



(사)한국난임가족연합회
KOREA FEDERATION OF SUBFERTILITY FAMILY

제11회 가야 난임가족의 날

일 시 | 2024년 11월 11일(월) 15시

장 소 | 프레스센터 20층 프레스클럽

공동주최  (사)한국난임가족연합회  사단법인
한국보건정보정책연구원

후 원  보건복지부



게르베에서 우리는
지속적인 유대를 형성하여
인류의 더 나은 삶을
가능하게 합니다

환자의
건강에
집중함으로써

인간 존중을
실천함으로써

혁신적 솔루션을
지속적으로
제공함으로써

진취적 선택을
적극 추구함으로써

지식 가치공유를
통해 발전함으로써

이것이 우리의 사명입니다

Guerbet | 

차례

Intro

인사말 06

People & Family

난임성공수기공모당선작 12편 12

Activity

2024년 주요 활동 78

Epilogue

후원자 리스트 96

후원광고 101





Intro

| 2024년 아가야 |

인사말 06

I 인사말

안 · 념 · 하 · 십 · 니 · 까 · ?

제11회 '난임가족의 날'을 맞아 한결 같이 저희 단체와 함께 해주신 회원 및 후원자 여러분들, 또한 바쁘신 가운데 오늘 이 자리에 참석해주신 모든 분들께 감사를 드립니다.

저희 한국난임가족연합회는 간절한 난임부부들의 아이 소망을 이루기 위하여 2003년 '아가야' 동호회로 시작하여 벌써 20년을 훌쩍 지났습니다.

초기에는 비급여로 진행되는 난임시술 비용이 너무 부담스러워 난임시술 건강보험 적용을 촉구하는 전국 서명운동으로 활동을 시작하였습니다.

지속적인 활동의 결과로 정부의 난임시술비 지원과 난임시술비 건강보험 급여화에 큰 물꼬를 트고 지금의 시술 환경을 만들어내는데 큰 역할을 하였다고 자부합니다.

또한 '불임'이라는 부정적인 용어를 '난임'이라는 가능성을 내포하는 긍정적인 용어로 바꾸어 난임이 일반적인 용어 뿐만 아니라 법률적인 용어로도 자리매김 할 수 있도록 하였습니다.

그 외에도 '보듬이(체외수정)지원사업 1000여 건의 수행하여 170여 명의 출산을 가능하게 하였습니다. 이외에도 다양한 활동을 20여년동안 수행해 왔습니다.

돌아보면 지금은 저희가 출범할 당시에 비하여 비용적인 측면이나 환경적인 측면에서 상당히 진전되었다고 생각되어집니다. 물론 난임휴가 또는 휴직 등과 같은 아직도 해결되어야 할 많은 문제들이 있습니다.

그러나 비용이나 임출산 환경관련 문제 뿐 아니라 그동안 신경쓰지 못했던 난임예방 및 난임조기 진단 및 치료 등에 관심을 가지고 난임을 줄이기 위한 노력을 하여야 할 때가 아닌가 싶습니다.

임신과 출산은 신체적인 문제이기도 하지만 또한 부부의 정서적인 문제이기도 합니다. 또한 임신에 영향을 미치는 요인들은 비만, 흡연, 음주, 스트레스 등등 매우 다양하다고 알려져 있습니다. 난임이 될 수 밖에 없는 요인들은 그대로 두고 난임이 되면 비용을 지원해주는 제도보다 앞서 되어야 할 것이 난임예방을 위한 활동이 아닌가 싶습니다.

임출산과 관련한 정확한 정보를 제공하고 혼인 초기에 생식건강을 체크하여 난임을 조기진단 치료하는 등 난임을 줄이려는 노력에도 정책적인 관심과 지원이 필요하다고 여겨집니다.

이러한 활동의 일환으로 저희 한국난임가족연합회는 2024년 서울시와 함께 초기난임부부를 위한 건강관리지원 프로그램을 4회 실시하여 난임부부들로부터 좋은 평가를 받고 있습니다.

저출산 상황에서 난임 문제는 결코 한 개인의 한 가정의 문제 뿐만이 아니라 국가 차원에서 고민해야 하는 국가적이고 사회적인 심각한 문제입니다. 저출산의 문제는 어느 한 개인의 학적인 기술로만 해결할 수 없는, 문화적인 사회적인 요인도 영향을 미치는 복합적인 문제입니다. 그러므로 아이를 원하는 가정이나 난임부부들만이 아니라 사회 구성원 모두가 함께 고민해야 하는 중대 과제입니다.

저는 오늘 이 자리가 함께 고민하고 극복해 나갈 수 있는 지혜를 모으는 자리가 되었으면 합니다. 저희 (사)한국난임가족연합회가 20년 세월의 경험과 열정을 가지고 지혜를 모으는 빛자루 역할과 해결 방법을 담은 자루 역할을 하겠습니다.

여러분들 모두 지금처럼 함께 해주시고 같이 해주시라고 믿습니다.

지난 여름은 너무 더웠습니다. 그 더위를 견디기가 너무 힘들었습니다. 그러나 우리는 견디어내고 하늘이 청명하고 선선한 가을을 맞았습니다. 아이를 맞이하기 위해 노력하는 과정도

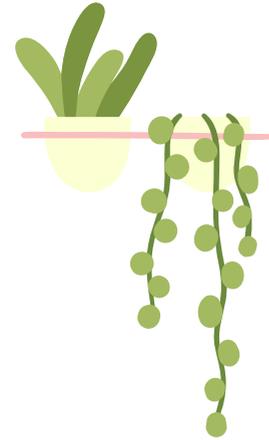
마찬가지 아닐까 여겨집니다. 그 과정이 견디기 힘들고, 그 어려움이 지속될 것 같은 불안과 두려움이 엄습하기도 합니다. 그러나 더위는 물러가고 단풍이 아름답고 햇살 따가운 가을이 왔듯이 불안과 두려움은 반드시 언젠가 사라질 것입니다.

저희 한국난임가족연합회가 아이를 원하는 모든 이들의 그 소망이 꼭 이루어질 때까지 함께 하겠습니다. 여러분들도 지금처럼 저희 한국난임가족연합회와 늘 함께 해주시리라 믿습니다.

다시 한번 바쁘신 가운데 오늘 이 자리에 참석해주시고 후원과 격려로 같이 해주신 여러분들께 감사의 말씀을 드립니다.

감사합니다.

2024년 11월 11일
(사)한국난임가족연합회
임직원 일동 올림





People & Family | 난임성공수기공모당선작 12편 |

불임과 난임을 이겨내고 쌍둥이를 품기까지	12
된다를 만나다	18
포기해야 할 때 포기할 수 있는 용기를 주세요	24
시험관 10회 후 포기했는데 46세에 자연임신으로 아기가 와주었어요.	32
터널의 끝은 분명히 있습니다 (47세 노산의 5년 난임이야기)	36
나의 난임 극복일지	42
감동이 우리에게 온 날	46
7년의 기다림	50
된다된다 꼭된다!! 나는 된다!!	56
난임도 제 인생의 한 페이지예요!	60
꼭 올거예요. 된다! 된다! 꼭 된다	64
누구나 엄마가 될 수 있어요	70



불임과 난임을 이겨내고 쌍둥이를 품기까지

대상(보건복지부장관상) - 김○○

스무 살 때 만나 6년 간 사귀던 남자친구에게 청혼을 받았다. 결혼을 하기엔 조금 이른 나이라고 생각했지만, 오랜 시간 만나온 만큼 남자친구에 대한 확신이 있었기에 청혼을 받아들일 수 있었다.

본격적으로 결혼 준비에 돌입하던 즈음, 복부 골반 통증 때문에 대학병원을 찾았다가 뜻밖에도 자궁내막증 소견을 듣게 되었다. 자궁 안에 있어야 할 내막 조직이 자궁 바깥에 존재해 병변이 생기는 질환인데, 병변의 크기와 깊이, 유착 정도를 종합해 볼 때 2기 정도로 보인다고 했다.

명색이 산부인과 간호사인 내가 부인과 질환을 모르고 있었다는 게 너무 바보 같아 헛웃음만 나왔다. 자궁내막증이라는 사실도 충격이었지만, 불임이 될 수 있다는 의사선생님의 말에 눈앞이 깜깜해졌다. 불임이라는 두 글자가 나를 움푹달짝 못하게 만들었던 것이다.

그대로 두면 압으로 진행되기 때문에 가장 안전한 치료 방법은 자궁을 적출하는 것이라고 했다. 자궁 적출이라는 단어만으로도 너무 끔찍하고 무서웠다. 자궁을 적출하기엔 나이도 너무 어리고, 자궁이 없으면 아이를 낳을 수 없기에 받아들이기 힘든 건 당연한 이치였다.

일단 치료 방법을 고민해보겠다고 말하고 병원을 빠져 나오는데 “결혼하면 일찍 아이를 낳아서 키우고, 50대 때부터는 둘이서 여행을 다니자”던 남자친구의 말이 떠올라 왈칵 눈물이 쏟아져 나왔다.

스물여섯이라는 너무나 이른 나이에 찾아온 자궁내막증을 어떻게 받아들여야 할까.

또 결혼을 앞둔 남자친구에게는 어떻게 이 비보를 전해야 할까 혼란스러웠다. 아이를 너무나 좋아하는, 더욱이 3대 독자인 남자친구에게 슬픔과 고통을 안겨 주고 싶지 않았다. 나는 긴 고민 끝에 남자친구와 헤어지기로 마음을 굳혔다.

며칠 후 남자친구를 만나 일련의 일들을 털어놓으며 헤어지자고 말했다. 남자친구는 잠시 충격을 받은 듯 했지만, 곧이어 내 손을 꼭 붙잡고 “혼자서 얼마나 힘들었어. 자궁내막증 때문에 헤어지는 건 말이 안 돼! 이제부터 그냥 나만 믿고 따라와.”라며 나를 보듬어주었다.

남자친구는 앞으로 아이를 못 낳을 수 있다고 말하며 단호하게 선을 긋는 내게 “난 아이 없이 살아도 돼! 아이가 있으면 더 행복하겠지만, 아이가 없다고 불행한 건 아니잖아. 우리 둘이서 그냥 행복하게 살면 되지.”라며 나를 꼭 안아주었다. 남자친구의 그 말이 결국 나를 울렸고, 어렵게 결혼을 받아들이게 되었다.

남자친구와 상의한 끝에 나는 약물치료와 자궁내막증 병변 제거 및 유착을 박리하는 시술을 병행하기로 했다. 얼마 후 결혼을 했고 행복한 시간들이 이어졌지만, 상황을 모른 채 내심 손주를 기다리는 양가 부모님을 볼 때마다 살얼음판 위를 걷는 기분이 들었다. “저흰 아직 젊으니까 좀 천천히 가지려고요!”라는 말로 둘러댔지만, 영영 아이를 가질 수 없을 거라는 불안감이 나를 옥죄어왔다.

하지만 치료가 계속 되면서 공포 얼어붙어 있는 내 일상에도 점차 따스한 햇볕이 스며들기 시작했다. 병원에서 자궁내막증 치료가 일단락되었으니 임신을 시도해보라는 소견을 듣게 되었던 것이다. 이제 정말 아이를 가질 수 있겠다는 희망이 보였다.

우리 부부를 꼭 닮은 아이를 낳고 싶었던 나는 간절한 바람을 안고 난임병원을 찾아가 시험관 시술을 시작했다. 시험관 1차에서 배아 상태가 좋지 않아 가까스로 1개의 배아를 이식했는데, 난소 기능이 떨어져 있어 착상조차 되질 않았다. 자궁내막증만 치료하고 나면 금방 임신이 될 줄 알았는데 갈 길이 멀고도 험했다.

시험관 2차에는 배아 2개를 이식했는데, 착상에 성공했다는 기쁜 소식을 들을 수 있었다. 4주차에 아기집을 확인하고 8주에 심장소리를 듣는데 말로는 설명하기 힘든 벅찬 감정이 밀려왔다. 하루하루가 꿈길을 걷는 기분이었다. 그런데 야속하게도 9주차에 유산이 되고 말았다. 아무래도 자궁 내벽이 튼튼하지 못해 유산된 것 같다는 의사선생님의 말에 하늘이 무너져 내리는 것 같았다. 분명 내 뱃속에서 자라고 있었는데, 잠깐의 시술로 아이의 존재가 사라진 현실이 너무나 허무하고 야속해서 몇날 며칠을 울었는지 모른다. 남편의 진심어린 위로와 챙김으로 가까스로 마음을 추슬렀지만, 나도 모르게 아이가 빠져 나간 배에 습관적으로 손이 갔다.

병원에서 일을 하다가, 거리를 지나다가 임신부들만 보면 시선이 자연스레 배로 향했다. 볼록 튀어나온 배가 그렇게 부러울 수 없었다. 누군가에게는 지극히 평범하고 당연한 일이 또 다른 누군가에게는 간절히 바라고 노력해도 이루어지기 힘든 어려운 일이 될 수도 있다는 걸 그때 절절히 깨우치게 되었다.

나는 포기하지 않고 3차 시술을 진행했다. 유산의 아픔을 가까스로 견디고 시도한 시험관 3차에 실패했을 때 나는 끝이 없는 바닥으로 추락하는 기분이었다. '신은 왜 나에게 이렇게 가혹한 시련을 주시는 것일까. 내가 뭘 그렇게 잘못하고 살아온 걸까.'라는 자책감이 나를 짓눌렀다. '임신'이라는 말만 들어도 내 안에 비참하고 우울한 감정이 휘몰아치곤 했다.

특히 산부인과에서 일하며 하루 종일 산모들을 대하는 게 여간 힘든 게 아니었다. 임신의 행복을 누리는 산모들을 케어 하면서 속으로는 얼마나 산모들을 시기하고 질투했는지 모른다.

세 번의 시험관 시술과 한 번의 유산을 겪으면서 나는 몸과 마음이 상당히 지쳤다. 자존감도 바닥을 쳤다. 시험관 시술 횟수가 거듭될수록 임신 확률이 떨어진다는 연구 결과는 나를 아주 깊은 심연으로 몰아넣었다.

내 정신건강을 염려한 남편의 제안으로 나는 일을 그만두고 남편과 함께 여행을 다

니며 고갈 난 에너지를 충전했다. 6개월여 동안 임신이나 시험관 시술에 대해 완전히 잊고, 그저 내 몸과 정신의 에너지를 끌어올리는 데에만 집중했다. 그 시간들 덕분에 나도 임신 문제에 대해 조금은 의견해질 수 있었다.

몸과 마음을 재정비한 후 진행한 시험관 4차. 조금함을 내려놓고 마음을 편히 가졌기 때문일까. 초음파 기계에 두 개의 아기집이 보였다. 쌍둥이었다.

“여보, 우리한테 쌍둥이가 찾아오려고 그동안 그렇게 힘들었었나봐!”

결에 선 남편이 축하한다며 나를 꼭 끌어안아주었다. 하지만 마음껏 기뻐하는 남편과 달리 내 마음속은 복잡하기 그지없었다. 쌍둥이면 내 자궁이 더 버티기 힘들 텐데, 혹시 이번에도 유산이 되는 건 아닌가 하는 생각에 마음껏 기뻐하지 못했던 것이다.

두 아이의 심장 소리를 들으려 간 날에도 혹시나 하는 생각에 마음을 졸여야 했다. 감정이 온통 불안과 걱정으로 도배된 탓에 뱃속 아이들에게 너무나 미안했다.

이제 안정기에 접어들었으니 유산 걱정을 내려놓아도 된다는 선생님의 말을 들었을 때에야 비로소 나는 활짝 웃을 수 있었다. 배가 너무 불러 소화가 되지 않던 순간도, 뒹뒹 걷기 힘든 순간도, 두 녀석의 힘찬 발차기에 숨이 턱턱 막히던 그 순간조차도 너무 행복했다. 아이를 뱃속에 품을 수 있고 건강하게 키울 수 있다는 사실이 그저 감사할 따름이었다.

4번의 시험관 시술과 1번의 유산이라는 고통과 슬픔 속에서도 나는 아이 갖기를 포기하지 않았고, 결국 36주에 이란성 쌍둥이를 품에 안게 되었다. 꼬물거리는 두 아이를 안자 세상을 전부 얻은 듯 기뻐다. 엄마라는 이름을 얻기까지 힘들고 고달픈 시간들을 견뎌낸 나는 그 순간 누구보다도 행복하고 축복받은 사람이었다.

난임은 결코 고통에만 국한되지 않는다. 20대 중반에 자궁내막증으로 불임을 판정

받은 나는 주위에서 나보다 어린 후배들을 만날 때면 내 경험을 얘기하면서 짧다고
방심하지 말고 미리미리 정기검진을 받으라고 조언한다. 특히 난임이나 불임 판정
을 받았다고 해서 좌절하지 말고 꼭 이겨내라는 말도 덧붙인다.

20대에 이미 불임과 난임을 모두 겪어본 사람으로서, 부부가 포기하지 않고 아이를
갖기 위해 함께 노력한다면 반드시 사랑의 결정체인 아이를 가질 수 있다고 말하고
싶다.



된다를 만나다

우수상(한국난임가족연합회장상) - 이○○

난 고령 난임환자다

체외수정 시술을 시작했을 때가 44세였고, 산과병원에서도 최고령, 갓난아기를 안고 있는 지금 내 나이를 들으면 모두가 놀라는 그런 나이이다.

늦은 결혼이었지만 아이는 내가 결심만 하면 언제든 가질 수 있을 줄 알았다. 부부가 건강하고 산부인과적 이상이 없으니 당연히 바로 임신할 수 있겠거니, 자신만만했던 내가 얼마나 오만했는지...

