 않은 건가 싶은 생각도 들 때도 있었습니다. 그러면서도 남편과 저를 닮은 아이 한 명은 꼭 낳고 싶었기에 매달 배란 테스트기를 써가며 배란일을 확인하였고, 임신테스트기 한 줄을 볼 때마다 속은 매우 타들어 갔지만 '곧 두 줄이 보이겠지.'라고 생각했습니다. 그러나 야속하게도 희망 고문으로 버려진 임신테스트기만 수십 개가 되어갔고 '또 한 줄이구나. 이건 내가 임신이 정말 간절한가 보다.'라고 인정하게 되니 흐르는 눈물을 멈출 수가 없었습니다.

자연임신이 어려워 시술을 했다는 지인의 추천을 받아 서울 신설동에 있는 난임병원을 가게 되었습니다. 의사 선생님께서는 저에게 1년 정도 자연임신 시도를 했음에도 임신이 되지 않는 걸 난임이라고 했습니다. 그 말씀을 듣고 앞에선 티는 내지 않았지만 '에이 설마 우리가 난임이겠어?' 했던 우려한 마음이 현실이 되어 버린 것이 너무 슬프고 비참했습니다. 전 병원에서의 검사결과지를 가져가니 결과는 정상이라 저번과 같이 클로미펜을 복용하면서 임신 시도를 하라고 하셨지만, 결과는 또 실패. 이제는 정말 자연임신 시도만 거의 2년이 되어가는데도 임신이 되지 않으니 우리 부부가 난임에, 자연임신은 어렵다는 걸 인정하는 셈이 되어버린 것이 저를 우울하게 만들었습니다. 나이는 젊지만, 원인불명이라는 우리 부부. '우리가, 내가 노력해도 안 되는 게 있구나.'를 뼈저리게 느끼게 되었고 자연임신 실패에 대한 실망감과 좌절감, 임신이 되어야만 이 끝이 끝날 텐데 언제 끝날지 모른다는 생각이 드는 막연함과 우울감이 제 마음속 깊이 자리 잡기 시작했습니다. 그때마다 흔들리는 저의 정

신과 마음을 잡아주며 “걱정하지 말자, 요새 의학 기술이 발달이 잘되어 있어서 다 잘될 거야.”라며 말해주는 건 하나밖에 없는 내 편, 저의 남편뿐이었습니다.

먼저 인공수정부터 시도해보자고 하여 19년 9월 1차 인공수정 시술을 하게 되었습니다. 혼자서 아침마다 정해진 시간에 주사를 놓고 경기도 지역 끝에서 서울까지 버스과 지하철을 오고 가며 근무하는 날을 제외한 쉬는 날마다 병원에 가야 하는 일상이 쉽지만은 않았습니다. 첫술에 배부를 순 없겠지만 그래도 제 인생 첫 시술인 만큼 처음에 잘됐으면 하는 마음이 간절하여 인공수정 시술을 한 날부터 피검사 결과를 받기 전날까지 퇴근 후 집에 오면 누워있기를 반복하며 지냈습니다. 피검사 하기 전날 혹시나 하는 마음에 임신테스트기를 해봤지만, 결과는 깨끗한 한 줄. 하늘도 참 잔인하시지. 이날 가장 친한 친구의 임신 소식을 듣고 화장실에서 혼자 눈물, 콧물 속 빼며 평평 울었습니다. 진심으로 친구의 임신을 축하를 해줘야 하는데 부러움 반, 질투심 반으로 둘러싸여 뻘뻘어진 마음 때문에 제대로 축하하지 못하는 저의 자신이 너무 싫었습니다.

난임을 겪어보지 못했을 때는 ‘어떻게 친구가 임신했는데 그렇게 해? 그래도 진심으로 축하해줘야지!, 나는 그렇지 않을 거야.’ 했지만 저도 똑같은 사람이 되어버렸습니다. 진심으로 친구의 임신을 축하해주지 못하는 저의 자신도 너무나 꼴 보기 싫었고, 어렵사리 친구에게 난임인 걸 밝혔는데 그걸 알면서도 저에게 축하받고 싶은 친구에게는 질투심과 미움이 공존했습니다. 어쩌다 지인의 임신 소식을 전해 듣게 되면 어디론가 숨어버리고 싶은 심정이었고, 저에게 오랜만에 연락해서 안부 인사로 ‘잘 지내?, 별일 없지?’라는 말도 ‘좋은 소식 없니?, 임신했어?’라고 물어보는 기분이 들었습니다. 이렇게 안부를 물어보는 것마저도 가볍게 넘기지 못해 몸도 마음도 지쳐 더 예민한 반응을 보이게 됐고, 이러한 감정은 제 스스로를 괴롭게 하면서 급기야 지인들과의 연락 자체를 회피하고 차단하며 고립되어 갔습니다. 지금에서야 생각해보면 가장 고맙고 위로가 되어줬던 사람은 저에 대한 소식이 궁금해도 쉽게 물어보지 않고 아무 말 없이 묵묵히 기다려준 사람이 아니었나 싶습니다. 저 또한 지인이 결혼했음에도 임신 준비하는 것은 알지만, 소식이 없거나 저처럼 난임인지 아닌지 모르겠지만 아기가 아직 없을 때 아무 말을 하지 않고 있는데 그것이야말

로 사람을 배려하고 존중하는 방법이라 생각합니다.

고작 인공수정 한 번에 마음이 어그러져 버린 저는 아무것도 하기 싫어져 다시 몸과 마음을 추스르기까지 3개월이란 시간을 흘려보냈고, 본격적으로 19년 12월 시험관 시술을 하게 되었습니다. 난임 카페에 검색해 본 결과 시험관 시술이 인공수정보다 조금 더 임신이 될 확률이 높다는 이야기를 보게 되었고 시험관 1차에는 당연히 바로 되겠다 싶었습니다. 단기요법으로 첫 채취 후 5일 배양 동결 배아가 3개가 나왔고, 3일 후 3일 배양 신선 중상급 배아 2개를 이식하게 되었습니다. 이번엔 정말 배아가 제 자궁에 착 달라 붙어줬으면 좋겠다는 생각으로 편하게 마음먹고 있었습니다. 전에 인공수정 시술 후 임신 테스트 한 줄을 보고 고배를 마셨기 때문에 이번엔 하지 않은 상태로 가서 피검사를 받았지만, 임신 수치는 13대였습니다. 착상은 됐지만 애매한 수치라며 화학적 유산이 될 확률이 높다는 이야기를 듣게 됐고 ‘1차에 되면 로또’라는 말이 있던데 그 말이 더욱 제 가슴에 와닿았습니다. 시험관 시술 확률이 전보다 많이 좋아져서 하게 되면 성공할 것이라는 기대감에 부풀어 있었던 저는 애매한 수치에 더 실망감이 컸고 눈물이 났습니다. 다른 부부들은 계획하지 않아도, 스치기만 해도 아기가 생긴다는데 나에게는 왜 이러한 시련을 주시는 걸까 하며 너무나 속이 상해 눈물로 하루하루를 보냈습니다. 그래도 임신 수치가 10 이상 나온 것에 희망을 걸고 동결 배아로는 반드시 성공 해야겠다 싶어 한 달 동안 꾸준히 영양제 복용, 걷기운동, 필라테스를 병행하며 몸을 만들었습니다.