결혼 직후 산전검사서에서 의사는 지금 당장 시험관 시술을 시작하는 게 좋겠다고 권고했고, 0점대의 난소 수치와 나이에 비례된 임신 성공 확률이 나열되어 있는 처참한 숫자들을 보니 비로소 내가 처한 현실이 와닿았다. 바로 지역 000 난임병원을 찾아 남편과 함께 시험관 시술에 필요한 검사를 받은 후 양쪽 나팔관 폐쇄라는 결과를 듣게 됐지만 실망도 잠시, 지체할 겨를이 없다는 것을 알고 있었기에 바로 시험관 시술에 돌입했다. 호기로웠던 1차 시도 당시 너무 무지했던 나는 음식, 수면, 운동, 컨디션 등의 관리가 고령인 나에게 얼마나 더 중요한지 알지 못했고, 어쩌면 당연하게 실패했다. 그때 아마 어렴풋이 직감했던 것 같다. ‘아.. 쉬이 성공하지 못하겠구나...’

이때까지만 해도 그 후에 맞닥뜨리게 될 수많은 좌절을 예상하지 못했다. 대다수의 사람들이 그렇게 생각하듯 나 역시 몇 번 만에 되겠지 하며 막연히 성공을 예감하던 때였으니까..

온 힘을 다해..

2차 시술에서 제발 그것만은 아니길 바랐던 자궁외임신이 되었고 처음으로 좌절감이란 것을 느끼게 됐다. 제자리를 못 찾고 다른 곳에 착상해버린 배아.. 무섭고 힘들

었지만 당장의 실패보다는 앞으로가 더 걱정이 되었다. 나팔관이 양쪽 모두 막혀있는 상태 때문에 자궁외임신이 재발될 위험이 높았고, 난 결단을 내려야 했다. 나팔관에 착상한 배아를 약으로 배출할지, 아예 나팔관을 다 떼어내야 할지.. 시간이 없는데.. 난 한시가 급한데.. 또 자궁외임신이 되면 그만큼의 시간 동안 시술받지 못할 것이라는 사실이 나를 제일 불안하게 만들었다. 그렇다면 자궁외임신이 될 요소를 없애야 했고, 나팔관이 없으면 재발 확률이 줄어들기 때문에 큰 고민 없이 그 자리에서 나팔관을 모두 절제하는 수술을 받기로 결정했다. 그렇게 나는 맹목적이었다. 그러나 이때 받은 절제술은 두고두고 후회로 남게 된다.

이 시점부터 난 변하기 시작했다. 더 이상 막연한 희망은 도움이 되지 않는다는 것을 깨닫고 노력하기 시작했다. 단 1%의 가능성이라도 높일 수 있는 방법이 무엇인지, 내가 할 수 있는 게 뭔지, 공부를 하고 계획을 세웠다. 관련 논문을 찾아보고 경험자들에게 묻고 들어가며, 내가 놓치고 있는 것은 없는지 검색 또 검색했다. 나와 같은 케이스들을 많이 성공시켰다는 명의를 찾아 왕복 4시간이 걸리는 거리를 마다 않고 전원을 해서 병원에 갈 때마다 아침해가 뜨기도 전에 집을 나섰다. 이식 후에도 적극적으로 처방을 요청하여 그 아픈 크록산주사를 매일 직접 놓고 배에 멍이 가실 날이 없었지만, 그 정도의 통증은 얼마든지 참아낼 수 있었다. 국내에서는 구할 수도 없는 약을 찾아내어 해외주문을 하고 배가 부르도록 수많은 영양제를 먹었고, 당뇨병 환자처럼 끼니마다 식단을 관리하면서 먹고 싶은 욕구를 참아내었으며, 평소 같으면 입에도 안 댔을 염소전골, 추어탕 같은 보양식을 챙겨 먹었다. 걷기와 계단 오르기는 일상이었고 그토록 싫어하던 운동도 이를 악물고 병행했다. 의학적으로 검증되지도 실제로 효과가 있는지 알 수 없는 것들이 그 대부분이었지만 뭐라도 하지 않으면 안 되었다. 남편 역시 운동을 쉬지 않으며 정자에 좋다는 아이스방석을 셀프 제작해 사용하기도 했고, 먹기 꺼려하던 영양제를 빠짐없이 섭취하면서 러닝 메이트로서의 역할을 톡톡히 해주었다. 뿐만 아니라, 난임에 좋다는 수액을 맞으러 다니기도 하고, 특히 항산화에 많은 신경을 썼다. 우리 부부의 가임력, 내 난소기능이 너무 노화된 상태였기 때문에 결국 key는 ‘항산화’라는 결론에 스스로 다다르면서, 마지막 시도 때는 나와 남편 둘 다 항산화 수액을 주기적으로 맞기도 하며 내가 할 수 있는 모든 최선을 다했다. 수정조차 되지 않았던 차수에서는 그동안 난자와 정자의 질을 높이기 위해 행했던 우리의 노력들이 물거품이 돼버린 결과에 절망하기도 했지만, 바로 다시 마음을 다잡고 또 시작했다. 인생에서 이렇게 무언가를 간

절히 원하고 이루기 위해 노력을 기울인 적은 처음이었고 앞으로도 없을 것이라 단언할 만큼 온 에너지를 쏟아부었다.

가임 기간이 얼마 남지 않았던 나는 항상 초조했고, 그랬기에 단 한 번의 틈도 없이, 쉬지 않고 끊임없이 시술을 이어나갔다. 앞만 보는 경주마같이 다른 것은 보지도 생각하지도 못하고 내달렸다. 시술 외의 것들을 둘러볼 여력도 없었음은 물론 그 자체가 사치였다. 그런 내 모습을 안타까워하는 남편도 한 번쯤 쉬자는 말을 꺼내지 못할 정도로 난 매달렸다.

그렇게 꼬박 2년여 동안 병원 네 곳을 다니면서 난자채취 12번, 이식 9번을 했고 자궁외임신, 양쪽나팔관절제술, 화학적 유산 세 번을 겪었다.

포기할 수 있는 용기

이 여정의 끝이 어디인지 알 수는 없었지만 끝까지 해보고 싶었다. 아집이고 오기였을지 모른다. 그래도 결국에는 해내고 싶은 마음, 그거 하나였다.

오래도록 시술을 받는 고차수가 되면 서서히 듣고 싶지 않은 말이 들리기 시작한다. '할 만큼 했다.. 이제 그만 내려놔.. 아기 없으면 어때.. 둘이 재미있게 살아.. 여태 안 됐는데 그게 되겠어?'

그.만.하.지....'

그런 말을 들을 때마다 가슴이 덜컥 내려앉았다. 결코 내 입으로 꺼낼 수 없던 단어 '포기..' 생각하는 것만으로도 온몸에 힘이 빠지고 지하 암굴 저 아래로 꺼져버리는 기분이 들었다. 시험관 시술을 많이 하다 보면 그럴 때가 온다. 계속 나아갈 수도, 그만둘 수도 없는.. 진퇴양난의 상황... 나에겐 멈추지 않는 것이 더 쉬운 선택이었다. 포기할 수 있는 용기가 내게는 없었다. 이제는 아이가 없는 미래를 상상하기조차 어려웠다. 누구보다 아기를 바라고 무조건적으로 내 뜻을 따라주던 절대적인 지지자, 남편이 흑사라도 내 걱정 때문에, 혹은 그도 지쳐서 그만두자라고 할까 봐 홀로 가슴을 졸이며 불안해했던 기억이 난다. 내 마음이 남편에게 소리 없이 계속 외치고 있었던 것 같다.

'제발 내려놓지 마.....'

영원히 남을 상흔

지금도 문득 가슴이 저릿할 때가 있다. 그 2년여의 시간은 그렇게 슬픈 기억이다. 되돌아보면 생애 처음으로 마주했던 순간들이 생생히 떠오른다.

000병원 수술대 위에서 천장의 문구를 보고 또르르 흐르던 눈물..

난자채취를 위해 수면마취를 하고 아득해 지던 순간..

내 수정란에게 배아명을 지어 불러보던 순간..

실패 연락을 받고 이불을 뒤집어쓴 채 한없이 울던 장면들..

임신테스터에서 두 줄을 발견하고 심장이 뛰던 순간..

임신 수치를 받고 조용히 기뻐하던 병원 그 의사..

있어야 할 아기집이 생기지 않은 초음파 화면에 멍하니 멈춰있던 내 시선..

겨우 어렵게 채취한 난자가 공란포였을 때 눈물조차 말라버렸던 싸늘한 병원 침대..

처참한 성적표를 받아들고 병원에서 집으로 돌아가는 쓸쓸했던 그 길..

감당이 안 되도록 하루 종일 하혈을 해서 두려움에 떨었던 밤..

너무 힘들다며 울부짖는 나를 달래주던 남편의 얼굴..

이번에는 꼭 만나자고 배를 쓰다듬으며 기도하던 순간들..

임신수첩을 든 사람들을 부럽게 바라보던 병원 대기실..

몇 번을 겪어도 매번 초조함에 떨리던 이식 후 열흘간의 기다림..

언제나 공허함이 가득했던 진료실..

한 번씩 통한의 눈물이 쏟아지던 어떤 날들..

이 기억들은 분명 내게 평생 상흔으로 남을 것이다. 그래도 잊고 싶지는 않다. 그 순간순간들이 우리 아가를 만나기 위한 길이었고, 아기가 나에게 조금 천천히 오는 동안 난 그렇게 그 길을 걸어온 거니까.

버터내는 동안

고난의 시간들이었지만 날 버티게 해주는 것들이 있었다. 그중 하나가 '한국난임가족연합회'를 알게 된 것이었다. 난임 시술을 장기간 받고 있는 분들은 공감할 것이다. 우리는 거의 주변과 사회와 단절된 채로 살아간다. 나만의 시간이 따로 흐른다.

그래서 외롭고 고독하지만 그렇다고 누구와 공유할 수도 없는 일이기 때문에 닫힌 현실 속에 있는 것이다. '난가연'은 그런 나에게 소통 창구와 같은 역할을 해주었다. 혼자가 아니라는 것을 알려주었고 잠시 숨을 고를 수 있게 해 주었다. 내 상처를 알 리가 없는 타인의 와닿지 않는 위로보다는, 말하지 않아도 공감에 있는 그곳에서 다 독임을 얻었다. 그 중 남이섬 '힐링 캠프' 행사는 말 그대로 우리 부부에게 치유의 시간이었다. 아름다운 장소와 피톤치드를 품은 공기, 나와 같은 아픔을 지닌 사람들, 진심으로 응원해 주는 스태프들, 그 모든 것들이 다 좋았고 고맙았다. 그때 남편과 알콩달콩 함께 만든 머그컵과 유리컵은 지금도 우리가 제일 애용하는 컵들이다 ^^ 그리고 실명을 밝혀도 될지 모르겠지만 기회가 되면 꼭 이 말을 하고 싶었다. 남이섬에 도착하면 난가연 회원들은 모두 아는 텍스트로만 존재하던 그분, '000' 국장님을 만나게 된다. 남이섬으로 이동하면서 0국장님이 뒤따르는 우리들에게 이런 말씀을 하셨다. "잘 오셨어요, 여기에서 나를 만난 분들은 다 성공했어요~ 정말이에요. 다 성공하셔서 연락이 옵니다!" 그 기분 좋은 말이 인상에 남아 가끔씩 생각났는데 그 말에 힘이 있었는지 정말 나도 될 것만 같은 기운을 느꼈다. 유쾌한 말씀으로 긍정의 힘을 주신 0국장님께 감사함을 전하고 싶다. 앞으로도 난가연이 난임을 겪으며 막막해 있을 누군가의 손을 잡아주시고, 지치고 길을 잃어 헤매일 누군가와 함께해 주시길.

된다를 만나다.

난임을 겪는 모두가 그렇듯이 나 역시 길고 어두우며 끝나지 않을 것 같았던 터널을 지나왔다.

그간의 시간은 내가 예상했던 것보다 훨씬 더 고통스러운 여정이었다. 모든 과정이 힘에 겨웠고, 오롯이 혼자 감내해야 했기 때문에 더 지남했다. 지금도 생각하면 아팠던 감정들이 고스란히 떠올라 가슴이 아리고 눈물이 난다. 여전히 주변이나 TV에서 난임 시술로 아기를 기다리고 있는 사람들의 이야기가 들려오면 지나칠 수가 없이 가슴이 먹먹해진다. 그렇다. 그만큼 어려운 길이라는 걸 누구보다 잘 알고 있지만 그래도, 그럼에도 불구하고 난임을 오래 겪고 계신 분들에게 하고 싶은 말은 나도 수없이 들었던 그 문장, 지푸라기라도 잡고 싶을 때마다 되뇌던 그 말,

'포기하지 말라는 것. 언젠가는 아기가 온다는 것.'

그리고 일말의 가능성 한 가닥을 붙들고 힘겨운 시간을 보내고 있을 40대 친구, 언니, 동생들에게 내 얘기를 건네고 싶다. 인터넷에 '40대 임신, 고령임신, 노산' 등의 키워드를 검색하며 밤을 지새운 날들이 몇 날 며칠이었는데... 병원을 갈 때마다 작아지고 초라해지는 나 자신이 어찌나 안쓰러웠는지.. 이 나이에 가망 없는 길을 걷고 있는 게 아닌지 의심하는 나 스스로를 달래기가 얼마나 힘에 부쳤는지.. '40대 중후반 임신 성공' 사례를 하나라도 더 찾아내려고 애를 쓰던 내 모습이 지금 그때의 나와 같은 시간들을 견디고 있을 그들에게 투영된다. 내가 그랬던 것처럼, 나의 이야기가 그들에게 아주 조금이라도 힘이 되기를 진심으로 바란다. 성공 사례 하나가 그들에게는 절실하고, 버틸 지지대가 되어줄 수도 있다는 것을 알고 있기 때문이다.

몇 배의 노력이 더 필요한 우리지만, 나이에 얽매이지 말고 후회를 남기지 마시라.

5일 배양 배아가 한 번도 나온 적이 없고, 채취된 난자 개수가 모자라 동결은 시도조차 불가능해서 신선이식만 할 수 있었던 45세 난임환자가 나왔다.

초고령 산모였음에도 임신 기간 동안 이벤트 없이 아기를 품었고, 39주를 딱 채우고 건강하게 세상에 나온 아기가 튼튼히 자라고 있다.

이 글을 쓰는 동안 내 품에서 곤히 잠들어있는 이 아가의 태명은 '된다'였다.

된다! 된다! 꼭 된다!!!

난 이렇게 된다를 만났다.

포기해야 할 때 포기할 수 있는 용기를 주세요

장려상 - 전○○

안녕하세요. 저는 1982년생 올해 24년 5월 13일에 제왕절개로 건강한 남자아기를 출산한 만42세 전○○입니다.

2018년 37살이라는 늦은 나이에 결혼을 하게 된 이유는 부도로 경제적 상황이 많이 힘들어진 엄마, 아빠... 그리고 경매로 넘어가버린 시골 집을 되찾아 드리기 위해 일에만 몰두하고 살다보니 어느덧 30대 후반이 되었습니다. 18년도 3월쯤 시골에 자그마한 부모님의 집을 다시 되찾아 드리고, 마음 편하게 2018년 5월, 농치면 후회할 것 같은 지금의 남편과 결혼을 하게 되었습니다.

행복하게 신혼을 즐기던중 2019년도 12월 겨울에 남편이 “나도 자기 닮은 예쁜 딸 하나는 있었으면 좋겠어”라고 넌지시 말을 꺼냈고 연애 시절부터 그 어떤 것도 갖고 싶다는 말을 한 적이 없고, 제가 갖고 싶은 것만 사주던 그런 남편이 처음으로 저에게 아기가 있었으면 한다는 얘기를 했기에... 그 소원을 꼭 들어주고 싶었습니다. 저희 부부의 출산을 향한 임신여행은 그때부터 시작되었습니다.

나이가 많아 걱정이 되었지만 정말 감사하게도 2020년 1월 자연임신이 되었고... 임신이 되면 당연히 출산을 하는 줄 알았는데.. 10주차에 원인을 알수 없는 심정지로 첫 번째 아이를 하늘로 보내주게 되었습니다.

처음.. 남편의 눈물도 보았고, 그 모습이 너무 마음 아팠던 기억이 선명합니다.

그해 3월에 소파수술을 하고 7월부터 산부인과에서 도움을 받아 6개월간 자연임신시도를 했지만 저희 부부에게 아기는 찾아오지 않았습니다. 산부인과 원장님께서 조심스럽게 난임검사를 받아보길 권유하셨고, 저희는 2020년 12월에 처음 인천에 난임 병원 문을 두드리게 되었습니다.

성인이 되자마자 집안 형편이 기울고 오랫동안 사회생활을 하면서 수많은 어려움을 극복했고 집안을 다시 일으키는 과정을 통해 마음이 많이 단단해진 상태라 난임병원을 가는 부분에 큰 두려움은 없었습니다.

“일하면서 온갖 것 다 겪었는데 이거 못하겠어? 괜찮아!”

꽤 씩씩하게 난임병원을 문을 두드렸습니다. 이런저런 검사들을 했고 난소나이는 생물학적 나이보다 좋았고(AMH2.68), 원장님은 나이가 많지만 큰 문제는 없으니 어려움 없이 임신 할 수 있다는 희망을 주셨습니다. 나이가 많으니 바로 시험관 시작을 권유 하셨고, 남편의 검사결과를 기다리던 중 일하고 있는데 남편에게 전화가 왔습니다.. “자기야 나 정자가 이상하네.....”

남편의 풀죽은 목소리에 저는 씩씩하게 “괜찮아, 바로 시험관 하면 될 거야, 어차피 시험관 바로 할려고 했었잖나”라고 말을 했고,

2021년 2월부터 당차게 시험관의 여정이 시작되었습니다.

시험관의 90%이상이 여자가 감당 해야하는 일이기에 남편은 주사라도 직접 놔주겠다 했고 아침마다 제 배를 일하느라 거칠어진 손으로 가장 부드럽게 어루만져주고, 기도하며 아프지 않게 주사를 놔줬습니다.

1차 실패.. “괜찮아 처음부터 다 잘되겠어? 다음번엔 잘될 거야”

2차 이식.. 13일차 피검수치:26... 15일차 피검수치:119... 17일차 피검수치:292...

현저히 낮은 피검사 수치로 병원을 방문하는 내내 피가 말랐고, 이때부터 저의 멘탈을 지켜나가는게 힘들어졌습니다.

그렇게 임신 9주차... 원장님의 “OO씨... 혼자 왔어요?” 라는 질문과 함께 초음파에 보이는 젤리 곰 모양의 아기는 움직임이 없었습니다.

“아뇨.. 남편 주차장에 있어요..”

원장님께서 잘못되었다고 심정지라고 말씀해 주시지 않아도... 알 수 있었습니다. 그전에... 본적이 있었던 터라... 느낌적으로 이번에도 잘못 댔구나 라고...

남편에게 전화를 걸어.. “자기야... 있자나...”

이말만 듣고 남편은 “어디야 지금 내가 갈게” 그 말과 함께 1분도 안되서 원장님 방문이 열렸고 남편은 들어와 바로 저부터 꼭 끌어 안으며

“괜찮아... 괜찮아.... 너만 괜찮으면 ..됐어.. 괜찮아...”

그말에 꼭꼭 아픔을 눌러 담던 저는 울음이 터졌고, 원장님은 “OO씨... 남편 진짜 너무 잘 만났다....” 라는 말에 저는 정신을 차리고 살짝 진정을 했습니다.

원장님은 임신이 안되는 몸이 아니니 시간이 해결해 줄거라 말씀하시면서, 2번째 유산이니 부부 염색체검사와 태아 염색체검사를 해볼 것을 권유하셨고 다행히 저희 부부에게 염색체 문제는 발견되지 않았지만, 태이는 18번 염색체 이상이 있는 아픈 아기였음을 알게 되었습니다.

그렇게 두 번째 소파수술을 하고 쉬는 시간을 갖으면서, 저희 부부는 멘탈이 건강해야지 이 과정을 이겨나갈 수 있을 것 같아, 둘이서 함께 할 수 있는 취미생활을 찾았고 2021년 저희 부부는 캠핑이라는 취미를 갖게 되었습니다.

수술후 남편과 함께 했던 캠핑은 너무 즐거웠고, 그래 인생이 이렇게 즐겁기만 하겠어? 행복 총량의 법칙이라고, 행복하면 힘들도 있는거지!! 정신승리를 외치며, 4개월 휴식기간을 갖고 10월에 다시 시험관을 시작했습니다.

원장님은 건강한 배아가 오면 임신이 될 것 같다며 PGT-A를 권유 하셨고.. 당차게 시작한 시험관 3차는 검사를 보낸 배아가 불통이 되면서, 이식도 못해보고.. 허무하게 끝나버렸습니다.

그때부터 주위에서 서울의 유명한 병원으로 가보는게 어떻냐.. 40대 임신을 잘 시켜주는 곳으로 손을 바꿔보는게 어떻냐.. 라는 권유가 있었고 저는 그렇게 서울로 향하게 되었습니다.

오킨 병원에서도... 원장님께서 “건강한 배아만 나오면 어렵지 않겠어요, 그렇게 어려운 케이스는 아니니 걱정말아요.” 라고 말씀 하셨지만.... 4차실패.. 5차실패.. 6차실패... 심지어 이식 후 원인 모를.. 방광출혈... 그리고.. 없던 선근증이 생겨버렸고, 정부에서 지원해주는 차수는 이제 3번 밖에 남지 않은 상황까지 왔습니다. 이렇게 되니.. 아... 안될 수도 있겠구나... 불안감이 엄습해왔습니다.

그때쯤.. 친하게 지내던 인천에서 시험관 과정을 함께 공유하던 언니 친구 3명이 모두 임신 성공을 했고... 저만 홀로 임신이 되지 않는 그런 슬픈 상황이 와버렸습니다.

“너가 임신이 안될 리가 없어.. 너는 특별한 문제도 없는데 분명 될 거야.”

라고 위로하며 모두 저의 임신을 진심으로 손꼽아 기다렸지만 저희 부부에게 아기천사는 오지 않았습니다.

저는 저를 어떻게 위로해야 하나 고민하는 언니 친구들의 눈빛을 읽었고.. 저희는 그렇게 자연스럽게.. 만남의 횟수와 연락의 횟수가 줄어들게 되었습니다.

항상 이번엔 잘 되게 해주세요 이번엔 꼭 잘 되게 해주세요 라고 늘 기도 하던 저는 22년 6월쯤 부터 “제 기도를 들어 주실 수 있다면... 제가 아기를 갖는 과정에서 포기 해야할 때 포기할 수 있는 용기를 주세요.. 그래서 제가 소중하게 생각하는 인연들과 아이가 있든 없든 편안하게 만날 수 있는 날을 허락해주세요.”

라고 기도 하게 되었습니다. 언제나 모든 일들이 노력하면 끝이 있었고, 보상이 있었는데.. 아기를 갖는 건 정말 사람이 노력한다고, 의학의 힘을 빌린다고 된다는 보장이 없구나... 라는걸 절실히 느끼게 되면서 기도가 달라졌습니다.

가족들도 입을 모아 난임의 끝은 서울O병원이다... 유명한데는 이유가 있다..라는 말을 해서 못 이기는 척 3번째 병원으로 발걸음을 향했고, 상담과.. 재검사들을 하면서.. 다니고자 마음먹었지만.. 엄청난 대기..를.. 하며 다닐 자신이 없어졌습니다. 그러던 중 그 병원에서 유명하신 원장님께서 개원하신다는 얘기를 들었고 기쁜 맘으로 그 병원으로 전원하게 되었습니다.

“원장님, 저 이제 여기가 마지막 병원이에요. 더 이상 갈 곳이 없어요.”

“난소기능이 나쁘지 않으니 할 수 있어요! 괜찮아요 그렇게 어려운 케이스는 아니니까 해 봅시다.” 라고 말씀하셨지만 난소나이 AMH는 1.94로 떨어져 있었습니다. 22년 6월.. 7번째 채취가 시작이 되었지만.. 실패.. 8차 실패, 9차 실패.

정부지원 신선9차수가 모두 끝이 나버렸습니다. 원장님께서 “아... 어렵네.. 왜 이렇게 안되지.. 될 거 같은데 안되네.... OO씨 포기하기는 너무 가까운 케이스라 내가 포기를 못하겠어요. 딱 3번만 더 해봅시다!!”

남편과 상의 후 남편은 더 이상 지켜보는거 마음아파서 못보겠으니.. 딱 3번만 더 하고 그때도 안되면 그랜 정말 그만하고 둘이 행복하게 살자고 말했습니다.

10차 실패와 함께.. 22년이 끝이 났습니다.

23년... 시작..과 함께 11차 동결로에 1차 피검: 113, 2차 피검: 358... 원장님도 “됐다, 이번엔 될 줄 알았어요.” 라고 저보다 더 기뻐 해주셨습니다..

하지만 3번째 임신인 저는 마냥 기뻐할 수 없었습니다. 그 전의 이력들이 있었기에... 피검사 수치가 안정적이나 괜찮을꺼라고 원장님은 매주 등을 토닥여 주셨지만... 10주차 초음파 검사때 또 다시 한번 마주했습니다... 움직임이 없는 켈리곰을.. 양수 속에서 둥둥 떠있는 나의 세 번째 아기들...

이젠.. 눈물도 나지 않았습니다. 아... 그렇구나... 이렇게 됐구나...

“원장님 저 내일 바로 수술할게요.”

“OO씨 마음은 알겠지만... 크복산 맛고 있었어서.. 바로 수술하면 위험할 수 있으니.. 우리 주말 지나고 수술해요.” 그렇게 병원을 나왔습니다.

남편이 “우리 여행갈래? 속초갈까?? 어때?” 물었고 저는 “그래 가자.”

주말에 집에 있으면 우울할 것 같아 그래도 잠시나마 우리 부부에게 찾아와준 그 아기와 작별인사도 할 겸 떠났습니다. 속초 가는 길에 차 안에서 제가 “하늘에 계신 분이 하늘을 지켜줄 천군 천사가 많이 필요하신가봐 자꾸 데려가시네ㅎㅎ” 남편도 “그래 그러신가봐.”

그렇게.. 무거운 듯.. 가벼운 듯.. 짧은 대화를 하고 서로 애써 위로하려 하지 않고 애써 웃으려 하지 않으며 그렇게 둘 만의 방식으로 서로를 위로했습니다.

“그래.. 이런 남편이 옆에 있는데... 뭐.. 사람이 어떻게 다 가져... 못 가질 수도 있지... 나에게 왔던 아기들이 모두 고마웠어.. 하늘에서는 아프지말고 건강한 모습으로 지내렴” 그렇게... 점점 내려놓음을 연습하게 되었습니다.

난가연에서 정부지원 신선9차수가 끝난 사람중 사연을 작성해서 당첨이 되면 한차수 전액지원을 해준다는 소식을 들었고, 운이 좋게 선정이 되었습니다.

마지막에 써야지 했던... 난가연 지원을 마지막에 사용하게 되었습니다.

난임협회 지원은 협회에서 지정해준 병원에서 시술을 받아야 했기에 인천에 있는 집 근처 병원으로 배정을 받았고, 23년 8월 인천OO여성병원에서 12번째 채취를 하게 되었습니다. 결과는 처참했습니다. 그간 시험관을 하면서.. 나온 배아중 상태는 가장 안좋았고, 개수도 가장 적었습니다.. 3일 배양 3등급 2개, 4등급 1개... 그것도 후하게 쳐줘서라고..

“아! 진짜 이제 그만하라는 하늘의 뜻인가봐...여러번 소파수술해서인지.. 점점 안좋아지네...”

라고 저는 남편에게 말을 했고, 남편 또한 그래도 나온 배아니까 이식까지 해보고 마무리하자고 해서 이식을 하게 되었습니다. 병원 원장님께서도 “이 배아로 출산까지할 확률은 10% 미만이에요.., 지금 이식안하고 포기한다고 해도 전혀 아깝지 않은 배아예요.”

이미 알고 있었던 터라 속상한 마음 조차 들지 않았고, 그냥 이식해보겠다고 하고 그렇게 23년 9월 5일에 이식을 하게 되었습니다.

그간 자가면역수치가 살짝 높아 이식 때마다 열심히 맞아 왔던.. 비싼 면역글로블린도.. 이정도 배아에 맞기 아깝다 하셔서 맞지 않았고, 아무런 기대도 들지 않았습니다.. 이식한 당일도 저녁 늦게까지 친구와 수다떨며 놀았고...

이식 후 11일차에 마무리차 피검사를 하러 가기전 임신테스터기를 했지만.. 너무 연하디 연한..임신테스터기에 불안함이 엄습했습니다. 1차 피검 수치가... 13,18... 주사를 맞지 않으려 했지만.. 간호사 선생님께서 “그래도 혹시 모르자나요.. 1% 라도... 혹시 모르니까.. 맞아봐요.” 라고 설득을 했고.. 저는 그렇게 이게 맞나 싶으면서 프롤루텍스..크녹산 주사를 맞았습니다. 이식 11일차: 13,18... 100은 넘어야지 안정권이라고 말하는데 이 수치는 정말 그간 임신 중 가장 낮은 피검사 수치였습니다.

그런데,

이식 14일 차: 86(6.5배뽀고), 이식 16일 차: 425.7(5배뽀고), 이식 19일 차: 2780(6.5배뽀고)

원장님도 “이녀석 뭐지” 의심의 눈초리로 초음파를 보던 원장님께서 9주차에 “피검 수치가 너무 낮았지만, 그래도 초음파상 이정도까지 왔으면.. 됐다고 임신 축하한다고 말하는데 본인은 9주10주차 유산이 3번이나 된다고 하니 좀 더 지켜볼게요.”라고 말씀하셨습니다. 그 아이가 지금 태어난지 140일이 지나 제 옆에서 배밀이를 해보겠다고 온 힘을 끌어모아 고군분투 하고 있습니다.

난임을 준비하던 친한 사람들중 가장 마지막에 임신을 했지만 “너네 부부처럼 선한 사람이 임신

이 안되면 하나님, 신이 없는거라고 우리 남편이 그랬어. 그러면서 너 임신 소식 듣고 우리 다 올었자나.”

이보다 더 큰 축하가 있을까 싶을 정도로 온 마음을 담아 저희 부부를 축하를 해주었습니다. 소중한 인연들을 잃지 않게 해달라고.. 아기가 있든 없든.. 그들과 마음 편하게 만나게 해달란 기도가 이렇게 가장 선한 방법으로 이루어졌습니다. 그래서 더욱욱 자신있게 말할 수 있습니다!!

가장 좋은때에 가장 좋은 상황에 우리에게 아기 천사가 올꺼라는 걸요!!

40대의 임신이 초고령 노산이라고 말하지만, 40대에 아기를 갖는건 몸은 힘들지만, 안정된 환경 속에서 아기를 케어할 수 있는 아주 좋은 때입니다!

난임을 겪고 있는 미래의 엄마 아빠! 모두 행복하게 잘먹고 잘자고 지내다보면 꼭 아기천사가 올꺼예요! 좋은 병원보다, 좋은 선생님보다 나를 가장 소중하게 돌보는 시간을, 남편과 함께 알콩달콩 하는 시간을 꼭 갖으시길 바래요!!

임신과 출산을 향한 5년 간의 시간이, 그 과정들이 솔찍히 너무 많이 힘들었지만 지나고 나니 남편과의 전투애가 생긴 것도 같습니다!! 힘든 만큼 꼭 더 큰 보상이 오리라 믿으며, 늘 언제나 항상 이 자리에서 미래의 엄마 아빠가 육아하는 시간이 오길 응원하겠습니다^^

시험관 10회 후 포기했는데 46세에 자연임신으로 아기가 와주었어요.

입선 - 임○○

저는 현재 48세이고, 18개월, 한창 뛰어다니기 바쁜 한 아이의 엄마입니다.

아기는 시험관으로 10회의 실패를 겪은 후 자연 임신으로 생긴 아이입니다. 2022년 7월 임신해서, 2023년 3월에 낳았고, 그 당시 나이가 46세(한국나이 47세)로 초 고령 산모였습니다. 산부인과에서도 만출을 보장하지 못할 정도의 고령이라고 했습니다. 유산도 너무 흔하고 기형이 생겨도 당연한 나이라고 하셨습니다. 그래도 담당 선생님은 끝까지 최선을 다해보자 하셨고, 저를 염려하셔서 처방할 수 있는 모든 것들을 하셨던 것 같아요. 하지만 생각보다 저의 체력이 건강한 편이었던지 별 탈 없이 임신 기간을 지났고, 제왕 절개 수술도 빠르게 회복하였습니다. 아기도 너무나 건강하여 잔병치레 없이 여태 잘 자라주고 있습니다.

2018년 저 42세, 남편은 46세로, 늦게 인연이 닿은 저희가 결혼을 하게 되었습니다. 남편은 아이 생각이 별로 없었지만, 저는 빠르게 아기를 낳고 싶었고, 결혼과 동시에 바로 난임병원을 찾아갔습니다. 두분 다 고령이니 빨리 시험관으로 시도해 보자 하는 의사 선생님 의견에 시험관을 바로 시작하려고 했는데, 예기치 못하게 자연 임신이 되었습니다. 그때 겸손치 못하게 '임신 쉽네~'라고 생각을 했고, 이 상태면 둘은 낳겠다 싶었습니다. 그러나 8주차에 하혈을 하고 유산이 되었습니다. 처음 겪는 느낌이었습니다. 상실감이 큰 저에게 병원에서는 바로 시험관으로 들어가자고 하셨고, 그때도 시험관을 하면 바로 아기가 생길 줄 알았어요.

빨리 유산의 상실감을 잊고 싶었고, 난 임신이 잘 되는 줄 알았으니까 조금 자신만만했습니다. 하지만 그때부터 채취만 10번을 하게 되는 긴 난임의 시간이 기다리고 있었습니다.

2019년부터 열심히 시험관을 시도했는데, 처음엔 하면 쉽게 임신이 되는 거라고 생각했

지만 한번도 착상이 된적 없이 시험관이 끝나버렸습니다.

계속 되는 실패로 처음의 자신만만 했던 마음이 점점 작아지고, 쪼그라 들어, 나중에는 부정적인 생각만이 마음에 가득했습니다. 그때 왜 아기를 지키지 못했나, 유산했던 아기가 나의 마지막 아기였다.. 이제 나는 임신을 할 수 없나보다.. 나이가 45세가 넘었으니, 이제 내 난자는 더이상 역할을 못하나 보다.. 회사도 그만두고 시험관을 열심히 했는데, 한번도 착상이 되지 않아 이대로 끝나는 건가.. 앞으로 어떻게 하지.. 너무 결혼을 늦게 했나 같은 나를 원망하는 생각들이 가득했습니다.

주변에서는 저를 위로했지만 위로가 되지 않았고, 대인기피증도 생기게 되었습니다. 누군가 결혼해서 아기를 낳았다, 임신을 했다라는 소리만 들려도 가슴이 쿵 하고 내려 앉았습니다.

머리 속엔 임신과 아기 생각들로 가득해져 일상이 우울해지고, 지쳐갔고, 남편도 저의 심리에 영향을 받았는지, 즐겁던 신혼 시절도 어느새 무미건조하고, 시험관 스케줄에 쫓기는 나날들이 되어 버렸습니다.

10회의 시험관을 마친 (착상 실패한) 어느날, 남편은 이제 하지 말자고 하더군요.

그정도 했으면 되었다, 우린 앞으로 자연임신으로 노력하되, 안생기면 우리끼리 잘 사는 미래를 그려보자고 저를 설득했습니다. 현실을 직시하고 이제 안되는 것도 인정해야 한다고 했습니다. 저도 더이상 남편을 힘들게 하고 싶지 않았고, 정말 이제 안되는구나 라는 생각을 했던 것 같습니다. 정부 지원도 끝나버려서 경제적인 부분도 부담이 되었습니다.

그날 밤 남편 물레 정말 많이 울었던 것 같습니다. 이제 끝내자, 미련을 놓자.. 그렇게 마음을 먹은 밤이었습니다.

그리고 병원을 가지 않았습니다. 7개월을 그냥 일상을 지냈습니다.