그리고 저는 동결 1차에 임신 수치 180대로 임신이 되었습니다. 제 인생 처음으로 임신테스트기 두 줄을 보게 되었고, 콩닥콩닥 심장이 잘 뛰고 딱 붙어있어 줬으면 좋겠다는 마음으로 남편과 함께 콩닥이라는 태명까지 붙여주었습니다. 그러나 8주에 계류유산이 되어 콩닥이를 보내줄 수밖에 없었고, 약물을 먹고 자연배출을 하게 되었습니다. 병원에서 아기가 자라지 않는다는 소식을 들었을 때 저와 남편은 세상에 태어나 정말 많이 운 날 중 하루 일 겁니다. 너무나 초기라서 가족들에게도 차마 알리지 못한 임신 소식은 저희 둘만의 비밀로 묵혀둔 채로 서로 끌어안고 울부짖으며 서로를 달래주고 위로해 줄 수밖에 없었습니다. 이러한 상황에 누구에게라도 위로를 받고 싶어 자주 들어가는 카페에 글을 썼는데 누가 ‘엄마, 걸음이 느려서 미안

해요. 늦지 않게 곧 갈게요.'라는 댓글을 달아주었습니다. 그 댓글을 본 순간 저는 더 오열했고 이 댓글에 힘을 얻어 끝까지 포기하지 않고 반드시 임신 해야겠다는 생각이 들었습니다. 유산을 하는 것도 출산과 같다면 몸보신용으로 한약 한 재 지어 먹고, 유산 후 착상과 임신이 잘 된다는 이야기를 들어 두 달간 쑥뚝, 필라테스, 만보 걷기로 몸을 만들었습니다.

저는 유산 후 두 달 만에 다시 동결 2차를 시도했지만 임신 수치가 4점대로 처참하게 실패를 하게 되었습니다. 인공수정을 포함해 시험관 3차까지 실패하게 되니 이제는 손을 바꿔야겠다는 생각이 들어 다른 의사 선생님께 진료를 받으며 자궁경과 반복적 착상 실패검사를 하게 되었습니다. 그 결과 저는 자궁경에선 문제가 없었지만, 혈전이 잘 생기는 몸이라며 대학병원 진료의뢰서를 써주셨고 다음 시험관을 준비할 때는 아스피린 복용과 크녹산(혈전용해제)을 쓰자고 하셨습니다. 대학병원까지 가서 진료를 받아야 한다는 이야기를 듣고 적잖이 충격을 받았지만, 대학병원에 내원해 다시 한번 피검사를 하게 되었습니다. 수치를 확인해보니 저에게 혈전이 잘 생기는 질환이라며 이름도 생소한 병명인 '항인지질항체증후군'이라고 하셨습니다. 쉽게 말해 원인은 없지만, 혈전이 잘 생겨 자궁까지 혈액순환이 되지 않아 유산과 착상 실패가 잦아 생기는 질환이라며 임신이 됐을 경우 바로 크녹산을 쓰며 임신 유지를 하자고 하셨습니다.

솔직하게 시험관 3차까지 내리 실패하니 경제적인 것도 무시하지 못하겠고 몸도 마음도 너무 지쳐 몇 개월간은 모든 걸 내려놓고 쉬고 싶단 생각이 들어 다음 임신을 위해, 시험관을 위해 비용을 열심히 모으자는 일념으로 일에 더 집중했습니다. 사실 직장생활을 하면서 인공수정과 시험관을 준비한다는 것, 이 자체가 사실 굉장히 어렵고 숨기기 힘든 부분인데 아니냐 다들까 직장동료들의 입에 저에 대한 소문들이 오르내리면서 저를 힘들게 했습니다. 시술을 잠시 쉬고 있는 타이밍에도 다짜고짜 저에게 정말 시험관을 하는 게 맞는 건지 물어보거나 어쩔 수 없이 소위 말하는 난밍아웃을 하게 되니 "마음을 편히 먹어야 생긴대.", "조급할수록 생길 것도 안 생기니 조급하게 생각하지 마.", "아기 생각을 하지 않아야 오히려 생기더라.", "나는 흑염소를 먹고 임신이 됐어. 거기가 어딘지 알려 줘?" 등의 간섭과 끈대질에 시달리게

되었습니다. 누구보다 마음을 편하게 먹고 싶은 건 시험관 시술을 받는 저였음에도 그런 말들이 저의 가슴을 후벼 파서 더 이상의 난밍아웃을 하고 싶어지지 않게 되었습니다.

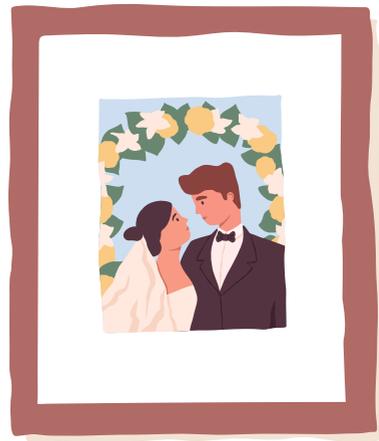
21년 2월, 될 때까지 해보자는 마음으로 잘 다니던 회사도 관두고 난임병원의 끝판왕이라고 불리는 병원으로 전원을 하게 되었습니다. 먼저 남편의 진료부터 받고자 찾아간 비뇨의학과에서 저희 부부의 과거력을 확인 후 남편의 고환을 촉진했고 정계정맥류가 의심된다며 바로 초음파 검사를 해보자고 하셨습니다. 결과적으로 남편에게 남성의 난임 원인인 정계정맥류가 있으며, 정액검사 결과 정상 정자의 모양이 1% 미만이라 수술을 권유하셨고 두 달 후에 수술하게 되었습니다.

이때 저는 임신을 하루빨리 성공하고 싶은데 갑작스럽게 남편에게 문제가 생겼다고 수술까지 해야 한다는 이 상황들이 저를 더 지치고 힘들게 만들었습니다. 시간이 지체되는 일이 생길 줄 몰랐던 저는 제 생각보다 더 길어지는 난임 기간과 난임 치료 때문에 저란 사람의 인생이 없어지고, 지워지는 것 같은 느낌이 들어 깊은 우울감에 빠져서 며칠 동안 헤어 나오지 못했습니다. 그렇지만 화학적 유산과 계류유산, 착상 실패에 대한 경험을 다시 겪고 싶지 않았습니다. 이번엔 장기요법으로 해보자고 권유받아 25개의 난자 채취를 했고, 동결 5일 배양 10개가 나왔습니다. 그러나, 혈노와 더불어 어마어마한 양의 복수가 차서 이식하기 힘들다며 한 달 동안 쉬게 되었습니다. 쉬는 동안 철저하게 임신 준비하고 싶어 이식 전부터 새벽같이 일어나 유명한 한의원에 줄을 서서 한약을 지어 복용했고, 1대1로 필라테스, 좌욕 및 반신욕 15분~30분씩 하기, 날씨 상관없이 매일 오전보 이상 걷기, 훈제란, 소고기 등 단백질이 많이 들어간 음식으로 먹기, 기존에 복용하던 영양제를 변경하여 복용하기 등으로 몸을 만들고 임신 준비를 하였습니다.

그리고 9월 생리가 시작되고 저는 그토록 바라던 두 번째 임신이 되었습니다. 5일 배양 이식 10일 차에 피검사 결과 139로 안정된 수치였고 순서대로 아기집, 난황, 심장 소리까지 듣게 되어 난임병원을 졸업하게 되었습니다. 전과 다른 성공 비법이 라면 프롤루텍스 하루 2번, 36주까지 아스피린 복용과 12주까지는 매일, 그 이후엔

이틀에 한 번씩 37주 5일까지 크녹산을 맞았습니다. 남편과 저는 저희에게 다시 찾아와준 소중한 아기가라 생각하고 ‘무조건 건강해라, 건강하게 태어나라.’라는 의미로 태명을 건강이라고 지어줬습니다. 그리고 2022년 5월 저는 제 인생의 보물인 건강 이를 2.53kg 태명 그대로 건강하게 낳았습니다.

길다면 길고 짧다면 짧은 저의 난임 기간은 17년도 11월 자연임신 시도부터 21년 9월 임신이 되기까지 헛수로 약 5년이란 시간이 걸렸지만, 저와 남편은 포기하지 않았습니다. 시술하면서 체력도 중요하지만 포기하지 않는 정신력이야말로 난임을 극복할 수 있는 가장 큰 원동력이라 생각합니다. 아무런 노력 없이 마냥 아기를 기다린다고 오는 건 아니라는 걸 난임 기간을 겪으면서 느끼게 되었고, 포기하지 않으면 엄마가, 부모가 될 수 있다고 생각합니다. 난임이란 긴 터널 끝엔 반드시 아기가 반겨 주고 있으니 포기하지 않으셨으면 합니다.



세상이 싫어 동굴로 들어갔던 나

입선 - 이00

결혼한 후 만나는 사람들 마다 “아이는?”이라는 인사로 시작했고, 그때 마다 내가 할 수 있는 온갖 핑계를 생각해 내야 했다. 결국 나는 모든 세상의 문을 닫았다.

사람을 만나지 않았으면...

나는 매번 욕심을 내지 않았다고 생각했기에 억울한 심정부터 들었다. 결혼을 하고 아이를 갖고 낳아서 행복하게 사는 것이 꿈이었는데, 이걸 당연한 길이 아니었다 보 다. 시간이 지나자 나도 조금해지기 시작했다. “정말 나에게 어떤 문제가 있는 것은 아닐까.”

나에도 문제가 있다고 판단한 순간, 검색을 시작했다. 난임, 자연임신으로 카페에 들어가 보니 여러 사연들이 있었고 무게가 있는 글이었다. 난 더 무서워졌다. 아 이 거 병원에 간다고 해결되는 것이 아니구나, 나는 돈도 없는데 몇 백의 돈을 어떻게 감당하지. 알면 알수록 나는 전진하기 보다는 후진하고 있었다. “차라리 아무것도 해버리지 말자”

그렇게 난임 병원에 가기까지 검색 후 1년이 지났다. 나는 자연임신이 되리라고 믿 으면서 성실히 배란일과 가임기를 체크했고, 몸에 좋은 음식도 걸러 먹었다. 운동도 시작했고, 매사에 긍정적으로 생각하려 했고, 감사함도 잊지 않았다. 그러나 시간만 흘러갈 뿐이었다.

시간이 흘러 35세가 다가오고 있었다. 35세는 노산을 결정하는 나이이다. 35세면 청춘인 것 같은데 노산이라니. 그래서 어렵게 병원에 갔고, 대기실에 앉아있는 무거 운 공기를 경험했다. 숨이 막혔다. 선생님은 잘 될 거라고 말씀하셨지만, 언제 어떻게 될 건지는 누구도 모른다고 하셨다.

인공수정 1차, 2차, 3차가 끝나자 벌써 1년이 지나있었다. 매달 시도하기엔 직장을 다니면서 휴가를 내기 무리가 되었고 호르몬제 때문인지 심리상 압박 때문인지 우울증이 심각해졌다. 이뤄놓은 것은 없는데 시간이 지나고 있었다.

“인공수정으로 가능할 것 같은데 이상하네요, 시험관으로 시도해볼까요?” 나를 위 해 최선을 다해주는 의사 선생님도 시간이 지나면서 미안해하시는 기분이었고, 시험관시도가 무서워 난 또 병원가기를 멈췄다.

시험관 1차가 지나고 나는 병원을 옮기기로 했다. 그리고 검색을 다시 시작했다. 한 동안 카페에 가지 않았는데, 이 선생님이 좋다 저선생님이 좋다. 그 말에 이리저리 갈팡질팡하고 있었다. 난임이 진행될수록 나는 없어지고 이리저리 흔들리고 **숨사탕** 처럼 작은 말에도 구멍이 뚫리고 사람도 세상도 다 싫고, 나는 정말 무서웠다.

결국 나는 “기대하지 말자, 상처받지 말자”라는 자포자기 상태까지 와버렸다. 몸은 병원을 향했으나 기계적으로 담백하게 하면 내가 상처 덜 받겠지 않을까. 마음을 자 물쇠로 잠가 버린거다. 항상 다음을 기약해야 했으니, **시간과 돈은 계속 스쳐 가는 데 나는 무기력해졌다.**

모든 것을 내려놓은 어느 날. 나는 시험관에 성공 드디어 임신을 했다. 난황을 보고, 심장 소리를 듣고 끝날 때 까지 끝난게 아니라는 마음으로 소중하고 정성을 다했고 매주 매주 아무 일 없이 빨리 지나갔으면 좋겠다는 바람 뿐이었다. 아이는 건강하게 태어났다.

소중한 내 아이. 그동안의 우울, 좌절 등 온갖 검은 생각에 휩쓸렸던 지난날이 기억 나지 않을 정도로 아이는 내게 많은 웃음을 주었다. 몸은 힘들어도 감사했고, 앞으로 더 열심히 살 원동력이 되었다. 그리고 나는 시험관으로 둘째는 현재 임신 중이다. 10월이면 둘째도 태어난다.

난임을 겪으며, 가장 힘든건 감정의 소용돌이 였다. 주사를 맞고, 호르몬제를 먹고

의사가 하라는 건 다 할 수 있는데, 감정이 무너져 내리는건 순수히 내가 받아들여야 하는 내 몫이었다. 중독처럼 매일 들락날락하며 다른 사람의 감정까지 내 일인 것 마냥 무게를 두었던 카페 활동을 끊었다. 밤에 잠도 잘 오지 않아 커피도 끊었다. 불필요한 만남도 자제했다. 마음이 무거워질까봐 덜고 또 덜었다.

난임 과정이 한번 했다고 익숙해 지는 것도 아니었다. 둘째도 시험관을 통해 소중하게 얻었는데 울고 웃고 감정의 파도가 격동 다. 내가 할 수 있는 건 단 하나. 작은 것도 감사하고 언젠가 되리라는 믿음을 잃지 않는 것.

다음 달이면 둘째가 태어난다. 둘째는 임신성 당뇨에 철분 부족에 지금은 치질까지 왔다. 매일이 감사하면서도 몸은 힘들지만 이 또한 지나가겠지. 감사함을 갖자라고 나를 다독인다. 또 동굴 속으로 들어가고 싶지 않아 첫째를 보며 마음을 다잡는다.

지금도 난임으로 인해 마음 아파할 나의 동지들. 그 마음이 얼마나 간절할지를 알기에 마음이 쓰라리고 아프다. 그리고 내가 건네는 말이 그들에게 상처가 되지 않을까 싶어 말을 아끼게 된다. 난임의 긴 터널을 지나온 나는 그들에게 좋은 의사, 좋은 습관 등 그건 사람마다 다르기에 답이 없다고 생각한다.

하지만 분명한건 본인을 믿고 한 발짝이라도 나아가는 것, 그것이 결국 소중한 아이로 다가올 것이라는 믿고 의심하는 시간을 줄였으면 좋겠다. 된다, 반드시 된다. 그 과정이다. 를 되새기며 우리 한 발짝씩 나아가 보자. 그 끝은 아무도 모른다. 하지만 지금 내 마음은 내가 받아들이고 조절하고 감사해야 하는 것임을 우리는 알아야 한다. 모두의 꿈과 소망을 위해, 오늘도 기도하며 글을 마무리한다.





Activity

| 2022년 단체 주요활동 |

| | |
|----------------------|----|
| 아가야 프레그넌시 지원사업 | 70 |
| 힐링캠프 | 74 |
| 아가야 보듬이 지원사업 | 82 |



■ 아가야 프로그래밍 지원사업

1. 난임가족 자조모임 교육 “DD맘의 날”

DD패밀리란? (D-Line Dream Family)
자녀출산에 대한 간절한 소망을 가진 가족을 말함

추진배경

- 난임가족의 감정을 지지하고 이해해주는 사람과의 공감대를 형성하여 응원해 주는 지지모임으로서 무엇을 힘들어 하는지에 대한 방향제시
- 난임에 대한 여러 가지의 원인과 시술 부작용, 증후군과 치료방법에 대한 근거 있는 정보제공
- 난임가족이 당면한 현재의 단계를 잘 설명해줌으로서 앞으로 닥쳐올 상황을 잘 극복하도록 지도함

추진내용

- 사업대상자 선정 방법
 - 모집대상 : 난임가족
 - 대상수 : 각 지역별 참석인원 10명 ~ 20명
- 수도권 지역
 - 일정 : 매월 셋째주 수요일 오후 2시 모임 개최
 - 장소 : (사)한국난임가족연합회 교육센터

성과

30명 모임참석(1월~10월)

2. 미세영양소 지원사업

추진배경

- 체외수정기술 전 생식기 환경 최적화에 필요한 영양보조제를 제공함으로써 안전한 임신성공을 기대함.
- 경제적으로 어려운 난임 가정에 나눔의 혜택과 안전한 임신성공을 기대함.