그렇지만 아기와 임신에 대한 생각을 잊은 적이 없는 것 같습니다. 마음 속은 간절했지만 이제 내려놓자.. 내려놓자.. 라고 생각했습니다.

일상을 지내면서 내 자신에 집중을 하자 내 인생을 살자라고 마음먹고 즐긴 취미가 요가였습니다. 그 전부터 열심히 하려고 하던 운동이었는데, 아기 생각을 내려놓고는 제 마음을 다스리는 운동을 넘은 마음 수련이었던 것 같아요.

요가를 하는 동안에는 마음이 편안해지고 저에 집중할 수 있었습니다. 그러면서 조금 마음이 편안해지고, 안정되어 갔던 것 같습니다. 아기가 없어도 나는 계속 살아가야 하나 까.. 건강하게 나이 드는 연습이라고 할까요.. 그런 생각을 많이 했고, 남편과도 앞으로 어떻게 살아갈지 얘기를 계속 했습니다. 아기가 없으니 우리는 자유롭게 여행하면서 살자, 은퇴해도 많은 돈이 필요 없으니 이 도시에도 살아보고 저 도시에도 살아보고 너무 좋겠다.. 이런 밝은 미래에 대한 얘기를 많이 했습니다. 그리고 나니 더욱 마음에 불안함이 없어지고 편해졌고, 안정되어 갔습니다.

그래도 1달에 한번 꼭 지킨 것은 배란일 체크와 아기에 대한 노력이었습니다. 배태기를 썼는데, 마음 속의 의구심은 항상 있었지만 그래도 계속 미련이 남아 체크 했습니다. 시험관을 계속 하고 싶었지만, 남편과의 얘기로 인해 저도 조금 망설이며 시간이 가고 있었고, 나중에는 안생기면 말자 라는 마음이 더 커져서 편하게 생각하게 된 것 같습니다.

이런 반 포기의 마음과 요가 수련으로 인한 건강해진 몸 등이 도움을 준 것일까요..

어느날 생리 날이 다가와도 기미가 없어 혹시나 싶어 한 테스트기에서 두줄이 보였습니다. 보고도 믿기지 않았고, 잘못 본건가 싶어서 몇일을 병원에도 못가고 테스트기만 계속 했던 것 같네요.

그래도 계속 두줄이 나와서 고령 임신에 유명한 선생님을 찾아서 갔습니다.

초음파로 아기를 확인하고 나서야 정말 임신이 되었구나 라는 생각이 들더군요..

그동안 정말 여기(산부인과) 오기가 어려웠는데, 꿈같았습니다.

저는 임신 기간동안 입덧도, 태동도 배아품도 너무 행복했습니다.

아기가 태어나 육아에 체력적으로 힘들어도 너무 행복한 나날들의 연속입니다.

아기가 제 행복한 감정들을 뱃속에서 들어서인지 잘 웃고 저도 아이만 보고 있어도 웃음이 절로 납니다.

어렵게 가진 아이여서 더욱 행복한 것 같습니다.

저는 난임의 시간을 노력으로 극복했는지는 잘 모르겠습니다.

제가 별도로 아기를 갖기 위해 한 노력인지 아닌지 저조차도 헛갈리니까요..

하지만 한편으로는, 아기는 일상속에서 내 마음과 내 몸을 위해주었기 때문에, 그리고 포기하지 않고 끊임없이 바라고, 사랑했기 때문에 와준 것이 아닌가라는 생각도 듭니다.

아기를 낳고 길러보니, 누군가 아직 기다리고 있다면, 정말 아기를 바라고 있다면 저처럼 많은 나이 초고령에도 자연임신과 건강한 출산이 가능하다고 이야기 해주고 싶었습니다. 물론 저는 크게 노력하지 않았을 수도 있습니다.

물론 어려운 일인줄 압니다만 일상을 지내고, 내 몸과 내 삶을 잃지 않고 지내며, 나 자신과 배우자를 먼저 사랑하시라고 말씀 드리고 싶고, 꼭 바라는 엄마 아빠에게 아기가 와주었으면 하는 마음에, 저같은 케이스도 있다고 말씀 드리고 싶었습니다.

모든 엄마 아빠가 되기를 바라는 분들에게 소망이 이루어 지시길 진심으로 기도드립니다.

읽어 주셔서 감사합니다.

터널의 끝은 분명히 있습니다 (47세 노산의 5년 난임이야기)

입선 - 최○○

42세의 늦은 나이에 결혼을 하다

2019년 6월 42세 나이에 결혼을 했습니다. 나이는 많았지만, 주위에 40대 초반 출산한 지인들을 보아왔기에 조금 힘은 들겠지만, 임신-출산-육아는 결혼 후 따라오는 당연한 수순으로 여겼습니다. 결혼 후 자연임신을 6개월 시도했지만, 임신이 되지 않았습니다. 병원을 가려는 12월의 어느날, 코로나가 터지면서 병원을 향한 첫 발걸음은 조금 늦추어지게 되었습니다.

amh 0.43 - 힘든 여정의 시작

6개월이 지나도록 코로나는 진정되지 않았고, 부산에서 가장 오래된 ○○병원에 검사를 받으러 갔습니다. 그때 제 나이가 43세였습니다. 검사결과는 놀랍게도 난소기능저하(amh 0.43) 46세 정도의 난소상태라고 하였고, 가임기가 얼마 남지 않았으니, 바로 시험관수술을 권해주셨습니다. 그렇게 시험관1차가 시작되었습니다. 처음에는 시험관을 하면 바로 임신이 될 줄 알았습니다. 그러나 첫 시험관은 채취부터 난관에 부딪혔습니다. 그 많은 과배란 주사를 맞았음에도 2개의 난자가 채취되었고, 그 마저도 1개는 공란포 나머지 하나는 수정을 시도해보아야 한다고 하셨습니다. 다행히 그 하나가 수정이 되고 첫 이식을 했고, 그 하나가 기적적으로 착상이 되어 로또라는 시험관 1차에 성공하는가하는 기대로 부풀어 올랐습니다. 그러나 피검사 수치가 더블링되지 않았고, 저의 첫 시험관은 화학적유산이라는 결말로 끝을 맺었습니다.

그렇게 석달의 휴식기간을 가지고 2번째 시험관을 시도하였으나, 겨우 1개 채취를 했고, 그마저도 수정실패로 이식조차 할 수 없었습니다. 시험관은 몸보다는 마음이 힘든 여정이라는 말을 실감할 수 있었습니다. 어찌해야할지 막막한 상황속에서 2번째 이식 불가 전화를 받고 나니 눈물이 났습니다. 지푸라기라도 잡는 심정으로 집근처 여성전문한의원에 상담을 받으러 갔고, 3개월간 한약을 먹으며 휴식기를 가졌습니다. 그리고 분

위기전환을 위해 병원을 옮겼습니다.

2번째 병원에서의 여정 또한 만만치 않았습니다. 채취는 되었으나, 상태가 좋지 않아 폐기, 다음번 시도에는 수정실패, 그러다 겨우 하나를 채취하고 이식하였으나, 착상실패... 언제 폐경이 올지 모른다는 두려움으로 정신적으로 너무 힘들었지만 실 수 없었습니다.

시험관시도 1년 만에 드디어 임신이 되다. 그리고 계류유산

그렇게 4번째 연속 채취를 시도하던 날, 난자가 4개가 보인다고 하셨습니다. 하나도 보기 힘든 난자가 4개라니... 3개가 수정이 되어 이식했고, 그 결과 143이라는 피검수치로 안정적으로 착상이 되었습니다. 이식 3번째 임신이었습니다.

2차, 3차 피검 수치는 안정적으로 올라갔고, 아기집, 난황, 심장소리까지 8주까지 순탄하게 흘러갔습니다. 그러다 10주째 진료날 심정이 멈추었다면서, 계류유산이라고 하였습니다. 당연히 출산까지 갈꺼라는 안일한 생각을 하고 있었고, 저에게 10주 유산은 한동안 아무것도 할 수 없는 무기력함을 안겨주었습니다.

한약을 먹고 뜸, 침 치료를 하며 석달을 보냈고, 다시 임신을 시도하더라도 유산이 될지 모른다는 불안감으로 재시도의 의욕도 생기지 않았습니다. 인터넷을 통해 제 나이에 염색체이상 많이 출산까지 가는 확률이 높지 않음을 확인하고 무의미한 일에 돈과 시간과 에너지를 낭비하는건 아닌가 하는 생각들로 머릿속은 꽉 차 있었습니다. 다시 병원을 옮기고 그때부터 좀 기계적으로 채취하고 이식하고 미착상 또 채취하고 이식하고 미착상 아무런 영혼도 없이 그냥 했습니다. 우울증이 올 것 같았고, 이제 제 나이도 45살이니 더 이상의 시도는 무의미하다 싶었습니다. 코로나는 더 심해졌고, 방안에서 혼자만 지내는 시간이 늘어나면서 세상과 단절된 기분마저 들었습니다.

그때의 저는 안 힘들기 위해서 발버둥치는 사람 같았습니다. 요리학원을 등록하고 스트레스 해소 영양제를 먹고 깊은 수면에 이르게 한다는 영양제도 챙겨먹었습니다. 그리고 난임우울증 상담센터라는 곳에서 전화상담으로 10회 상담도 받았습니다. 지푸라기라

도 잡는 심정이었습니다. 남편과 주말에 절에 가면 예전에는 아기를 꼭 가질수 있게 해달라는 기도를 했지만, 그 즈음부터 제 기도는 정말 안 힘들게 이 터널의 끝을 보게 해달라고 빌었습니다. 포기하고 싶었습니다. 하지만 포기도 용기가 있어야한다고 마음은 그만해야한다고 되뇌이지만, 생리가 시작하면 또 다시 병원으로 제 발걸음은 향하고 있었습니다. 이제 정부지원도 끝나고 자비로 하려니 경제적인 스트레스까지 겹쳐서 제 영혼은 점점 피폐하고 무기력함만 가득했습니다.

부산에서 대구로 전원해서 다시 시작하다, 그리고 난가연 보듬이사업 선정

조금 더 큰 곳으로 가서 후회없이 마지막으로 진행해보자 싶어서 기차를 타고 대구에 있는 병원으로 전원을 했습니다. 기분전환이 필요했는지도 모르겠습니다.

대구의 여름은 부산보다 더웠고, 병원대기도 2~3시간씩 하다보면 병원을 다녀오는 날에는 하루가 다 지나가고 다음날은 피곤해서 중일 잠만 잤습니다. 하지만 부산에서보다 결과는 조금 더 좋아서 이식까지는 무리없이 갈 수 있었습니다. 자비로 진행하다보니 한번 시술에 500만원이 훌쩍 넘어가고, 반복적인 시술로 경제적 어려움을 겪었습니다.

그러다 한국난임가족연합회라는 곳에서 정부지원이 끝난 사람들을 대상으로 1회 지원을 해 주는 보듬이 사업을 알게 되었고, 선정되어 서울로 교육을 받으러 갔습니다. 나만 힘들다고 생각했는데, 여기와서 교육을 받아보니 고차수로 힘들게 시험관을 진행하는 사람들이 많구나 싶었습니다. 그 차수는 경제적인 부담없이 진행할 수 있었고, 한결 편안한 마음이어서인지 3개 이식을 성공적으로 했으나, 결과는 미착상이었습니다.

2023년 46세, 새로운 병원에서 마지막 시도를 결심하다

43세 처음 시작한 시험관, 제 나이는 어느덧 46세가 되었습니다.

남편과 이제 그만해야하는지 계속할지 많은 이야기를 나누었습니다. 이제 만으로도 44세가 넘어가니 과연 임신가능성이 있을까? 하는 의문이 계속 되었기 때문입니다. 경제적인 부담 또한 무시할 수 없었습니다. 남편과 의논 끝에 지금 다니는 병원은 대기도 길고 교통편도 좋지 않아서, 역 근처에 위치한 대구의 병원으로 옮겨서 마지막으로 해

보고 깨끗이 포기하고 재취업을 하고 제 인생을 찾자고 결론을 내렸습니다. 마음이 한결 가벼웠습니다. 이제는 임신이 되어야한다는 생각보다는 포기를 위한 시도였습니다. 해볼만큼 해봐야 미련이 생기지 않을 것 같았습니다.

마음을 비우고 임했던 탓인지 대구의 전원한 병원은 무척 만족스러웠습니다. 대기도 길지 않았고, 하나가 나와서 수정이 되지만 해도 기뻐했습니다. 꾸준히 모아서 이식해보고 안되면 제 삶을 찾아나서자 하는 마음이었습니다. 이식하고 실패하고 이식하고 실패하고 그렇게 1년이 지나고 12월을 마지막으로 나의 난임의 긴 터널은 끝이 나는 듯 했습니다. 마지막 이식을 하고 동대구역에서 밥을 먹는데, 지나간 시간들이 떠오르며, 이제 할만큼 했으니 됐다 하는 마음으로 부산으로 돌아왔습니다. 그렇게 4년에 걸친 나의 임신시도는 끝이 나는 듯했습니다. 그리고 47세 새해를 맞이했고, 재취업을 위한 준비를 시작했습니다.

2024년 2월 난임 정부지원 횡수가 늘어나다, 그리고 3월 무탈이(태명)를 만나다

2024년 정부지원 난임횡수가 신선, 동결 칸막이가 없어지고 횡수가 20회로 늘어났다는 문자가 병원으로부터 왔습니다. 시술을 포기하고 취업을 위해 면접을 보러 다니던 중 그 문자로 마음이 흔들렸습니다. 포기했다고는 하지만, 마음 한편으로는 미련이 조금 남아있었던 것도 같습니다. 남편과 의논 후 한번만 더 해보고 봄에 취업하기로 이야기하고 대구의 병원에 다시 가게 되었습니다. 경제적 부담이 없어진 상태에서 시술을 받았고, 성공해야한다는 부담감도 없었고, 그냥 시술횡수가 늘어났으며 편하게 한번 더 해보자는 마음이었습니다. 무난히 3개가 채취되었고, 이식했고 결과도 대구 난임 병원이 아닌 집근처 작은 산부인과로 갔습니다. 당연 미착상일꺼라고 임신테스트기도 하지 않았고, 마음을 비우고 있었는데 200이 넘는 수치로 안정적인 착상이라는 결과를 받았습니다.

순간 좋다가보다는 이게 검사가 바로 된 것인가하는 생각마저 들었습니다. 이식 12번만의 결과였습니다. 유산 기억이 있었기에 12주전까지는 언제든지 임신이 중지될 수 있다는 마음으로 남편과 저 둘 다 마음을 졸이며 지냈고, 16주 니프티검사가 끝난 뒤에야 비로소 임신이라는 것을 실감할 수 있었습니다. 16주전까지는 매주 주말마다 절에

가서 신랑과 함께 이 아이를 건강히 저희에게 주신다면 감사하는 마음으로 잘 키우겠다고 매주 기도했습니다. 그렇게 난임 5년, 12번의 이식만에 우리 아들 무탈이를 만났습니다. 이제 30주를 지나고 있지만, 아직도 병원 진료를 갈 때마다 불안하고 걱정이 되지만, 어찌면 출산 전까지 이 불안감은 계속 되겠지만, 그래도 너무나 감사하고 행복합니다.

난임5년이 내게 가르쳐 준 것들

집착도 했고, 포기도 했고, 화도 냈고, 울기도 많이 울었습니다. 돌이켜 생각해보면 저는 안 힘들기 위해서 발버둥치며 지낸 시간이었습니다. “포기하면 온다드라”, “마음을 편히 가져야 한다”, “마음을 비워라” 이런 말들이 너무 싫었습니다. 그런데 정말 그 말이 맞았습니다. 이 일은 내가 노력한다고 되는 것도 아니고 집착한다고 꼭 되어야 한다고 다짐한다고 되는 일은 아니었습니다. 그냥 묵묵히 터널의 끝까지 걸어가야 끝나는 일이지 않을까? 하는 생각이 듭니다.

아직 30주라서 어찌될지 아무도 모르겠지요. 임신기간 30주 동안도 남들처럼 이 기간을 충분히 즐기지도 못했고, 불안한 마음으로 여기까지 왔습니다. 아기물품 하나를 사면서도 출산까지 갈지 아닐지도 모르는데 하면서 마음 편히 사지도 못했던 것 같습니다. 하지만, 이제는 조금은 하늘에 맡기고 제 길을 걸어 나갈 수 있을 것 같습니다. 지금도 힘들게 시험관시술을 받는 많은 분들이 계실꺼라고 생각합니다. 어찌보면 생명이 라는 것은 때가 되었을 때 너무도 자연스럽게 내게 다가오는 것이 아닐까 싶은 생각이 듭니다. 안힘들려고 난임우울증상담센터 상담도 하고, 명상도 배우고 발버둥치던 그 시간마저도 제 삶이라고 생각합니다.

그 시간들조차 겪고 지나가야 할 나의 것인데 그것들을 너무 피하려고 거부했다는 생각이 듭니다. 지금도 터널 속을 묵묵히 걷고 있는 분들께 그 끝이 무엇이든 그 시간조차 내 삶이라는 마음으로 그냥 받아들이며 걸어 나가셨으면 싶습니다. 그 터널의 끝이 임신과 출산일수도 있고, 또 다른 나의 인생이 활짝 펼쳐질 수도 있겠지만, 터널안에 시간조차도 나를 성숙케하고 기다림을 배우게 하고, 이 시간들도 필요한 시간이 아닌가 싶은 뒤늦은 깨달음이 듭니다.