추진내용(1월 ~ 10월)

- 난임가족 자조모임시 난임부부에게 미세영양소 지원.
- 연간 남성용 미세영양소 1개월분 210개 제공
- 연간 여성용 미세영양소 1개월분 210개 제공
- 연간 엽산제 3개월분 732개 제공
- 연간 마이시톨 1개월분 180개 제공
- 연간 지투온 메타바이오틱스 유산균 650개 제공



2022년 1박2일 힐링캠프

“된다! 된다! 꼭된다!”

목적

- 난임극복교육을 통해 건강한 임신 및 출산을 기대함.
- 난임인식개선 캠페인을 통한 사회적 편견 해소 및 출산을 향상 기대함.
- 국가적으로 저출생 문제 해결에 기여하고 난임부부의 아이 낳을 권리 향상과 복지환경 개선을 기대함.

목표

- 1박2일 힐링캠프를 통한, 난임극복 프로그램 수료
- 전문의 솔루션요청을 통한, 난임문제 해소 방법 제시
- 동료 멘토링을 통한, 난임정보 및 실제 경험을 공유
- 함께 소통하고 공감하기(함소공)를 통한 스트레스 해소 및 심리적 안정에 기여
- 자녀출산을 간절히 소망하는 난임가족에게 올바르게 적절한지도 및 조절
- 난임전문상담가를 통한, 난임극복을 위한 대안제시

대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 전국 난임가족
- 모집방법 : 현재 난임을 겪고 있는 난임가족은 누구나 신청 가능
- 선정기준 : 선착순 우선 원칙 및 난임부부참여
 - 대상 수 : 160명
 - 장 소 : 남이섬
- 행사일정

| 구분 | 월 | 모집기간 | 1박2일 힐링캠프 | 비고 |
|----|-----|------------------|-------------------------|-----|
| 1차 | 6월 | 2022.5.01~6.10 | 2022년 06.11(토)~06.12(일) | 40명 |
| 2차 | 7월 | 2022.6.01.~7.08 | 2022년 07.09(토)~07.10(일) | 40명 |
| 3차 | 9월 | 2022.8.01~9.23 | 2022년 09.24(토)~09.25(일) | 40명 |
| 4차 | 11월 | 2022.10.01~11.25 | 2022년 11.26(토)~11.27(일) | 40명 |



참가자 후기

오기전까지도 걱정일파하도 너무 많았습다
 기쁜 다른 분들라 잘 어울릴 수 있음까 죽은 시간이
 될수 있게 걱정이 많았는데 체험라 질의응답때간
 멘토링 시간 까지 야드래 할된 시간이 이년전도
 알란 시간 아셈다.

비슷한 경험 가진 분들라 생각을 바꾼 나눈 시간은
 정말 보습해다
 죽은 시간을 만들어주셔서 감사해드-

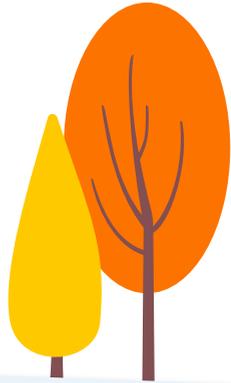
너무좋은 환경과 너무좋은 숙소, 너무 좋은 프로그램과 일정
 너무 좋은 사람들의 소통이 좋았습니다.

어느한가지 부족한 없이 모든 시간이 알차고 소중한
 기억으로 나를 시간들이었습니다.

이렇게 좋은 시간 만들어주셔서 정말 감사합니다.^^



‘힐링캠프’에서 힐링이라는 것을 마음껏
 느끼 갑니다. 난영에 대한 고민을 함께
 하는 부부들을 만나고, 나 혼자만의 고민과
 고통이 아닌.. 함께 겪는 어려움이라는 인식을
 갖게 되고.. 점점 더 용기라 희망을 얻어갑니다.
 좋은 프로그램이 참여하노 참 잘했다는
 생각입다. 된된꼭 ~ ^^
 힐링캠프 내게서도 더 의무적으로 노력해주시고..
 감사 합니다 ~ 리게자 여려분 손목 수리
 많습어드. ^^



2세 준비를 하며 많이 지치고 고민되는 날들이 많습어드
 이번 된된꼭 1박2일 힐링캠프에 참석할수 있는
 기회를 주셔서 너무너무 감사드리며
 힐링 많이 되고 도움도 정말 많이 되었습다.
 지음해 주신 스태프분들 고생 많이하셨고
 이렇게 좋은 일이라 감사드리며 고맙습다.
 이번 캠프를 계기로 곧 저희에게 좋은 선배
 @사귀기 많이 의상치 입습다.
 저희에게 세뱃. 아가 찾아오면 꼭 연락드리고
 감사의 말씀 전하고 싶습다. 감사드립니다.
 너무너무 고생 많이하셨습다. 된된꼭?
 된다 된다 꼭 된다! 헤어리!



산영 가족끼리 정로교류, 소통 할수 있는 좋은
 시간이 되었으며
 보다 전문적인 지식을 습득 할수 있었습니다.
 여가서 보고 느꼈점을 잘 기억하여
 꼭 좋은 결과가 있을수 있도록 하겠습다.
 이런 프로그램이 보다 자주 있어 보다 많은
 산영 가족들이 희망을 가질수 있었으면 좋겠습다.





라이프의 누구로 표현시키 제학이 할리 못하산
 많습니다. 와남이 제밤 잘 앓다근 생크이
 습니다. 밤 취리 그대로 힐링이 된 기분입니다
 스트리트와 관계자 분들께 감사드립니다.
 제와도 함께 꼭 응원주세요 하겠습니카.

우리가 정말고도 이렇게 많은 분들이
 같은 고민을 가지고 계시고,
 모두 힘들지만 희망을 같이 많이
 각자 할수 있는 최선을 다하고
 있는 모습에 감동받고 힐링이
 되었습니다.
 이런 좋은 자리를 마련해 주신
 난임 가족연합회에 진심으로
 감사드립니다.



난임생활이 길어지며. 몸도 힘들고 마음도 힘들 때가 있었습니다.
 된뒤 꼭 난임 힐링캠프는 반반반이하에 참여했는데
 프로그램도 너무 귀찮이 말처럼 좋았으며 유익한 시간들 보낼 수
 있어서 좋았습니다.
 저의 난임생활에 많은 용기와 활력을 주신 난임가족연합회 관계자분들도
 너무 감사하고 영정적인 주강수 생애 도근 또한 너무 감사했습니다.
 용기와 희망을 얻고 곧 난임생활은 졸업하도록 하겠습니다!!
 되다 되다 꼭 되다!! 너무 너무 감사합니다.♡♡



전원까지 도움이 많은 정보 얻고 같이 고민하는 분들과
 이야기 하며 마음의 치료가 된느걸이예요.
 장소 또한 너무 좋아서 난임 선술과정과 일상생활에
 힘든 모습 좋은 힐링 기도가 된것 같아 너무 행복한
 시간이었습니다.
 다음에는 된뒤 꼭 참석하지 않기를 기도하고
 꼭 좋은 소식이 오길 기도하게 됐어요.
 그러나 이런 좋은 재료가 다양하게, 다양한 분야에
 이루어 졌으면, 참석할 기회가 ~~있~~ 있었으면
 좋겠습니다.

되다 되다 꼭 되다 ♪ 최고.



원님이름에 몰두 있어서 너무 좋습니다.
 자연은 가까이서 접할 수 있고, 좋은 경치와
 좋은 공기를 만끽할 수 있는 기회가 주어져서
 참으로 감사하게 생각합니다.
 비슷한 경험을 가진 사람들과 어울려서 이야기도
 나누고, 정보도 얻고... 거기다 다양한 체험까지
 프로그램의 이름이 무색하지 않을 만큼
 힐링을 제대로 하고 갑니다.
 감사합니다 M ☺



참가하게 해주셔서 감사합니다.
 저는 약자인입니다. 수업은 어려웠지만,
 화상을 보거나 머리가 아파져 주거나
 해서 이해 했습니다.
 그냥 아이들 같 싶은 것 만으로는 안 되겠네요.
 이해를 깊게 해서 돌아서 준비를 잘
 하지 않으면 안 된다고 느꼈습니다.
 감사합니다 ㅎㅎ



강정교유와 의사소통을 해면서
 많은 위로를 받을 수 있었다.
 시험관을 시작하면서 처음으로 위로받고
 응원 받기 위해서 너무 행복했다.
 그리고 신남아 함께 방내
 "된다 된다 꼭 된다"
 들 되며 서로를 위로하고 같이 희망은
 힐링캠프 스태프님들 정말 정말 감사했습니다.
 존경합니다 ㅎㅎ ☺



남이섬에서 체험 형식의 프로그램이라
 지루하지 않고 재밌었다.
 특히 바 강도가 좋아 여행 기념이
 많이 내서 힐링이 많이 되었다.
 남편과 도토리 남편과 아이에 대한
 이야기를 나눌 수 있어 좋았다.
 특히 나에게 남편 관련 이야기를 잘 되어 줬을 수
 있었는데 짧게라도 공감 되는 이야기를
 나눌 수 있어 스트레스가 많이 풀렸다.

다시 한번 시험관이 원하는 자세를
 갖라든지 리워드립니다.
 훈육적인 힐링 프로그램 마련에 주셔서
 진심으로 감사드립니다.
 힐링팀·사무국장·스태프님들 감사드립니다.
 된다! 된다! 꼭 된다!
 진짜 된다!

(사)한국난임가족연합회 공익사업 아가야 보듬이 지원사업

추진배경

- (사)한국난임가족연합회에서는 아이소망 난임가정에 체외수정시술비를 지원하는 아가야 보듬이 지원사업을 주최하고 있습니다. 이 사업은 난임시술 건강보험 7회 모두 받고도 임신에 실패한 난임부부를 돕기 위해 25개 참여병원과 제약회사의 사회공헌으로 이루어진 공익사업입니다.

추진내용

- 병원들의 지속적인 사회공헌 추가 동참 설득
 - 난임전문병원, 기업, 시민단체가 협력하여 체외수정시술의 기회를 공익지원 함.
 - 사회공헌 업무 협약을 체결(난임전문병원9, 기업3, 2008년).
- 사회적 약자를 지원하는 모범적인 의료봉사 네트워크 구축
 - 현재 전국지역 25곳의 우수병원 협약
 - 연간 연100쌍 체외수정시술 지원하고 있음(난임전문병원25, 기업3, 2020년)

성과

- 사업명 : 아가야 보듬이 지원사업(체외수정시술비 지원사업) : 지속사업
- 지원사업 결과(기간 : 2008년 4분기 ~ 2022년 3분기)
 - 지원수혜자 : 926명 || 임신성공자 : 159명
- ▶ 파급효과
 - 공익사업을 통한 아름다운 사회공헌의 실천
 - 난임가족 氣살리기 생명사랑 기여

참여병원



혼자고민하지 마세요! 걱정하지 마세요!

든든한 친구! 난임전문기관 (사)한국난임가족연합회가
난임의 모든 궁금증을 알려드립니다.

난임교육센터

**(사)한국난임가족연합회에서 난임가정 오뚝이맘을 돕기 위한
정서적 지원 사업입니다.**

- ① 난임예방 및 난임극복교육
- ② 난임을 잘 극복할 수 있도록 대응법, 대처법 지도
- ③ 올바른 난임 극복을 위한 정보제공
- ④ 난임상담



주제 및 교육 내용

♥ 난임에 대해 알고 싶어요

- 계획임신 & 난임이란?

♥ 난임교육 및 상담

- 맞춤 난임시술 종류 및 시술방법 교육 등
- 난임 시술에 관한 정보 및 부작용 등
- 난임극복 교육 및 상담

♥ 병원 방문시 알아두세요

- 이런 병원이 안심 되어요
- 시술실패시 어떻게 해야 하나요?
- 시술진행시 어떻게 해야 하나요?
- 난임병원 처음 방문하는데 두려워요?

♥ 식습관 교정

- 건강한 난자 만들기 프로그램
- 미라클 식단
- 생활습관 다지기
- 난소기능 끌어올리기

♥ 같이 대안을 찾아봐요

- * 동료 멘토링
- * 친구결연기관 : 대한사회복지회

♥ 감정(마음)코칭

- 대처·대응방법 (가족, 주변, 친구, 동료, 자기자신 등)
- 감정조절훈련법 지도

난임상담 ☎ 1899-1806 E : agaya505@naver.com





Column

| 난임예방 |

난임부부, 마음의 근육을 단련하세요! 88

난임부부, 마음의 근육을 단련하세요!

제가 일하는 단체에서는 매월 난임부부, 난임여성 자조모임 교육이 열립니다. 여기서 다양한 여러 이야기를 청취합니다. 공통적인 화두는 난임 치료 시기에 가족이나 지인들과의 관계에서, 사랑하는 마음이 깔렸음에도 불구하고, 대처가 안 돼서 어렵다는 이야기입니다. 이 시기에는 상처받을까 다른 사람과 소통하기 두렵고, 스스로 자괴감과 수치심에 괴로워하다가 정신적인 교류까지도 단절되는 경우가 많았다고 합니다.

더군다나 본인보다 늦게 결혼한 가족이나 친구의 임·출산 소식을 접하면 겉으로 태연한 척하고 축하의 말을 건네지만 마음 한편에는 속상함과 슬픔·질투 등이 북받쳐 올라 부정적인 생각을 숨길 수가 없었다고 토로합니다.

자조모임에서 나온 이야기 일부를 소개합니다.

“주변에서 난임 문제로 왜 병원에 다니는지 이해를 못 해요. 그래서 시술을 진행할 때 친정과 시댁 주변에 될 수 있으면 알리지 않아요. 실패하면 격려와 응원은 해주지 않고 단순한 관심을 보이거나 질타할까 두렵기 때문이죠.”

“저보다 늦게 결혼한 친구나 동서가 출산할 때 극심한 스트레스가 생겨서 제가 많이 피하는 편입니다.”

“스스로가 예민해지다보니 친정 부모님과 시부모님을 자꾸 피하게 됩니다. 명절이 제일 싫습니다. 난임부부라면 다들 그럴 겁니다.”

“난임을 아무렇지 않게 이야기하면 제가 별로 신경 쓰지 않는 줄 알고 너무 쉽고 경솔하게 이야기 해서 상처를 많이 받았던 기억이 있어요. 그 뒤로 정말 친한 친구 외에는 말을 쉽게 꺼내지 못해요.”

이렇듯 난임여성 대부분은 자신의 의지로 우울에서 벗어나야 한다고 여기고, 부정적인 생각이 비합리적이라고 느낍니다. 하지만 매번 시술에 실패하고, 주변의 임신 소식을 들으면 강단이 있는 난임여성이라도 자신의 의지와 상관없는 우울의 굴레에 갇혀 있는 상태가 됩니다. 안타까운 일이죠.

그렇다고 주저앉을 수 없는 일입니다. 지나친 스트레스와 우울은 면역체계를 악화시키는 것은 물론 임신을 더욱 어렵게 할 수 있습니다. 그러니 긍정적인 사고와 충분한 휴식·수면, 건강한 생식 식단 섭취, 유산소 운동 등으로 건강한 생활습관을 꾸준히 유지해 내 몸의 생식 건강을 강화해야 합니다.