저 또한 그 터널의 끝이 무엇일지 아직은 알 수 없습니다. 하지만 분명한 것은 아무리긴 터널이라도 끝은 꼭 있으며, 그 길을 다 통과한 사람은 끝이 무엇이든 성숙한 모습으로 자신에게 펼쳐진 또 다른 인생을 살아 나갈 수 있지 않나 싶습니다. 분명히 5년의 이 시간은 제 인생에서 가장 힘든 시간이었습니다. 아직도 가끔씩 그 때의 기억으로 마음 한 켠이 쓰릴 때도 있습니다. 하지만, 이 또한 제 인생의 일부분이라고 생각합니다. 인생의 가장 힘든 시기를 겪었고, 제 성격의 바닥도 보았고, 또 이겨내는 힘도 보았습니다. 난임 5년 기간 동안 난임카페에서 많은 분들을 글을 보고 힘을 얻었고, 난임우울증상담센터 선생님의 도움으로 마음을 치유받았고, 난가연의 보듬이 사업으로 경제적 어려움없이 시술도 받았고, 고차수 단톡방 지인에게서 위로를 받았습니다. 너무도 많은 분들의 도움으로 5년을 보냈습니다. 너무도 감사드리고 함께여서 겪어낸 시간들이었습니다.

그리고 지금도 묵묵히 난임의 터널을 걸어 나가시는 분들에게 제 글이 조금이나마 도움이 되었으면 합니다. 마지막으로 친절하고 묵묵히 긴 시간 치료를 함께 해 주신 대구○○○○이○○○선생님께 감사드립니다.



나의 난임 극복일지

입선 - 김○○

신혼 초 질병으로 인해 불임판정을 받았던 나는 3년여 만에 기적적으로 자연임신에 성공해 남편을 꼭 닮은 딸아이를 품에 안았다. 어렵게 나온 아이는 너무나 예쁘고 사랑스러웠다. 사랑스러운 배냇짓과 웅얼이, 걸음마를 떼던 날, 처음 엄마라고 부른 순간, 사랑해라며 안아주던 순간까지 ... 아이와 함께 하는 날들은 하루하루가 너무나 행복하고 벽찬 시간이었다.

우리 부부는 첫째가 두 돌이 지났을 무렵 둘째 계획을 세웠다. 첫째 아이도 동생을 원했고, 우리도 첫째에게 좋은 친구를 만들어주고 싶어서였다. 과거 불임판정을 받고 긴 난임기를 겪기는 했지만, 자연임신으로 출산을 한 만큼 둘째를 갖는 건 수월할 거라고 생각했다. 하지만 나의 바람과는 달리 6개월이 넘도록 임신이 되지 않았다.

혹시나 하는 마음으로 난임 병원을 찾아갔는데, 검사 결과 난소가 많이 노화되어 있고 자궁경부 폴립 때문에 임신이 어렵다는 소견을 듣게 되었다. 당황스럽기는 했지만, 과거 불임판정을 받았을 때에 비하면 아무 것도 아니었다.

일단 폴립을 제거하는 시술을 받은 나는 이후 난소 기능을 강화하기 위해 여러 모로 노력을 기울였다. 난소 건강에 좋다는 음식들을 챙겨먹고, 꾸준한 산책과 가벼운 운동으로 체중을 평균치로 유지했으며, 몸이 피곤하지 않도록 충분한 수면을 취했다.

그 후 첫째 때는 해보지 않았던 시험관 시술을 진행하게 되었다. 시험관 시술 과정은 주변에서 들어왔던 대로였다. 몸과 마음이 지쳐 무척 힘들다는 얘기를 들었을 땐 그런가보다 했는데, 막상 내 얘기가 되고 보니 매번 시술 때문에 신경이 바짝 곤두서고 예민해졌다.

첫 시술 때 채취한 난자의 상태는 A급이 아니었지만 그리 나쁜 편은 아니었다. 배아 2개를 이식했지만 곧 실패로 돌아갔다. 첫 시도 만에 임신이 될 거라고 기대했던 건 아니었지만,

만, 참담한 결과에 가슴이 쓰리고 아팠다.

시험관 시술은 기다림과 좌절의 연속이었다. 두 번째 시술마저 실패하자 자책감이 들기 시작했다. 시험관이 실패로 돌아가는 건 결코 예비엄마의 노력이 부족하거나 간절함이 부족해서가 아니었지만, 마치 내 잘못된 것 같아 고개를 들 수가 없었다.

세 번째 시술을 준비하면서 난임 카페에 누군가 써놓았던 '난임은 있어도 불임은 없다.'는 말을 주문처럼 되뇌었다. 임신은 불가능한 게 아니라 어려울 뿐이고 아이가 언제 찾아올지 모르지만 포기하지 않으면 결국 찾아온다는 말을 떠올리며 앞이 보이지 않는 힘든 시간들을 견뎠다.

나의 간절한 마음이 통했는지, 시술 세 번째에 드디어 임신에 성공할 수 있었다. 시험관 시술에 대한 압박은 상당했지만 임신에 성공해 뱃속에 그토록 기다려온 새 생명이 자라고 있다고 생각하니, 그간의 힘든 과정들이 봄눈 녹듯 말끔히 사라졌다. 첫째 아이에게 엄마의 뱃속에서 동생이 자라고 있다고 말해주었더니 폴짝거리며 행복해했다.

이제는 마냥 행복한 시간만 있을 줄 알았는데, 자궁출혈이 반복돼 마음을 줄여야만 했다. 첫째 아이도 그렇지만 둘째 역시 너무나 기다렸던 아이였기에 힘든 시간도 행복하게 이겨낼 수 있었다.

임신 10주차 때였다. 진료 날 아이의 심장 소리가 이상하다는 소견을 듣고 내내 불안했는데, 임신 11주에 갑자기 태중에서 심정지가 오고 말았다. 전혀 생각하지 못했던 유산이었기에 너무 큰 충격을 받았다.

소파술을 받고 퇴원한 나는 아직 어린 첫째가 슬퍼할까봐 마음껏 소리 내어 울 수도 없었다. 혼자 숨죽여 울고 있는데, 방으로 들어온 딸아이가 내 눈빛이 슬퍼보였는지 다가와 나를 꼭 안아주었다. 아직 네 살 밖에 되지 않은 어린 아이지만, 동생이 뱃속에서 떠났다는 걸 정확히 아는 것 같았다.

시험관 시술을 진행한 후로는 딸아이에게 제대로 신경을 써주지도 못했는데, 힘들어하는 엄마의 마음을 다독여주는 딸아이가 너무 고맙고 미안했다. 나는 딸아이를 꼭 끌어안고서

“엄마가 예쁜 동생 꼭 데려다 주고 싶었는데, 약속 지키지 못해 미안해! 조금만 슬퍼하고 일어날게!”라고 말했다.

그 후 나는 시험관 시술의 고통과 유산의 슬픔 때문에 잠시나마 둘째를 포기할까라는 고민에 빠졌다. 지병 때문에 첫째 때도 임신이 어려웠는데, 왜 둘째까지 이렇게 힘들게 낳아야 하는 건지 답답함과 회의감이 밀려왔던 것이다.

그때 남편이 다가와 내 마음을 다독여주었다. 둘째를 갖느냐 갖지 않느냐는 중요한 게 아니니, 간절한 마음이 아직 남아 있다면 유산의 상처 때문에 포기하지는 말라고 말해주었다. 남편의 말에서 용기를 얻은 나는 딸아이의 응원과 남편의 극진한 보살핌 속에 다시 몸과 마음을 추스르고 시험관 시술을 준비했다.

몸을 잘 회복한 덕분에 유산 후 시도한 첫 번째 시험관 시술에서 곧장 임신 소식을 들을 수 있었다. 어떻게든 아이를 지키고 싶어 나름대로 애를 썼는데, 유산을 했던 11주가 되니 마음이 조금씩 불안해지기 시작했다. 혹시나 습관성 유산이 되진 않을까 싶어 매사 노심초사할 수밖에 없었다. 다행히 11주, 12주가 지나갔고, 문제없이 임신이 유지되어 16주 안정기가 찾아왔다.

그런데 또 다른 위기가 우리를 기다리고 있었다. 28주에 진행된 정기검진에서 자궁 경부 길이가 짧아졌다는 소견을 듣게 되었고 응급으로 자궁경부를 묶어 태아가 내려오는 것을 방지하는 맥도날드 수술을 받게 되었다.

수술은 성공적이었지만 조산의 위험 때문에 최대한 활동을 자제해야만 했다. 그날 이후로 나는 밥을 먹거나 화장실에 가는 시간 말고는 계속 누워 지냈다. 움짱달짝 못해 힘들다는 생각보다는 오로지 아이를 지켜야 한다는 생각 밖에 없었다. 한 달 반이라는 기간 동안 오로지 아이를 지켜야 한다는 일념으로 힘든 시간을 버텼다.

그렇게 끝까지 아이를 지켜낸 나는 결국 둘째를 출산하는 기쁨을 만끽할 수 있었다. 어렵게 내게 찾아온 아기를 품에 안고서 “아가야, 엄마, 아빠한테 오느라고 수고 많았어! 우리한테 와줘서 너무 고마워. 너에겐 마음 따뜻한 누나도 있단다!”라고 말해주었다. 남편은 긴긴 어려움을 뚫고 둘째를 품에 안은 나에게 고생이 많았다며 꼭 끌어안아 주었다.

남편의 깊은 사랑이 아니었더라면, 첫째의 따뜻한 응원이 아니었더라면 과연 둘째를 품에 안는 이 기쁨을 누릴 수 있었을까. 난임을 겪을 때 가족의 관심과 보살핌보다 더 좋은 명약은 없다는 사실을 새삼 깨닫게 된 시간이었다.

난임으로 고통 받는 부부에게 임신과 출산은 결코 쉽지 않은, 힘겹고 지난한 과정을 거쳐야만 하는 일이다. 그러나 간절히 바라면 된다는 것을, 반드시 이루어진다는 것을 많은 난임 부부들이 느끼게 되었으면 좋겠다.

임신을 한 여성의 D라인은 세상에서 가장 아름다운 모습 중 하나고, 부모가 되는 기쁨은 무엇과도 바꿀 수 없는 최고의 선물이다. 이 땅의 모든 난임 부부들이 이제 눈물의 시간을 비켜서서 모두 아기천사를 품에 안을 수 있길 바란다.



감동이가 우리에게 온 날

입선 - 채○○

2019년 11월, 39살 결혼을 했고 나는 자궁 등 부인과적인 문제가 없었기에 임신이 안 될 거라고 생각을 하지 않았다.

2020년 친 언니의 조언으로 난임병원에 방문하여 난임검사를 했고, 결과는 충격적이었다. AMH 0.6. 지금 당장 시험관을 시작해야 한다는 담당 의사의 설명을 들었다. 그러나 맞벌이어서 중위소득 180%를 넘어서 정부지원을 받지 못한다는 보건소의 설명에 망설이게 되었다. 더 이상 늦출 수 없어서 퇴사 후 2021년 8월 첫 시험관을 시작했다. 1차에 큰 기대를 하지 않았으나 조기 배란이 있어 1개의 난자가 채취되어 신선이식을 했는데 막상 실패하고 나니 마음이 너무 힘들었다.

그 후 같은 병원에서 3번의 신선이식을 했지만 결과는 0점 비임신이었다.

그러다 시험관 카페를 통해서 알게 된 한국난임가족연합회를 알게 되었고 “뒤틀뒵”이라는 남이섬에서 하는 프로그램을 남편과 같이 참석하게 되었다.

남이섬에서 1박 2일로 숙박과 식사, 영양제를 지원해주고, 난임병원 선생님과의 만남, 운동법 등을 알려주는 알찬 프로그램이었다. 그곳에서 나는 생각보다 많은 사람들이 나이에 관계없이 난임을 겪고 있음을 알게 되었고 위안과 응원을 받을 수 있었다.

그 후 전원을 결심하고 새로운 병원에서 시작했다. 난소기능저하는 몇 달 사이에도 난소 기능이 떨어질 수 있다더니 결과는 처참했다.

난자의 다핵으로 인해 수정마저 실패하였다. 이제는 정말 포기해야 하는 걸까라는

생각이 들었다. 지원을 받았어도 병원비와 영양제 등 들어가는 돈이 많은데 외벌이라 이제 그만해야 되겠다고 마음을 먹었다. 그때 남편은 시험관으로 들어갈 돈을 어느 정도 예상하며 이 돈으로 하면 된다고 포기하지 말자고 했다.

2022년 12월 세 번째 병원으로 전원을 하게 된다. 시험관 준비 카페 등을 통해서 검색하며 찾아간 병원이었다. 대기가 엄청 길었지만 초진 환자에게 그동안의 결과지를 보시면서 1시간 가까이 설명해주셔서 믿음이 갔다. 그래서 이 선생님이라면 될 거 같은 희망도 갖게 됐다.

9-14차 동안 배아를 모아서 동결하는데 이번에도 수정이 안 되거나 3일 배아가 1개 밖에 나오지 않았다. 그렇게 1년 동안 4개의 배아를 모았다.

마지막으로 한번 더 채취를 해보자고 하셨는데 14차 채취에 수정 실패하자 너무 지치고 우울감, 무기력함에 남편에게 이제는 그만하자고 크게 싸웠다. 남편은 나보다 더 아이를 원했지만 내가 너무 힘들어하자 올해까지만 하기로 결정했다.

그리고 우울감이 너무 심해져서 중앙난임우울증상담센터에 문을 두드렸다. 나는 결혼을 늦게 했기 때문에 내 주변에 난임인 사람이 없어서 누구에게 말하기가 힘들었는데 상담을 통해서 조금씩 위로와 치유를 할 수 있었다.

그동안 모은 배아로 이제 이식을 해볼 차례였다. 2개의 배아를 이식하기로 했었는데 1개가 녹이다가 폐기가 되고 말았다. 4개 밖에 없는 배아인데 1개 폐기라니 너무 불안하고 답답했다. 담당 선생님은 이번 이식에 한번에 3개의 배아를 이식해보자고 하셨다.

그 날은 2월 설 연휴를 불과 이틀 앞 둔 날이었다. 담당 선생님은 퐁퐁한 상급 배아가 1개 있으니 잘 될 거라고 말씀해주셨다.

설 연휴가 길어서 친정 식구들과 국내 여행을 갔었는데 특별한 착상 증상을 느끼지

못했다. 피검사 하루 전날에는 생리통 같은 증상이 있어서 이번에도 역시 안 된 거구나 생각했다. 이제 남은 배아도 없는데 어떻게 하나 그런 걱정스러운 마음만 있었다. 그래서 밤에 질정도 넣지 않고 잤고 피검사 당일 아침 임신테스트기를 해보기로 했다. 그런데 두 줄이 나온 거였다!!!!!! 믿을 수가 없었다.

한번도 본 적 없는 두 줄이라니.....

다시 해보니 아무 반응이 없어서 아까 결과는 임신테스트기의 불량인가 하며 병원을 갔다. 담당 선생님이 “수치가 잘 나왔네요.” 라고 하셨는데 난 아니라고 생각했기에 “네? 뭐가요?” 라고 되물었다. “임신수치 200 이라고.” 하시는 거였다. 그래서야 나는 “네? 임신이라고요?” 그 말과 동시에 눈물이 펑펑 나기 시작했다. 그렇게 나는 난임 병원을 12주 니프티 검사를 끝으로 졸업했다.

5, 7, 12주 마다 피 비침이 있어 가슴 철렁한 순간들이 있었지만 그 후부터는 문제 없이 주수대로 아기는 잘 커주었다. 그리고 그 아이는 이제 36주가 되었고 10월 출산을 앞두고 있다. 매번 수정 실패와 이식 실패를 겪으며 과연 우리 부부에게 아이가 와주기는 하는 걸까..... 했는데 거의 3년의 시간(채취 14회, 신선이식 4회, 동결이식 1회)을 보내며 그 끝이 있었다는 사실이 아직도 믿기지 않는다. 어쩌면 올해까지만 하자고 했지만 2월 이식이 마지막이라고 생각했는데 그 이식이 성공해서 너무 기쁘고 다행스러웠다.

요즘 결혼이 늦어져 늦게 난임 병원을 찾는 사람들이 많아진 것 같다. 40대의 임신이 많아졌지만 한편으로 사회적으로 40대의 임신을 반겨주지는 않는 것 같다. 하지만 부부가 원한다면 포기하지 마시고 꼭 사랑스러운 아기를 품으셨으면 한다. 한국 난임가족연합회와 중앙난임우울증상담센터 등에서 하는 무료 프로그램을 이용해서 우리와 같은 아픔을 겪는 사람들을 만나는 시간을 통해 나 자신의 위안과 지치지 않는 용기를 얻으셨으면 한다.



7년의 기다림

입선 - 김○○

결혼도 하지 않았던 제 나이 28살, 왼쪽 난소 낭종파열로 응급수술을 받고 알게된 자궁내막증, 처음 듣는 이 진단명이 대수롭지 않았습니. 그런 병이 있나보다~ 치료하면 되겠지~ 라고만 생각했던 날을 되돌아봅니다. 미혼이었고 결혼 계획도 없었기에 수술 후 1년이 가장 임신하기 좋고 그 이후에는 임신이 점점 힘들어 질거라는 의사 선생님의 말씀이 며칠 마음이 심란하긴 했지만 제 생활에 지장을 주는 말은 아니었습니다.

이후 31살 그렇게 늦지 않은 나이에 결혼을 했고 바로 임신 시도를 했습니다. 하지만 3년이 지나도 임신이 되지 않자 당시 수술 후 의사 선생님께서 하셨던 말씀이 슬슬 생각나더니 어느 순간 뚜렷하게 상기 되면서 정신이 번뜩 들었습니다. 나 큰일났구나! 이래로는 안되겠다싶어 난임병원을 찾아가 검사를 받았습니. 모든 수치 정상! 원인불명이니 인공수정부터 차근차근 임신 시도하라고 하셨습니다.

시험관 여정이 시작되다

35살을 맞이하여 더 이상 지체하지 말고 시험관 시술을 받기로 했습니다. 내막증 외엔 다른 문제는 없기에 시험관 1~2차엔 성공할거라고 자부하며 마음 가볍게 시작했습니다.

하지만 예상치 못한 1차 성적표가 나왔습니. 결과는 매우 처참했습니다. 난자채취 갯수는 14개로 적은 편은 아니었으나 난자에 이물질이 많이 끼고 상태가 좋지 않았습니. 수정률도 안좋고 배아도 모두 좋지 않았습니. 이식날 의사선생님께서 버리기엔 아까우니 그중에 가장 나아보이는 3일배양 중하급 배아 2개 골라 이식을 한다고 하셨습니다. 그때의 비참함이란 말로 다 못했습니다. 오염을 하는중에 이식을 했고 당연히 피검 결과는 실패였습니다.