주변 사람들은 난임부부가 어떤 일들을 겪는지 잘 모르고, 공감 능력과 이해력도 부족합니다. 들어주는 자세나 위로나 배려도 잘 알지 못합니다. 그래서 난임부부 스스로가 정서적 균형을 위해 '초긍정 마음력을 키워가는 것은 아주 중요한 일입니다.

난임부부를 위해 정서적 균형을 유지하는 방법을 소개합니다. 마음이 괴로운 난임부부가 정서적 건강을 얻는 데 도움이 되길 바랍니다.

정서적 균형을 위한 내 몸 생식 건강 사용설명서

- 규칙적인 운동하기
- 충분히 자고 충분히 수분 섭취하기
- 반신욕, 족욕, 난소마사지 하기
- 양질의 생식건강식단 챙겨 먹기
- 하루 30분 햇볕 쬐기

기대 효과

- 난자와 정자의 건강을 보호하고 유지
- 호르몬 균형, 호르몬의 생산·기능에 필요한 지방을 제공
- 임신에 중요한 영양 저장소를 구축하는 데 도움
- 건강한 생식시스템을 지원
- 에너지와 활력을 촉진



Sponsor
| 후원자 |

후원 참여 방법 92

후원 참여방법

(사)한국난임가족연합회의 후원자가 되시면 나눔의 행복을 11·11로 느낄 수 있습니다. 매년 11월11일은 부부가 자녀 둘 낳아 행복한 가정을 이루자는 의미의 생명사랑을 응원하는 날입니다. 난임은 어렵지만 충분히 임신이 가능한 상태를 말합니다.

후원금은 이렇게 사용되고 있습니다.

- 첫째. 아가야보듬이(체외수정)지원사업을 위해 둘째. 함소공 1박2일 힐링캠프 지원사업을 위해 셋째. 아가야 프로그래너시 지원사업 위해 넷째. 난임교육 및 상담센터 운영을 위해 다섯째. 난임인식개선 캠페인을 위해 여섯째. 전국자조모임 지원사업을 위해 일곱째. 작심8주 만보걷기 대회를 위해 여덟째. 정책연구개발지원사업을 위해

후원은 이렇게 해주세요

CMS 자동이체란 무엇인가요? CMS 자동이체는 금융결제원이 은행과 한국난임가족연합회의 협조로 기부자의 계좌에서 약정하신 기부금만큼 인출하여 한국난임가족연합회 계좌로 입금시키는 방식을 말합니다.

신청방법 : (사)한국난임가족연합회 홈페이지 www.agaya.org 팩스 : 02-3431-3383 이메일 : agaya505@naver.com

후원 입금 : 국민은행 434701-01-208654 예금주 (사)한국난임가족연합회

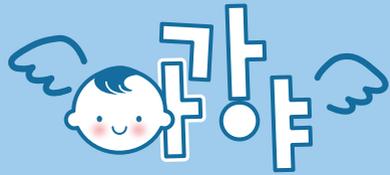
※ 한국난임가족연합회는 기획재정부에 등록된 기부금지정 단체입니다.

정기후원 단체/기업

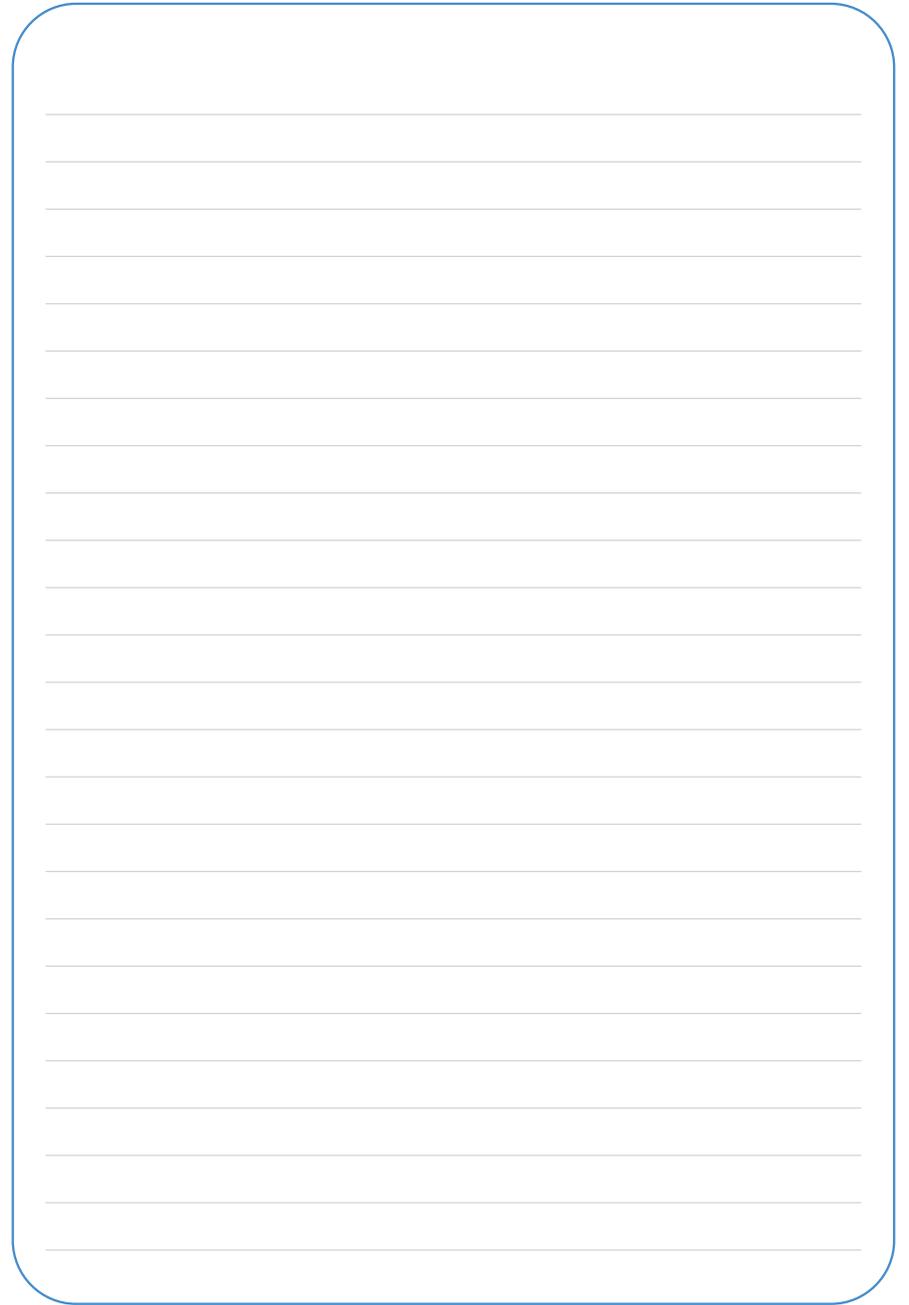
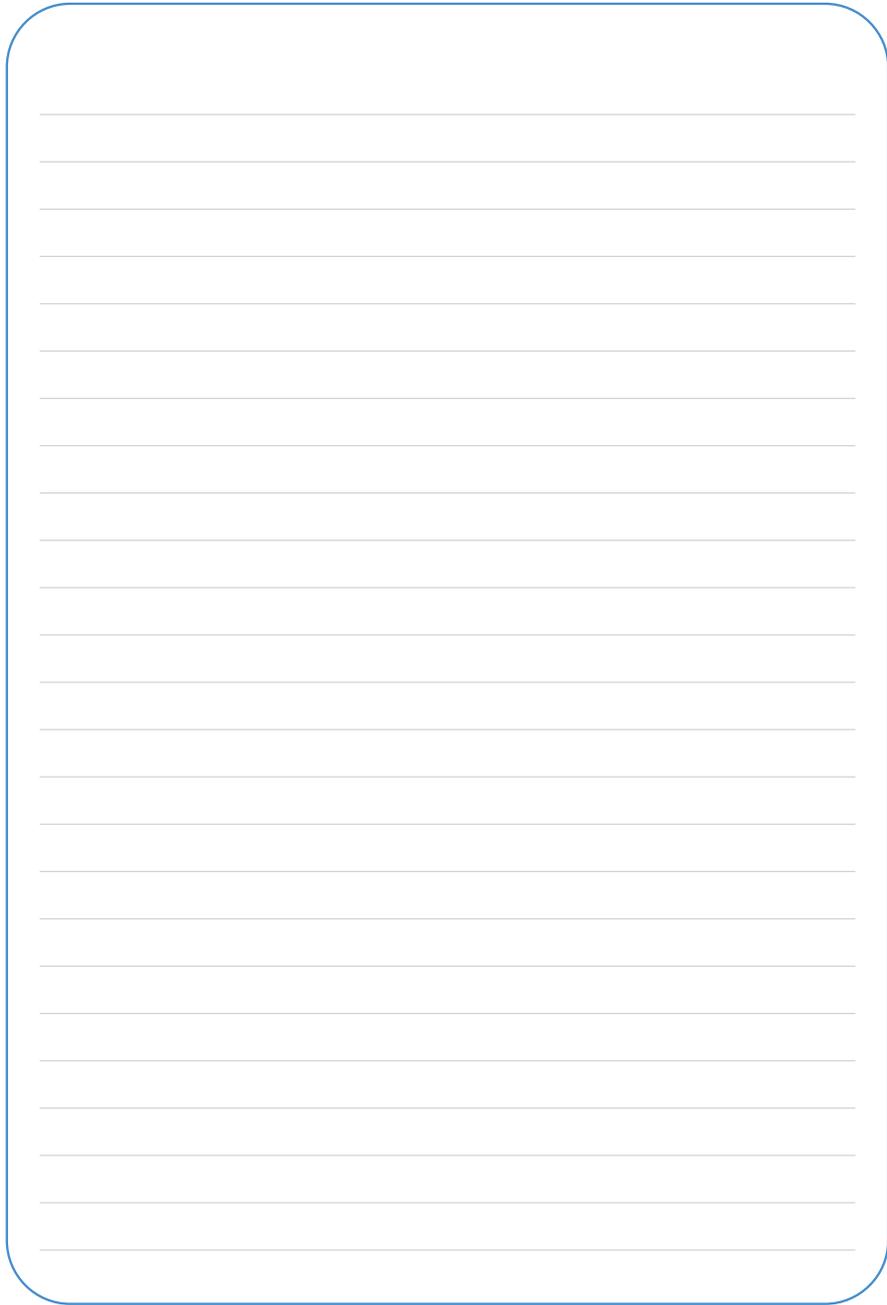