3개월 쉰 뒤 2차는 약간의 과배란 방법과 약을 바꾸어 시도 했습니다. 하지만 결과는 다르지 않았고 또 울며 이식하기를 3차 저자극까지 했습니다.

1차 직후 자궁 폴립이 보인다면 자궁경을 했었는데 거기서 또 한번 처참한 현실을 마주 했습니다. 자궁내벽이 수건 표면같이 너털너털한 실오라기 폴립이 자궁을 뒤덮고 있다고 했습니다. 그것은 제 체질이라고 했습니다. 그 광범위 폴립을 제거하기가 힘들어 2번의 자궁경을 실시 했습니다. 그럼에도 불구하고 2, 3차때도 착상 실패했습니다. 당연히 냉동배아는 없었습니다. 시술 결과가 이렇게 사람의 자존감을 낮아지게 할 수 있는지.. 이렇게 1년이 흘러갔고, 병원을 옮겨봐야겠다는 생각에 전국 난임병원을 투어하듯 찾아다녔습니..

그러다가 난임으로 알게된 언니가 저 멀리 지방에 살고 있는데 그곳 난임병원 이야기를 듣게 됐습니. 언니는 병원이 시험관 쉬는 기간인데도 자연임신 시도하라고 배란초음파 보러 병원에 나오게 한다는 이야길 듣고 시험관 시술로서뿐 아니라 환자의 임신에 관심을 갖고 세심하게 맘써주는 그곳이 호감이 생겼습니. 어느 주말 그 언니를 만나러 가서는 얼떨결에 그 병원에 가서 진료를 보게 되었고 시험관까지 하게 되었습니다. 거기서도 실패를 거듭 했지만 5차에 상태 좋은 배아를 1개 만났습니.

자궁외 임신에 희망을 보다

하지만 5차도 이식 후 피검사 수치가 0이었기 때문에 실패라고 생각하고 다음 시험관을 준비 하려고 하고 있었습니다. 그런데 그 당시 너무 몸이 너무 무겁고 안좋았습니다. 겨울이 다가오고 회사 다니면서 시술하다보니 몸이 축나서 그런줄 알았습니다. 몸살약을 먹으면서 몇 주를 그렇게 버티다가 어느날 출근길에 회사에 도착하지 못하고 구급차를 타고 병원으로 가게 되었습니다. **검사결과 자궁외 임신이었습니다. 정신이 없는 와중에도 육하는 마음에 제가 임신이 안돼서 시험관만 몇 번째 하고 있는데 자궁외 임신이 말이 되냐고 물었습니다. hcg 피검사 수치를 보여주더라고요. 8천이 넘어 임신이었습니다. 그렇게 바로 수술실로 실려 들어가는데 기분이 묘했습니다. 임신이라니.. 나도 되기는 되는건가??** 라는 맘에 한결 희망이 보여서 기분이 나쁘지 않았습니다. 수술 집도 해주신 선생님께서 아기집이 나팔관 끝에 착상이 되어 출혈이 일어났다고 했습니다.

니다. 그리고 내막증으로 나팔관과 자궁이 다른 장기에 유착되어 있어 다 떼어냈으니 이제 임신 시도하면 잘 될 것이라고 말씀해주셨습니다. 너무너무 희망적이었습니다.

그런데 그러고도 6차에 또 실패 했습니다.

퇴사를 하다

시험관하던 두 번째 해엔 연차를 11개를 반차로 모두 쪼개서 병원가는데 썼습니다. 나중에는 휴가가 모자라 채취한 날도 수면마취 폴리자마자 회사로 복귀했었습니다.

그렇게 연차를 모두 병원가는데 쓰다보니 남은건 없는데 여름휴가기간에 텅빈 사무실에 혼자 앉아있는거예요. 내가 이렇게까지 해야하나 라는 생각도 들었어요.

제가 결혼할 때 남편에게 한 말이 있습니다. 나는 평생 나가서 일을 할 것이니 집에서 살림하라고 하지 말아라! 입니다. 하지만 여러번 시험관 실패하고 나니 이진 시술로만 될 것 같지 않다는 생각이 들어서 4차 실패 후 남편한테 조심스럽게 퇴사를 하는게 어떨지 물었습니다. 남편은 40살까지는 맞벌이해서 제대로된 전셋집이라도 하나 구하고 그 이후에 그만두길 원했습니다. 사실 경제적인 상황을 저도 너무 잘 아니까 고집부릴 수 없었습니다. 하지만 자궁외임신 사건을 겪은 뒤 남편이 저의 퇴사를 동의해줬습니다. 직장다니며 시술받다보니 몸이 힘들어서 자궁외임신이 된 것 같으며 쉬는게 좋을 것 같다고 했습니다.

그런데 오히려 회사에서 잡았어요. 퇴사를 받아주지 않고 상생하는 것을 협상하자 했습니다. 근무시간을 줄이고 병원도 편한 시간에 가도록 배려해 주셨습니다. 정말 감사했습니다. 직장도 다니고 병원도 편히 다닐 수 있으니.. 하지만 7개월을 더 다니면서 시술을 했는데 또 실패했어요. 그때 제가 업무 스트레스를 유독 많이 받는 사람이라는 걸 그때 알게 됐어요. 이후 정말 단호하게 퇴사를 강행했습니다. 어쩔 수 없이 퇴사를 하면서도 육아도 아니고 난임의 이유로 퇴사를 한다는게 비참했고 자존감이 더 바닥을 쳤습니다.

퇴사 후, 7번째 시험관 시술에서 2017년 임신 성공

기가 막히게도 퇴사 후 두달 뒤 7번째 시술에서 임신이 됐습니다. 제일 먼저 남편한테 면이 났습니다.. 사실 피검수치를 전화로 듣고나니 얼떨떨하고 기쁘긴한데 사실인지 의심이 가고 불안했습니다. 3일 뒤 2차 피검수치는 잘 오를지 바로 걱정이 앞섰습니다. 이진 시험관하는 분들 모두 다 겪는 감정인 것 같습니다.

그렇게 임신된 아이가 단 한번의 이벤트 없이 제 뱃속에서 무사히 잘 자라 자연분만으로 출산을 했습니다. 너무나 귀한 딸아이입니다.

신생아는 못생겼다고 들었는데 거짓말입니다. 남자마자 마주한 제 아이는 너무 예뻐서 이렇게 예뻐줄 알았으면 뱃속에 있을 때 더 기대할걸.. 싶었습니다.

시험관 시술로 둘째 시도

사실 어렵게 아이를 하나 얻은 것에 대해 감사한 마음이 컸습니다. 그 이상은 욕심이라고 생각했지요. 그런데 아이가 너무 예쁘니까 두 돌쯤 지나니 한명 더 있으면 참 좋겠다는 맘이 생겼습니다. 당시에 제가 마흔이 넘었지만 요즘 40대 출산이 많고 저출생이라 출산 장려하는 분위기로 난임시술비도 의료보험 적용이 된다고 하니 이 여세를 몰아 한명 더 낳아 보기로 남편과 합의했습니다. 그래서 알아보니 저는 시술비를 의료보험으로 3번 더 지원을 받을 수 있어서 1년 동안 3번만 더 시술을 해보기로 했는데 첫 번째 시도에서 임신이 됐습니다. 너무 감사했습니다. 그렇게 2021년도에 태어난 아이가 아들입니다.

난임극복을 위한 개인적인 노력들

사실 무엇을 해서 임신이 되었는지는 저는 아직도 모릅니다. 성공했을 당시 배아질은 중급. 이식날 배아사진을 보니 또 눈물이 날 정도로 별로였고 자궁상태도 크게 다를 것이 없었습니다.

그동안 받은 시술과 개인적인 노력들, 퇴사로 인한 스트레스 감소, 그리고 때가 되어 임신이 된 것 같습니다. 처음부터 몸관리를 열심히 한건 아닙니다. 첫시술 한 방에 성

공하고 싶어 좋다더라 영양제와 좋은 음식들을 다 준비하고 필라테스 개인PT, 약손마사지를 받는 등 아낌없는 투자를 했었습니다. 하지만 실패를 거듭하면서 제 생활 환경 개선을 노력하지 않으면 오래 걸리겠다는 생각이 들었습니다.

그래서 최대한 집밥을 먹기위해 좋은 식재료를 구매하고 언제든지 뛰어나가 할 수 있는 걷기 운동을 매일 생활화하고 제 몸에 맞는 혈액순환을 위해 여러 가지 방법을 시도하면서 반신욕 족욕 등을 했고 자궁내막증 개선을 위해 주방, 욕실 생활용품의 환경호르몬 차단에 힘썼습니다.

멘탈관리

그리고 저는 멘탈관리가 너무나 중요했습니다. 마음이 흔들리는 것 너무 힘드니까 이대로 계속 가면 제가 죽겠다 싶어서 어떻게 살 것인지 결정을 해야했습니다.

‘아이를 잉태하는게 이렇게 힘든 일이라면 저라는 한사람이 태어나고 자라고 지금까지 살아있는게 기적이라는 생각이 들었습니다. 내가 건강한 길로 만족하고 살자. 그리고 아이가 생긴다면 선물이다. 선물은 받을 수도 있고 못받을 수도 있다. 선물을 못받았다고 평생을 우울하게 살 것인가? 그걸 잘못된 마음이 아닐까?’ 라는 깨달음을 얻고 이 깨달음을 흔들리지 않게 하려고 애썼습니다.

그래서 피검사 후 임신이 안됐음을 확인한 날에도 운동을 하러 나갔습니다. 늙어서 돌아봐줄 자식이 없어도 내가 나를 지키기 위해서 운동해야겠다고요.

또 다른 피검 0점을 받은 날은 어학 시험을 봐야 하는 날이었는데 시험 우울해서 이불 덮어쓰고 누워있다가 벌떡 일어나서 시험보러 갔습니다. 아이가 없는 삶을 살 때 더 유용한 사람으로 살려면 시험을 봐야겠다는 생각이 번뜩 들더니 몸이 움직였습니다.

마치며..

난임시술 하시는 분들은 다 알고 계실 것입니다.

임신은 인간의 영역이 아니다 신의 영역이다! 입니다. 의사도 배아 이식해주고 “임신하고 오세요” 라고 말씀하십니다. 나는 나의 할 일을 다하고 시술도 최선으로 받고 나머지 신에게 맡겨야 합니다. 난임이 나에게 어떤 의미인지 잘 생각해보고 그것을 흔들리지 않게 잡고 나가는 것 굉장히 중요한 것 같습니다.

수기를 쓰다보니 난임시절 생각을 떠올려야해서 그 당시 힘들었던 감정이 올라와 눈물을 멈출 수가 없습니다. 그만큼 돌아봐도 너무 힘든 시절이었고 현재 난임을 겪고 계신분들은 정말 힘든 시간을 보내고 계신겁니다. 언젠가 종지부를 찍을 난임의 터널을 건너더라도 멈추지 말고 가서 끝을 보길 바랍니다. 부디 저의 수기도 도움이 되길 바라고 자신만의 맞는 건강관리 방법을 찾아서 하루빨리 건강한 임신과 출산을 하시길 간절히 기원하고 응원하겠습니다.



된다된다 꼭된다!! 나는 된다!!

입선 - 김○○

이런 수기를 쓰는 날이 나에겐 오지않을 줄 알았는데 아기를 재우고 글을 쓰고 있으니 기분이 참 묘합니다.

아기가 자는 밤 작년 이맘때 임신기간이 떠오르기도 하고 지금 내 옆에 있는 아기를 보면 시험관으로 주사 맞던 시절이 떠오르기도 합니다.

전 2019년 38살 늦은나이에 결혼했습니다. 아기를 꼭 갖고 싶었지만 주말부부로 지내다보니 쉽게 생기지 않았어요. 마음 편히 갖으면 생긴다는 아이는 1년이 지나도 소식이 없었습니다.

주위에서 좋은소식 없냐고 물어보면 전 주말부부 핑계로 대답을 넘겨 버리며 속으로는 왜 잘 안되는 걸까? 임신은 결혼하면 쉽게 된다 생각했던 나를 되돌아 보게 되었습니다.

1년이 지나고 난임병원에 적극적으로 상담하던 남편을 설득하여 진료를 보게 되었습니다.

결혼 전 절대 시험관시술은 하지않게 다던 내가 스스로 난임병원을 찾게 되었습니다. 난임병원을 찾을때만해도 “내가 무슨 문제가 있겠어? 이리 건강한데” 이런 생각으로 진료를 받아보니 전 amh수치도 낮고 임신이 쉬운 몸이 아니었어요. 담당원장님은 인공수정보다 시험관시술을 권하셨습니다. 전 그날 진료실에서 울면서 나왔어요. 웬지 쉽지않은 길로 가야되는 내자신이 서글프기도 하고 여러가지로 속상했습니다.

병원진료 소식을 궁금해 하던 엄마에게는 둘다 별 문제는 없지만 나이가 많아서 잘될지 모르겠다고 말했어요. 직장을 다니던 저는 시험관시술로 갖은 병원방문에 휴직을 생각하기도 하며 우선 1차 시험관을 진행했어요. 1차에 성공하면 주변에 전하고 소식을 전해야지 기분좋은 상상에 빠지게 되었어요. 출근 전 진료를 보기 위해 아침 일찍 병원도 방문하고 시간알람을 하며

주사를 맞으며 난 곧 엄마가 될거야 라는 실패없는 시험관 1차 성공을 계획했어요. 전 시험관만 하면 바로 성공하는 줄 알았어요. 그만큼 시험관시술의 힘들음 이때는 생각하지 못했어요. 채취와 이식을 하고 기다림의 시간 동안 한번에 되면 난 로또인가 하며 긍정회로를 열심히 돌렸습니다. 하지만 이식 12일 후 피검사는 0점 대로 실패했어요. 너무 속상하고 내가 무슨 노력이 부족한걸까? 주사시간도 잘 지켜 맞고 한 내가 실패라니 한동안 너무 힘들었습니다. 그러면서 한편으로 이리다 장기전으로 가는건 아닌지 겁이 나기도 했습니다.

머칠을 울며 지내고 전 새로운 유명한 난임병원을 예약했습니다. 예약 후 진료에서 전 그동안의 마음고생이 심했는지 처음보는 원장님 앞에서 울면서 진료를 받았습니다. 그 원장님께서 저보고 꼭 엄마 만들어 주신다며 용기를 주셨습니다.

그래서 또 다시 시작된 2차 시험관.. 유명한 병원이라 대기는 더 길어지고 거리도 멀어졌지만 엄마가 되는 길로 들어선 거 같아서 열심히 병원을 다녔습니다. 하지만 2차 시험관도 실패로 끝나고 전 또 눈물로 하루하루 보냈습니다. 난 정말 안되는걸까? 이런 생각에 하루하루가 힘들었습니다. 시험관 생각만 해도 눈물이 나고 밝은 성격의 저는 가슴 한편에는 시험관 실패자라는 낙인에 저 스스로가 절 가두었습니다. 다음번에는 꼭 될 거라는 말에도 왜 난 안되는걸까? 의문만 남기며 매일 시험관 생각으로 가득찬 하루하루를 보냈습니다.

시험관 기간에 같은 병원 다니는 사람끼리 단독방도 만들며 정보를 공유하기도 하고 진료시간이 겹치면 병원에서 잠깐 얼굴을 보면서 서로를 위로하면 전 시술을 이어나갔습니다. 그 단독방에서도 성공해서 임신이 되는 사람을 부러워하기도 하며 내가 저 사람보다 무슨 노력이 부족했을까? 남의 임신소식에 진심으로 축하하지 못하는 제 자신이 비참해보이며 힘들기도 했습니다. 몇 번의 시술에 2022년이 되니 코로나가 기승을 부리게 됩니다. 코로나 시기에 병원에 다니며 코로나 걸리면 시술을 못받을까봐 엄청 조심하며 이번엔 꼭 될거야 라는 생각으로 또 채취와 이식을 반복했습니다.

시술을 위해 선별진료소에 줄을 서서 기다리며 코로나 검사를 받고 이식을 하며 피검사 날이 다가왔어요. 매번 한줄만 보이는 테스트기에 이번에도 될리나 없지 이라며 병원에서 피검사를 하고 왔어요. 병원에서 대기하며 피검사 0점 소식을 듣고 싶지 않아서 전 피검사만 하고 결과

는 전화로 듣겠다고 하고 힘없이 나왔습니다. 한시간 후 병원에서 온 전화에는 다시 내원하셔야 된다고 임신수치가 나왔다는 전화였습니다. 내가 임신수치가 나오다니 곧장 발걸음을 병원으로 향했어요. 근데 제가 생각했던 수치보다 훨씬 낮은 수치에 이를 뒤에 다시 피검사를 해야 된다고 약을 유지하라고 전달받고 집으로 왔어요. 임신이긴 한데 낮은 수치는 절 또 불안하게 만들었습니다. 결과를 궁금해하는 엄마에게 임신이긴 한데 수치가 낮다니 엄마는 잘먹고 그ಾಗಿ 꼭 잘키워보자고 했습니다. 전 검색창에 낮은수치 임신 검색으로 하루를 보냈습니다. 이를 뒤 아침 일찍 찾아간 병원에서 피검사를 하고 기다리며 제발 수치가 올라가 있길 기도했습니다. 한시간 뒤 결과가 나온다는데 한시간이 너무 길게 느껴졌어요. 결과는 아직은 수치가 낮기는 하지만 더블링이 되어서 약을 유지한 후 한번 더 진료를 보기로 했어요.