정기후원 개인 나눔을 함께 해주셔서 진심으로 감사드립니다.

- 강미숙 강옥순 강은미 강은영 가유희 강용평 강정은 강혜림 강희영 고경준 고정분 고혜원 곽은정 곽철원 구미숙 권송희 권순빈 권용대 권희연 길은주 김경인 김경환 김경희 김근영 김남수 김남의 김단영 김대기 김동우 김만희 김명희 김미나 김미정 김민조 김병환 김보민 김부임 김서은 김석률 김선기 김선미 김선연 김선정 김성남 김성훈 김세경 김세영 김수진 김신애 김연옥 김연희 김연희 김영 김영 김명득 김명미 김명선 김영선 김영숙 김영희 김옥현 김외옥 김용귀 김용훈 김은경 김은민 김은신 김은주 김은진 김은천 김재천 김재호 김정수 김정숙 김정은 김정은 김정은 김정희 김종대 김종만 김종석 김주희 김지수 김진호 김창구 김천봉 김하연 김현미 김현진 김협 김형기 김호경 김홍래 김화선 김환 나미연 남궁정식 남지에 남희선 노연희 노영주 노지영 류원재 류희조 문미란 문성대 문인숙 문인희 문정현 문화숙 민병엽 박건선 박경애 박근배 박미연 박미옥 박미향 박미혜 박병우 박삼미 박선미 박선영 박선희 박성진 박성진 박성희 박세나 박세란 박수경 박수진 박순영 박승배 박시용 박영란 박요안 박원엽 박은숙 박은실 박은주 박은희 박재홍 박정자 박주영 박지수 박지영 박지현 박지훈 박지희 박진 박진석 박춘선 박하균 박현자 박현진 박홍식 박희경 방정호 방지현 배성욱 배시연 배정순 백경미 백상열 백은정 백정임 백철호 변예나 서정숙 서지민 손미경 손지영 손진아 송민주 송민아 송봉석 송은아 송정순 송주영 송준호 송지민 송현주 신경림 신미란 신상희 신순옥 신예림 신종백 심민선 심민선 심수미 심정수 심효진 안병현 안성주 안정은 안혜진 양선경 양승일 양지훈 양혜순 엄미향 엄진영 여현경 예병완 오미경 오상아 오정민 오지혜 오현주 우원실 유기는 유미영 유민자 유선영 유선영 유선희 유숙경 유순이 유지숙 유진선 유진열 유진열 유준화 유태영 유화정 유희선 유희철 윤보라 윤수영 윤승현 윤언진 윤영삼 윤종훈 이현주 이건욱 이경은 이계형 이명희 이미은 이병선 이서영 이선화 이세희 이소연 이소영 이승미 이승백 이승한 이안나 이애리 이영주 이예진 이용환 이운영 이원정 이윤경 이은영 이은자 이인실 이재광 이재성 이재용 이재은 이재철 이재훈 이정미 이정민 이정수 이정욱 이주혁 이지연 이지영 이진수 이태원 이현범 이현수 이현아 이현정 이해란 이홍주 일호시스템 임미숙 임복희 임은주 장미라 장미화 장선화 장은영 장혜선 장효진 전보현 전선애 전승윤 전인호 전종원 전지영 전충섭 전현주 정경미 정경숙 정대석 정상환 정석구 정세희 정수민 정유미 정은경 정은병 정인숙 정주화 정진영 정태조 조경애 조미선 조성삼 조수연 조영애 조은주 조인주 조인화 조정은 조지수 조태형 조하연 조현미 조혜경 조혜정 조혜진 주은주 주진경 지성희 차은정 차지연 천미화 천정우 최경숙 최경진 최대환 최미진 최상우 최승용 최영미 최운식 최재선 최정화 최창기 최현숙 최혜선 추정희 하은주 하희정 한광민 한명숙 한미정 한성호 한우정 허국화 허미정 허혜영 현재희 홍성규 홍원준 홍윤미 홍은주 홍혜민 황영경 황영희 황원영 황혜정 비공개 후원자 등



난가연은 난임가족 여러분을 응원합니다.



HOTEL JEONGGWANRU

靜 觀 樓

NAMI ISLAND KOREA

호텔정관루는 나미나라공화국에 입국한 손님들을 맞이하기 위해 단장된 국립호텔입니다.
별빛, 달빛, 새벽 물안개와 함께하는 숲속에서의 하룻밤.
남이섬의 밤은 나미나라공화국을 사랑하는 사람들에게만 주어지는 아름다운 특권입니다.

Hotel Jeonggwangru is a national hotel that has been designed to welcome guests who visit Naminara Republic. A night in the woods with starlight, moonlight and mystic fog the next morning. A stay on Nami Island is a beautiful privilege for those who love Naminara Republic.

- 호텔정관루 예약 · 문의: 031-580-8000
- <https://www.namisum.com/hoteljeonggwangru>



나미나라공화국 남이섬
NAMI ISLAND KOREA



서울에서 한강을 따라 동쪽에서 63Km 지점에 가장먼처럼 청평 호수 위에 떠 있는 남이섬. 면적 46만 평방미터에 둘레는 약 5킬로미터에 이릅니다.

하늘까지 뻗어 오르는 나무들과 광활한 잔디밭 강물로 에워싸인 자연생태문화 청정정원 남이섬, 사슴이랑 타조 토끼들과 이름 모를 무수한 새들이 인간과 평화로운 삶을 나누는 곳입니다.

스물여섯에 사나이의 용맹이 꺾인 남이장군 남이장군묘가 있어서 남이섬이라 부르기 시작했습니다. 1965년부터 수재 민병도 선생의 손끝 정성으로 모래떡 땅콩밥에 수천 그루의 나무들이 가꾸어졌습니다.

평상시엔 육지였다가 홍수 댐 섬이 되던 동화나라 노래의 섬 남이섬 세계인의 꿈나라 나미나라공화국.

사랑을 들고 꺼내고 욕망으로 가득 찬 마음을 비우고 색깔 없는 삶의 짐들은 어딘가에 벗어둔 채 인간이 자연의 모습으로 진정한 자유를 누리며 태초부터의 평화를 함께 나누어 가는 곳입니다.



한국관광의 별, 남이섬에서 열정과 도전으로 미래를 함께할 패기있는 인재를 찾습니다.

(채용분야: 호텔 부문, 고객 부문, 기술 부문, 선박 부문)

인사팀 문의: wanted@naminara.com

2022 서울시 한의학 난임 치료 지원사업



목적 : 만혼과 고령출산으로 증가하는 난임부부에게 한의학 난임치료를 지원하여 경제적 부담을 경감하고 건강(잠재임신능력)을 향상시켜 자연임신을 유도함.

대상 : 원인불명의 난임진단을 받고 자연임신을 희망하는 난임부부
· 난임부부 공통 - 신청일 기준 6개월 이상 서울시 거주
· 여성나이 : 만 44세 이하(1977년 1월 이후 출생자)
※ 부부가 함께 치료받는 것을 권유합니다.

사업시행 : 2022년 3월 ~ 마감시까지

지원내역 : 한의학 난임치료(3개월) 협약비용 약 120만원(본인부담금의 90%)
※ 수급자 및 차상위는 본인부담금 전액지원

신청방법 : ① 서울시 임신출산 정보센터(<https://seoul-agi.seoul.go.kr>)

회원가입 및 사전 선별검사 실시

② 지원신청 : 부부(여성이 신청) 또는 여성(남성) 단독 신청

· 온라인 : 서울시 임신출산 정보센터(<https://seoul-agi.seoul.go.kr>)

· 온라인 신청 불가 시 : 난임자 거주지 자치구 보건소 직접 신청

문의 : 해당자치구 보건소, 120(서울시 다산콜센터) 및 서울특별시한의사회(02-960-0811)



난임 치료 · 난자동결, 역시 라헬입니다!

서울라헬여성의원

2019 난임시술 의료기관 평가 1등급
보건복지부 인공수정 · 체외수정술 지정 의료기관



공덕역 2번 출구 롯데시티호텔 3층 | 02-3286-7500

우측 QR코드를 스캔하시면 **홈페이지로 이동**합니다.



(주)아이젠파마코리아는

새 생명의 탄생과 난임 임신부의 건강에 책임을 다하는
차별화된 난임 치료 의약품을 공급하는
난임 치료제 전문 기업입니다.

- ✓ Swiss 세계 최초 수용성 프로게스테론 피하주사(자가주사 가능)를 허가, 판매
- ✓ UK 프로게스테론 질좌제(since 1996)를 국내에서 단독 판매
- ✓ 전문화된 글로벌 비즈니스 역량으로 난임 치료제 파이프라인 강화
- ✓ 난임 치료 효과와 안전성, 사용의 편의성에 중점을 둔 제품 개발
- ✓ 기업의 사회적 책임을 다하기 위해 회사 수익금의 일정 부분을 사회에 환원하는 "Society's Happiness" 시행

서울라헬여성의원
산부인과·난임의학연구소



(사)한국난임가족연합회
KOREA FEDERATION OF SUBFERTILITY FAMILY

(주)아이젠파마코리아는 한국컴패션, 플랜코리아, (사)한국난임가족연합회 등과 후원을 함께 합니다.

피부 광채와 맑은 피부결을 선사하는
지투셀 드로 미스트



EGF
 원목이버섯발효물
 피부 탄력, 피부 장벽 개선 도움



동백꽃수
 500,000ppm
 피부 광채, 진정에 도움



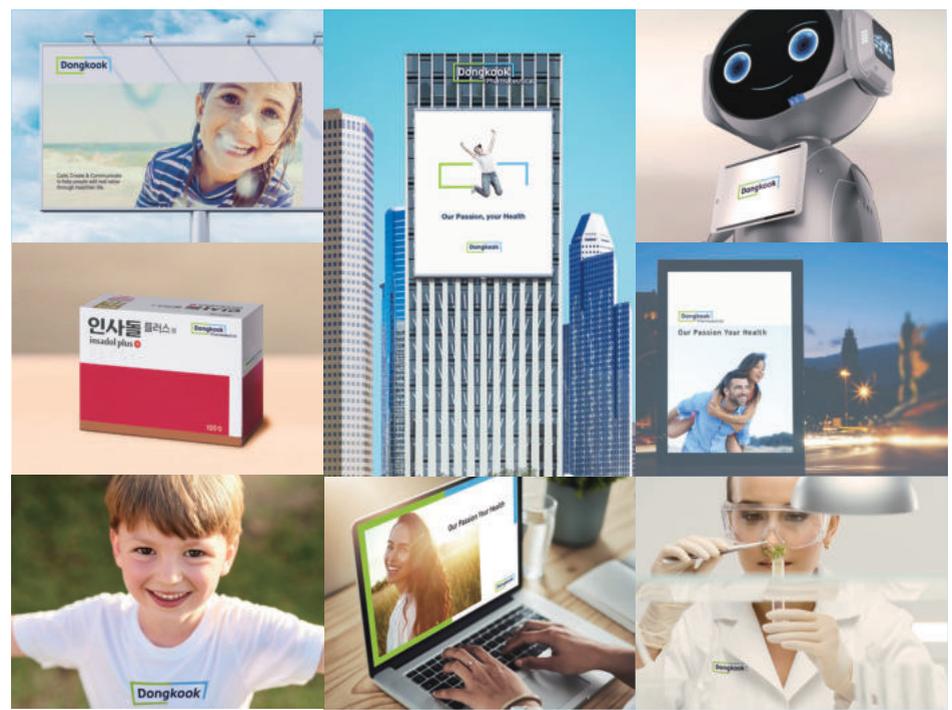
카퍼트리펩타이드-1
 외부 자극에 손상된
 피부 장벽 개선에 도움



순한 스킨케어
 저자극 화장품
 피부 자극 테스트 완료

G2CELL
 GENOMICS FOR ADVANCED BEAUTY

Our passion, your health
 고객을 향한 새로운 50년을 시작합니다



동국제약이 새로운 모습으로 당신께 한 발 더 다가옵니다

'd'와'g'으로 이루어진 Human Care Frame과 글로벌 브랜드 '동국'을 상징하는 중앙의 워드마크.
 밝고 건강한 미래를 의미하는 브랜드 컬러, Green과 Blue. 그리고 신뢰와 정중함을 의미하는 Deep Blue까지!
 동국제약이 새로운 CI로 당신께 인사드립니다.

나의 이노시톨 마이시톨

For your Balance

누적 리뷰 **4만 7천**건 돌파!

누적 판매 **826만**포 돌파!

*2022.09 기준



솔가 철분 & 엽산

솔가, 당신을 빛나게 합니다!



생명공학이란 생명보험이 필요 없는 시대를 만드는 일

[제약업계 최대 규모, 최고 수준 생명공학 R&D 센터 설립]



누군가의 백세 인생에 백신을 만들어 주고, 누군가의 혈액에 면역을 불어 넣습니다.
아려운 치료를 쉽게 도와 주고, 아픈 이들을 빨리 회복시키는 것.
우리에게 생명공학이란 이 모든 위대한 도전을 하루도 쉬지 않는 것.

세계를 향한 위대한 도전, GC녹십자가 이어갑니다.

Great Challenge



GC 녹십자