이렇게 시작부터 낮은 수치가 결국은 아기집을 보고 임신확인서를 받았지만 임신으로 유지하지 못하고 전 유산을 하게 되었어요. 며칠이었지만 임신확인서를 받으며 출산예정일에 여러가지 생각을 하던 저는 수술까지 하게 되니 무섭기도 하고 임신은 나에게 점점 멀어지는거 같았어요. 수술날 병원에가는 차안에서 남편과 전 아무말도 하지않고 전 눈물을 흘렸어요. 이런 모습을 보더니 남편이 다음번에는 꼭 좋은 소식으로 웃으면서 다시 병원에 오자고 했어요. 유산후 몸 회복을 위해 몇 달을 쉬며 마음과 몸 모두 힘든 시간을 보내며 그래도 전 다시 또 시술을 위해 병원을 찾았어요.

임신에 방해요소 제거를 위해 주사도 더 맞고 주위에서 유산 후 자궁이 깨끗하면 아기가 잘 찾아온다는 말에 또 희망을 가지고 시술에 도전합니다.

이젠 내가 몇 번 시술을 했는지조차 가물한 기억으로 전 시술을 이어나갔어요. 몸과 마음이 지친 절 보며 남편은 시술을 그만 하는걸 권하기도 했어요. 이젠 어딜가든 무얼하든 제 머릿속엔 항상 임신에 대한 열망으로 가득찼던 거 같아요.

결혼 전 관심도 없던 난임의 세계에 빠져버린 전 회차가 더해지는 시술에 점점 힘들어져 포기해야되나 하는 생각도 수없이 했습니다. 퇴근 후 걷기가 좋다는 말에 비가 오나 눈이 오나 한 시간씩 걷기도 하고 좋다는 음식이 있으면 찾아가서 먹기도 하고 전 임신만 된다면 뭐든 할 기세로 나혼자만의 싸움처럼 외롭게 난임의 방에 혼자 들어안게 된 기분이었어요. 시간은 자꾸

지나고 전 마음속으로 이번이 마지막이다라는 생각으로 남편과 올 때까지 시술에 전념하기로 계획합니다.

담당원장님께도 이런 저의 마음을 전달하면서 원장님 저 마지막이라고 생각하고 쓸 수 있는 모든 처방을 다 해주세요 라고 말하니 원장님께서 마지막은 임신이 되어 마지막이라고 합니다. 저의 시험관에도 마지막이 있을까요? 생각하며 전 이식을 하게 됩니다.

마지막 시술이라 말해서일까 아침저녁 늘어난 주사일정. 전 이식 후 피검사 전날까지 이번엔 절대 테스트기에 손대지 않겠다고 다짐합니다.

이식 후 시간은 흘러 다음날 피검사를 앞두고 잠이 잘 들지 않는 밤 잠깐 눈을 붙이고 새벽에 눈이 떠져 테스트를 해보고 이번에도 될 리가 없지 하는 마음으로 테스트기를 보니 선명한 두줄이 제 눈에 보입니다. 두줄에도 전 믿지 못하고 지난번 아픔이 떠올라 아무한테도 말하지 못하고 아침이 밝으면 병원에 조금 일찍 가기로 생각합니다. 병원에 가는 길 이번엔 수치가 잘나올까 하면 피검사를 받고 병원에서 대기를 합니다. 한시간이 지났을까 간호사님이 결과 나왔다고 종이에 적힌 수치를 보여줍니다. 와 참보는 수치 안정적인 수치에 손이 닿달 떨립니다. 임신이라는 결과 처음보는 결과에 전 나오자마자 울면서 남편과 엄마에게 전화를 합니다. 이렇게 시작된 임신이 잘 유지하여 전 만출에 성공했습니다.

이게 꿈같은 일이지만 작년에 일어난 일이네요. 작년 난가연에서 하는 된된꼭 대관령걷기에 같은 병원 다니던 언니와 참가했어요. 강원도 가서 바람도 쐬고 기분전환도 하고 커피도 마시며 힐링의 시간을 보내고 왔습니다. 나와 같은 힘듦의 시간을 보내는 사람을 만나서일까. 이번엔 잘 될거 같은 생각으로 걷기행사 참석 후 그 다음주에 이식하여 2024년 2월에 이번 아기 우리 딸을 만났어요. 임신기간 심한 빈혈로 쓰러지기도 했지만 간절히 원하던 임신이어서 전 누구보다 기쁘게 임신기간을 보냈어요. 내가 얼마나 원했던 엄마의 길이었는지 누구보다 간절했던 시간이어서 지금 이 글을 쓰면서도 그때 생각에 눈물이 나네요.

길고 긴 터널에 끝이 없을 것 같던 난임의 시간 된다된다 꼭 된다는 얼마나 외치고 마음에 새겼는지.. 이런 성공수기 쓰는 날이 꿈 같지만 반드시 됩니다.

난임도 제 인생의 한 페이지예요!

입선 - 조○○

안녕하세요 난임 가족 여러분, 아직은 길었던 난임 기간의 생활이 더 익숙할 정도로 제가 이렇게 성공 수기를 쓰게 됐다는 게 실감이 안 나지만 얼떨떨한 마음으로 저의 이야기를 시작해 보려 합니다.

남편과 저는 30대 후반에 만나 마흔에 결혼한 늦깎이 부부라 신혼과 동시에 난임의 길로 들어섰습니다.

자연임신으로 한 차례 유산 후 바로 동네 산부인과에 가서 난소나이 검사라는 게 있다는 걸 알게 되었고 검사를 했는데 실제 나이가 마흔인데 제 난소는 47세라고 하더군요. 엄청난 충격을 받고 바로 난임 병원을 다니기 시작했습니다.

이때까지만 해도 여러 매체에서 접했던 시험관 시술의 성공사례들처럼 저도 시험관만 시작하면 금방 아기를 가지게 될 줄 알았어요.

그런데 1차 채취에서부터 난관이었습니다. 난소기능저하 때문에 과배란 주사에 반응을 잘 안해서 난자 채취 개수 자체도 너무 적었고 2차 채취 때에는 그나마 몇 개 안 되는 채취된 난자들이 전부 수정 실패와 배양 중 폐기 되는 등 이식조차 못 해보고 3차까지 채취만 하다가 그 동안 겨우겨우 모은 배아 2개를 동결로 첫 이식 했는데 유산...이후로도 채취를 계속 해서 2~3개의 배아를 모아서 이식, 그리고 또 유산...을 반복했습니다.

정리해서 말씀 드리자면 저는 총 11번의 난자 채취와 1번의 인공수정, 4번의 유산 끝에 지금의 아기를 만났네요. 2020년 첫 자연임신을 시작으로 24년 5월에 아기를 만났으니 길다면 길고 짧다면 짧은 난임 기간이었습니다.

사실 난임을 극복하기란 몸보다 마음이 너무나 힘들고 고통스러운 과정입니다.

저도 해가 바뀔수록 내 난소가 더 나이 들어갈 거란 압박감과 여러 번의 유산을 겪으면서 힘들었던 순간들도 많았던 것 같습니다.

하지만 난임이라는 어둡고 끝이 어딘지 모를 긴 터널을 지나는 데에 저의 경험을 토대로 제가 생각하는 가장 중요한 포인트는 '안 되는걸 미련하게 계속 하고 있는 건가?.. 계속 해도 안 될 거야..' 라는 부정적인 생각으로 스트레스 받는 것 보다는 아기가 와줄 때까지 노력하고자 마음을 먹었다면 '꼭 된다!' 라는 믿음으로 임하는 것이 좋은 결과를 가져온다는 것입니다.

저는 "난임.. 이것도 내 인생의 한 페이지인데 이 길을 가는 것도 긍정적으로 유쾌하게 걸어보자!"

늘 이렇게 생각하며 난임 병원 다니는 걸 그냥 학교 다니듯이, 일상의 한 부분으로 받아들였습니다. 초,중,고,대학 시절 생각해보면 이 지겨운 학교는 언제 졸업하나 문득 이런 생각이 들 때가 있는데 그냥 다니다 보면 다 졸업하니까 난임 병원도 학교 다니듯이 다니다 보면 언젠가 나도 졸업할 수 있을 거라 생각하며 최대한 상황을 즐기고 기분 전환에 도움이 되는 소소하고 쉬운 것들로 제 마음을 위로해주고 살았습니다.

나중에 성공해서 아기를 만나면,

"엄마가 너를 만나러 오는 길이 마냥 힘들고 괴롭지만은 않았어!" 라고 말해주고 싶었거든요^^

다음으로 시험관 시술을 시작하면서 제가 했던 노력들(아마 다들 이 정도 또는 그 이상하시고 계시겠지만^^;)을 조금 소개해 드리자면,

1. 좋다는 영양제 꼬박꼬박 챙겨 먹기

2. 식사는 채소와 단백질, 탄수화물 밸런스를 균형 있게 맞추어 먹기(지나친 탄수화물 배제는 오히려 독약: 탄수화물도 분명 필수영양소 입니다!)

3. 하루 7시간 이상 푹 자기

4. 원래 운동을 좋아하는 편이라 유산소 운동(만보 걷기, 수영)과 근력 운동(필라테스, 요가)을 적절히 섞어 주 5회 이상 하기. 만보걷기 할 때는 햇빛 쬐며 걸어주기(기미는 좀 걱정되지만 우울감을 달래는 데에도 좋고 면역에도 좋다고 하네요!)

이 정도로 정리할 수 있겠네요.

4번 만보 걷기는 이 때에 난임가족연합회에서 주최 하셨던 '작심8주 만보걷기'에 신청해서 느슨한 마음가짐도 다잡고 성공하면 상품도 있어서 재미있게 매일 만보걷기를 했는데 이 자리를 빌어 감사의 말씀 전하고 싶습니다.

마지막으로 난임 가족 여러분, 힘드시겠지만 저처럼 여러분들도 이 길 끝에 꼭 아기를 만날 수 있음을 믿어 의심치 않고 또 격렬한 응원을 보냅니다!

제 곁에서 24시간 저를 괴롭히고 있지만 절대 밟지 않은 '세상에서 제일 사랑스러운 관중'이 여러분께도 꼬옥 찾아와 주리라 다시 한 번 확신하며 부족하고 두서없는 제 이야기를 마치겠습니다.



꼭 올거예요. 된다! 된다! 꼭 된다

입선 - 문○○

저에게 난임기간을 돌이켜 보면 소통의 힘으로 극복할 수 있는 시간이었습니다.

결혼하고 아이낳고 평범하게 사는 일상을 꿈꿨던 저에게 임신과 출산이 이렇게 힘든 일이라고 생각해보는 적이 없었습니다. 늦은 나이에 결혼했지만 계획하면 바로 임신할 줄 알았는데 2년의 시간이 지나도 임신이 되지 않았고 일반 산부인과에서 배란일 받아오고 나중엔 인공수정도 해봤지만 임신이 안됐습니다.

난임이라는 말조차 몰랐던 저는 아무런 정보도 없었고 검색해서 찾아본 난임병원을 방문하였고 검사 후 나온 결과는 난소기능 저하로 인한 난임이었습니다.

난임에 대한 지식이 없으니 병원에서 하라는대로 따라가며 1차를 진행하였고 무지한 상태에서 진행했어도 실패했을 때 속상한 마음은 너무 크더라고요.

첫 번째 실패 후 네이버카페 오픈채팅을 가입해서 정보를 얻기 시작했습니다. 처음이라 아무것도 모르던 저에게 오픈채팅을 통해 알게된 멤버들은 많은 정보를 알려주고 위로해주고 공감해주었습니다. 나와 같은 힘들음을 경험하는 분들의 이야기들이 저에겐 많은 힘이 되었어요.

다시 시작하는 마음으로 같은 병원에서 2차를 진행하였습니다. 저는 만보걷기 운동도 시작하고 영양제도 챙겨먹고 난포 1개를 잘 키워보자고 노력했습니다. 드디어 채취하는 날 초음파를 보시더니 난포가 벌써 터졌다고 아쉬우니 인공수정으로 바꿔서 진행하자고 하셔서 인공수정을 하고 집에 돌아오는데 너무 허탈했습니다. 결과는 실패였고 채취량 이식이 어려울 수 있는 상황이 되어보니 이젠 겁도 나더라고요. 그래도 긍정적인 마음으로 마음을 다잡고 3차에 도전했습니다. 3차 때는 약을 먹고 주사를 맞아도 난포가 자라지 않아 걱정하고 있었

는데 선생님께서 제가 더 이상 헤드릴게 없네요 라는 말을 하시더라고요.

저는 어떤 일이든 긍정의 힘을 믿는 사람인데 이런 말을 해주시는 선생님은 저하고 맞지 않는거 같아 병원을 옮기기로 결정하였습니다.

시험관 카페에 올라온 후기들을보고 난소기능저하를 잘본다는 0여성의원으로 가장 빠른 날짜에 예약하고 방문했습니다. 3차 진행 실패 2주 후였습니다.

그때 0여성의원에 상담해주시는분이 계셨는데 제 얘기를 차분히 다 들어주시더니 저에게 000 선생님을 추천해 주셨습니다. 000 선생님과 상담을 받고 저에겐 신선보다 확률을 높이기 위해서 모아서 이식하는 방법을 추천해주셨습니다. 상담 후 초음파를 보는데 아직 난포가 자라고 있다고 얘기해주시더라고요. 선생님께서 “우리 이거 키워서 채취해볼까요?” 말씀 해주시는 그 얼굴을 아직도 잊을 수가 없습니다. 저는 그 전병원에서 더 이상 헤드릴게 없었던 그 난포를 3주 후에 채취하고 수정해서 냉동보관했습니다.

이제 저의 목표는 3개 모아서 이식하는거 였습니다. 다음달에 1개 채취하고 냉동하고 순탄하게 지나가는 듯 하더니 저는 마지막 1개를 모으는데 몇번의 실패를 경험하게 되었습니다. 생리가 시작해서 방문하면 난포가 안보이는 날도 있었고 잘 키워서 이제 채취하려고 시술실 들어가기 전에 초음파 봤을 땐 보이던 난포가 시술실 들어가서 마취하고 준비하는 시간에 터진 적도 있었고 채취하고 보니 공난포인적도 있었습니다. 계속되는 실패에 선생님 앞에서 운 적도 많았고 답답한 듯 병원 밖을 나와서 사람없는 구석에서 소리내어 운 적도 여러번이었습니다.

몇 달의 시간을 그렇게 보내는 동안 저에게 힘이 되어준 건 병원일정으로 서울에 갈 때 항상 시간내서 만나준 난임방 친구와 언니, 동생들이었습니다. 그동안 제 상황을 알고 있는 친구들을 만나서 같이 울어주고 얘기하는 시간이 저에겐 큰 위로와 힘이 되는 시간이었습니다. 그러다 친구의 권유로 난임협회 된된꼭 프로젝트를 참여하게 되었습니다.

처음 협회에 방문하고 제가 알지 못했던 정보들을 알게되고 도움을 받을 수 있었습니다. 된

대! 된다! 꼭 된다! 힘든 기간에도 제가 항상 임신이 될거라는 생각으로 버텨온 저에게 이 구호는 마법의 주문 같았습니다. 멤버들과 공유하는 일상과 오늘하루 노력해온 저에게 해주는 칭찬의 말들이 큰 힘이 됐습니다.

된뎁쪽 프로그램이 끝난 후에도 그때 알려주셨던 방법들과 일상은 계속 유지하려고 노력했습니다. 노력의 결과를 맺는건지 드디어 6번의 실패 후 마지막 1개를 냉동보관할 수 있었습니다. 이제 드디어 이식할 수 있겠구나 꿈만 같았습니다.

이식하려고 선생님께 상담받으니 난포가 한 개라도 채취할 수 있을 때 하나라도 더 보관하고 이식하자고 말씀하시더라고요. 선생님은 3개가 모아졌어도 해동후에 상태가 안좋아질 수 있고 이식은 더 늦은 후에도 할 수 있으니 채취해서 모아두고 하는 것도 방법이라고 하시더라고요. 선생님을 믿고 따르기로 했었기에 다시 한번 채취를 하려고 생리 후 방문했습니다. 그런데 그 달은 또 난포가 안보이더라고요. 이렇게 또 한달은 더 보내야 한다는 허무함에 선생님께 이식을 해달라고 부탁드렸습니다. 선생님께서도 생각해보시더니 난포가 안자라는 달이니 이식하는 것도 괜찮을거같다며 채취에서 냉동이식으로 바뀌어서 진행하게 되었습니다. 갑작스런 이식을 앞뎁지만 그동안 열심히 준비해왔던 저를 믿고 항상 최선을 다해서 저를 치료해주셨던 선생님을 믿고 이식을 받았습니다. 저는 신선 1차 말고는 채취가 어려운 상황이라 이식을 해본 적이 없었습니다. 긴장되는 상황이었지만 믿고 기다려보기로 하고 평범한 시간을 보냈습니다.

전원하고 0병원에 처음 방문했을 때 선생님께서 계획해주신대로 냉동으로 모아서 이식하고 임신하자는 그 말씀대로 이루어졌습니다. 건강한 한 아이만 와주어도 너무 고마운 일인데 저는 쌍둥이를 임신했습니다. 그동안 힘들었던 일들이 다 잊혀질만큼 너무 행복했습니다.

기쁨도 크지만 그만큼 걱정도 큰 시간을 보내고 드디어 난임병원을 졸업하게 되는 날 선생님께서 저에게 대학병원 출산을 권해주시더라고요. 저는 자궁근종도 있고 척추측만증도 있어서 출산이 힘들지도 모르니 서울아산병원 후배 의사선생님을 추천해 주시더라고요. 지금까지 지방에서 서울로 병원을 다녔으니 힘들더라도 출산까지 서울에서 하는걸 권하신다면

서 건강하게 출산하길 바란다는 얘기를 해주셨습니다.

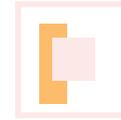
남편과 저는 가까운 병원에서 출산하는 것만 계획 중이라 갑작스런 얘기였지만 000선생님께서 제 상황을 잘 알고 계시면서 권유해 주신거라 생각하고 말씀에 따르기로 했습니다. 아산병원 초진을 간 날 담당 선생님께서 000선생님한테 연락받으셨다고 앞으로 출산까지 잘해보자는 말씀을 해주시더라고요., 그 말을 듣는 순간 000선생님께 너무 감사한 마음이 들었습니다. 제가 임신할 수 있게 도와주시고 출산까지 신경 써주셔서 너무 감사했습니다. 쌍둥이라 배가 불러오는 속도도 빠르고 임신성 혈압도 진단받아서 혈압약도 복용하고 힘들지만 행복한 마음으로 하루하루를 보냈습니다.

쌍둥이 임신이라 37주 출산을 목표로 잘 지내오다 출산 전 마지막 진료를 보러갔다가 임신중독으로 갑작스런 출산을 하게 되었습니다. 코로나 시기가 검사받고 대기하다가 일반병실로 들어가고 임신 34주라 폐성숙주사맞고 남편은 그 사이 집으로 내려와서 출산가방 챙겨서 출산 당일 새벽에 병원에 도착하고 정신없는 시간을 보냈습니다. 드디어 아이들을 만나러 수술실에 들어가고 아이들이 한명씩 우렁찬 울음소리를 내며 저에게 건강하게 와주었습니다. 저는 아이들을 만났다는 행복감을 느끼고 처치 후 일반 병실로 다시 돌아왔는데 갑자기 하혈하는 느낌이 들어서 남편한테 선생님 불러달라고 말하고 정신을 잃게 되었습니다.

나중에 제가 정신이 돌아온 순간은 집중치료실에 누워있는 제 모습이었습니다. 아침 10시 반에 출산하고 12시 반쯤 병실에 돌아오고 집중치료실에서 깨어난 시간이 새벽 1시쯤이었습니다. 그 사이 저는 과다출혈로 혈압이 떨어져 집중치료실로 옮겨 치료받고 수혈을 5팩 받고 지혈하는 과정이 힘들었다고 하시더라고요. 아산병원은 모자동실인 곳인데 저는 아이들은 안아보지도 못하고 생사의 길을 헤매다 겨우 살아났습니다. 제가 정신을 잃은 그 순간에 간호사 선생님께서 산모님 정신차리세요 다른 곳이면 죽어도 여기서는 사실 수 있으니까 정신차리세요 라고 하신 말이 생각나더라고요. 아직도 남편과 아이들 생일날이면 그때 000선생님께서 아산병원 출산을 권해주신 일이 가장 감사한 일중에 하나라고 말합니다.

그때 힘들게 출산한 아이들이 벌써 3돌이 지났어요. 지금은 건강하게 아이들 잘 키우며 행복한 생활을 하고 있습니다.

난임이 힘든 일이고 끝이 안보이는 힘든 시기지만 포기하지 않고 계속 노력한다면 언젠가는 행복한 결말이 생길 거라고 믿습니다. 제가 힘든 시기에 버틸 수 있었던 건 소중한 인연을 알게 되고 그들에게서 위로를 주고 받으면서 견딜 수 있었습니다. 저희 난임방 멤버 10명은 올초 막둥이의 탄생으로 모두 엄마가 되어서 힘들지만 행복한 육아를 하고 있습니다. 저희집 동이까지 11명의 아기들이 건강하게 태어나고 1년에 한번씩 아이들과 모여서 여행도 가고 난임을 얘기하는 단톡방에서 이젠 육아고민을 얘기하는 단톡방으로 계속 유지중입니다. 다들 시기는 다르지만 끝은 꼭 행복이 오길 바랍니다. 꼭 올거예요. 된다! 된다! 꼭 된다!



누구나 엄마가 될 수 있어요

입선 - 윤○○

얼마전 제가 다녔던 난임병원에 진료기록을 떼러 다녀왔어요.

제가 다녔던 난임병원은 지하철역안에서 지하철로처럼 생긴 곳을 지나가야 했는데 병원을 수없이 왔다갔다 하면서 지나쳤던 그 길이 당시 저에게는 암울한 터널처럼 느껴졌어요.

채취날 아침 긴장된 마음으로 걸어가던 그 길, 공난포가 나온 후 울면서 걸어오던 그 길, 시험관 차수가 늘어나면서 내가 정확히 몇 번 채취했는지도 기억나지 않는 고차수가 되어가면서 시술 실패 후에도 다음 생리가 시작되면 어김없이 그 길을 걷고있는 제 자신이 참 안쓰러우면서도 가끔은 대책없이 느껴지기도 했어요.

성공하고 나서도 얼마나 채취를 했냐는 질문에 전 답할 수 없었어요.

제 기억엔 최소한 채취만 30번은 훨씬 넘게 한 것 같은데 이렇게 많은 채취횟수에도 내 몸이 괜찮을까 그런 막연한 두려움때문에 집 한켠에 놓아두었던 두꺼운 진료기록을 마주볼 자신이 없어서 다 버려버리고 말았어요.

지난달 건강검진을 무사히 마치고 별 이상이 없다는 소견을 받고나서야 다시 진료기록을 떼러가고 저의 정확한 시술횟수를 알게 되었어요.

제가 채취만 자그만치 39번을 했더라고요.

15번의 이식동안 착상수치 몇점조차 보지 못했던 저는 어떻게 보면 의사입장에서는 참 어려운 케이스였을거예요.

그러던 제가 너무나 순조로웠던 임신기간과 출산을 거쳐 이제 21개월에 접어든 귀여운 아기를 키우고 있는 엄마가 되었다니...가끔은 실감이 나지도 않기도 하고 그렇게 흐르지 않을 것 같던 시간도 지나가더라는 말을 실감하고 있는 요즘입니다.

우선 저는 누구나 다 엄마가 될 수 있다고 생각해요.

2018년 당시에 이미 amh 0.4정도의 난저였고 첫 임신전까지는 착상수치 몇점조차 나오지 않는 반복착상실패자였기에 임신이 어렵다는 뉘앙스의 말을 유명 난임병원 의사에게도, 유명 한의원의 대표원장에게도 들어보았어요.

그런데 정말 될 때가 되니 되는 게 사람의 일인 것 같습니다.

마지막으로 찾았던 지방의 한 병원에서 채취 2번만에 상급 5일 배아 1개를 만났었고 pgt 없이 배아 1개만 이식했고 이식 5일차에 제 생애 처음으로 임신테스터기에 두 줄을 보았어요.

그 두 줄이 혹여나 사라질까봐 매일 초조한 마음으로 테스트를 했으나 두 줄은 점점 진해졌고 이식 9일차 피검에서 166이라는 아주 안정된 수치로 제 생애 첫 임신을 확인했어요.

임신수치를 확인한 때부터 2차 피검, 아기집 확인, 심장소리, 니프티 검사, 정밀초음파에서 출산까지 한 단계 한 단계 조심스러웠지만 너무나 감사하게 별일없이 출산을 잘하게 됐어요.

임신까지는 남들보다 많이 힘들었지만 하늘은 시련만을 주지 않는 듯 그 뒤의 단계가 참 순조로웠습니다.

만약 저처럼 많은 시도에도 한 번도 임신이 되지 않는 사람이라면 우선 포기하지 마시고 원인을 찾아보시라고 말씀드리고 싶어요.

저의 첫 번째 원인은 난소기능저하로 인해 질 좋은 배아가 나오지 않는 것이었는데
요.

첫 번째 병원에서는 16번의 채취를 했고 수정율이 너무 떨어져 거의 매달 채취를 하
기도 했지만 제일 등급이 좋은 배아가 3일배아 중급 정도고 그마저도 드물고 거의
하급 이랬어요.

두 번째 병원에서는 임신을 할 수 있는지 묻는 제게 담당선생님이 그러시더군요. 몇
번의 채취를 하신 줄 아냐고... 벌써 16번의 채취를 했는데 한 번도 임신수치를 보지
못했다고... 임신이 어렵다 가망이 없다는 식으로 말씀하셔서 충격을 받아서 그 뒤부
터는 횡수를 세지 않았어요.

두 번째 병원에서 공난포도 연속으로 2번 나오고 수정실패와 분열실패는 빈번하게
일어나는 등 참 힘든 나날이었어요.

세 번째 병원으로 옮기면서 이렇게는 도저히 안되겠다 싶어서 한약을 한번 먹어보
기로 했어요.

재료를 잘하는 유명한의원에서 빨리 예약이 잡히는 한의사분께 진료를 보고 한
약을 한 보름치 먹고 새로운 병원에 초음파를 보러갔는데 웬일로 평소보다 동난포
가 몇 개 더 보여서 6개나 보이는 거였어요.

잘할 수 있다는 담당선생님의 격려를 들으며 새로운 병원에서 시술을 시작하게 됐
어요.

한약은 인터넷에 나오는 유명 난임 한의원들 위주로 한의원을 옮겨가면서 한 1달 반
에서 2달치 정도를 각각 먹어보는 방법으로 저에게 제일 잘맞는 한의원을 찾으려했
어요.

새로운 병원에서 처방한 글루타치온 등의 항산화수액을 맞고 난자질에 도움이 된다는
메가폴민이라는 제2형 당뇨약도 복용하기 시작했어요.

착상이 한번도 되지 않은걸 이상하게 여긴 담당선생님께 era검사를 권유받고 era검
사를 해보게 되었고 12시간의 시간 차이가 있음을 발견했어요.

한약을 계속 복용하면서 수정실패는 없어졌고 3개가 채취되면 3개가 다 수정되는
식으로 수정율도 예전에 비해 좋아졌지만 5일배아의 벽을 넘기는 힘이 들었어요.

5일배아를 시도하기에는 부담이 되는 40대 난자 환자라서 3일배아로 era에 맞춰 이
식을 했으나 여전히 수치를 보지 못했어요.

새로 전원한 병원은 예전보다 훨씬 좋은 채취 수정 결과를 주었지만 새롭게 5일배아
로 시도해보기 위해 또다시 다른 병원으로 전원했어요.

전원한 병원에서 5일배아 시도결과 배아가 3일을 좀 지나서 상태가 급격히 안좋아
지면서 죽어버리더라고요.

예전에는 공난포와 수정실패의 벽에 부딪혔다면 이제는 5일배아의 벽에 부딪치는
기본이었어요.

어떻게 해야하나 새로운 고민에 빠져있던 때 남편의 느닷없는 1년간 지방 발령소식
과 함께 갑자기 한번도 가보지도 않고 살아보지도 않던 지방으로 내려가게 됩니다.

서울에서도 안됐는데 지방에서 될까... 이런 생각으로 막막했던 것 같아요.

내려갔던 지방의 유명병원에서 다시 시술했으나 배아가 분열 중 멈추는 문제가 나
타났고 저는 아예 병원계열이 완전 다른 새로운 병원으로 옮기기로 결심했어요.

병원 초진상담을 받던 날 저보다 최소한 몇 살은 어려보이지만 열정 가득해 보이는 젊은 선생님이 여기서는 많은 나이가 아니다 라는 자신만한 위로가 얼마나 마음에 위안이 됐는지 몰라요.

새로운 병원에서 시술함과 동시에 예전에 복용했던 한의원 중 제게 제일 잘 맞았던 것 같은 한의원의 한약을 다시 지어먹고 시술에 임했어요.

새로운 병원에서 첫 채취는 5일배아에 실패했지만 두 번째 채취에서는 상급 5일배아 1개를 얻을 수 있었고 그 1개를 era에 맞춰 이식한 덕분에 저는 지금의 소중한 딸 아이를 얻을 수 있었어요.

뽕뽕한 1개면 된다는 말이 정말 맞는 말이더군요.

난저분들은 남들보다 현저히 적은 채취 갯수에 기죽을 때가 있을 수 있겠지만 배아 1개가 나오는 사람이라도 얼마든지 건강한 임신출산을 할 수 있다는 걸 말씀드리고 싶어요.

그리고 계속 실패를 하게 된다면 방법을 완전 바꿔보시라 권하고싶어요.

저도 그동안 다녔던 병원과 다른 계열의 병원으로 옮겼고 그 병원이 저와 잘 맞았기 때문에 좋은 결과를 가져온 것 같아요.

자신에게 잘 맞는 병원이 있는 것 같습니다.

저의 채취횟수를 말하면 사람들이 다 놀라며 어떻게 그 힘든 기간을 견뎌냐고 하는데요.

사실 그동안 포기하려 했던 순간이 많았어요.

그런데 희한하게도 지쳐 포기하려 할 때면 시술 지원이 늘어났었어요.

포기하고 싶은 첫 고비가 왔을 때 서울시 지원 3회가 생겼고 중간에 또 한번 고비가 왔을 때 난가연 보듬이 지원에 선정되서 다시 해봐야겠다는 힘을 낼 수 있었죠.

또한 새로운 도움이 됐던게 보듬이 대상 지원 병원의 담당선생님께 처음으로 방추사 미세조정술이라는게 있다는 걸 들어서 그 뒤의 시술부터는 무조건 그걸 적용했어요.

병원을 옮겨보면서 여러 의사의 견해를 들어보는게 중요하다는 걸 깨달은 순간이었어요.

그리고 시술지원의 횟수를 늘려주는 것 이것이 난임부부들에게 제일 힘이 되는게 아닌가해요.

저도 시술지원이 늘때마다 포기하고 싶어도 다시 마음을 다잡고 달리게 됐으니까요.

저처럼 40대 난소기능저하 난임환자도 결국 성공했는데 시술횟수제한을 풀어준다면 훨씬 더 많은 분들이 임신출산에 성공하리라 봅니다.

많은 우여곡절 끝에 임신했지만 수기를 적고있는 지금도 뒤통이 라는 구호가 결코 빈말이 아님을 실감합니다.

지금 잦은 시술실패에 힘들어 포기하고 싶은 분들이 있다면 며칠만 평평 울고 다시 일어나보세요.

누구나 엄마가 될 수 있습니다. 꼭이요!



Activity

| 2024년 단체 주요활동 |

아가야 프로그래밍 지원사업	78
힐링캠프	80
작심8주 만보걷기	88
아가야 보듬이 지원사업	90
초기 난임부부 건강관리 지원사업	92



|| 아가야 프로그래밍 지원사업

🌸 목적

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

🌸 사업내용

- 현재 난임을 겪고 있는 난임가정은 누구나 신청 가능
- 난임예방교육, 난임극복교육 이수자에게 지원
(작심8주 만보걷기, 1박2일 힐링캠프, 초기 난임부부 건강관리 지원사업, 난임가족의 날 오프라인 참석자)

🌸 대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 난임부부 누구나
- 모집방법 : 각 프로그램별 홈페이지 선착순
- 대 상 수 : 700명

🌸 추진내용

- 연간 남성용 미세영양소 1개월분 400개 제공
- 연간 여성용 미세영양소 1개월분 200개 제공
- 연간 마이시톨 1개월분 400개 제공
- 연간 포미나우 프로바이오틱스 유산균 200개 제공



2024년 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 솔루션 코칭을 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 올바르고 적절한 지도 및 조력
- 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 : 120명
 - 장 소 : 남이섬
- 행사일정

구분	월	모집기간	1박2일 힐링캠프	비고
1차	6월	2024.05.01~06.30	2024년 07.06(토)~07.07(일)	40명
2차	7월	2024.07.01~08.30	2024년 08.31(토)~09.01(일)	40명
3차	9월	2024.08.01~09.30	2024년 10.12(토)~10.13(일)	40명



2024년 댄틴족 1박 2일 힐링캠프
“된다! 된다! 꼭 된다!”

연간 일정표

1회 일시 2024년 07월 06일 ~ 07일	장소 남이섬에서 선착순 40명
2회 일시 2024년 08월 31일 ~ 09월 1일	장소 남이섬에서 선착순 40명
3회 일시 2024년 10월 12일 ~ 13일	장소 남이섬에서 선착순 40명

행사 일정

시간	내용	비고
10:30 ~ 11:00	남이섬 도착	차차/대중교통
11:00 ~ 18:30	1일차 프로그램	
09:00 ~ 11:00	2일차 프로그램	
11:00 ~	귀가	차차/대중교통

※ 대중교통 안내
 전철 경춘선 상행역 → 가평역(약 50분 소요) / 춘천역 → 가평역(약 28분 소요)
 ITX 청춘 호산역 → 가평역(약 60분 소요) / 청량리역 → 가평역(약 42분 소요)
 춘천역 → 가평역(약 20분 소요)
 * 가평역 → 남이섬: 도보 약 20분, 차량 약 5분 소요(약 1.5km)

공통 사항

참가인원 각 회차 40명 (선착순 / 2인 1실 숙박 / 부부만 참여 가능)
 참가비 무료 (예약 취소 시 꼭 미리 연락 부탁드립니다. 대기자에게는 기회가 생깁니다.)
 참가신청 난가면 홈페이지 → 로그인 → 신청 → 행사 → 행사공1박 2일 → 신청하기
 주요프로그램 난임극복교육, 체험학습, 마음회복, 난임전문 의술선택 등
 참가자 프로그래밍시 선물세트 제공 피탈러티프리미엄, 피탈케어템, 마이시틀

홈페이지 www.agaya.org 이메일 agaya505@naver.com

주최 (사)한국난임가족연합회 후원 행정안전부

참가자 후기

힐링캠프에 맞게 힐링 제대로 하긴 가동껏 같아
 모든분에게 감사드립니다.
 프로그램 하나하니 소중한게 귀담아 들으수 있었고 하비의
 공통점을 가진 사람들끼리 있으면서 우리가 하소없는 이야기들
 하듯 있어서 너무 좋았습니다.
 다음은것을 원합니다.

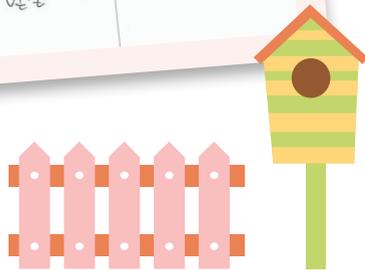
서평관들 4드라이브 지원 타이프가 잠시라도 편안한 밤을
 가질수 있는 시간에서 너무 좋았습니다.
 다른 난임 부부들과 다양한 소통을 통해서 서로 위안을
 받게 된거 같았고 이후 좋은 결과를 기대하며
 더욱 노력할 수 있는 마음이 더욱 다져져있는 /박이
 됩니다.
 마지막으로 이런 뜻 깊은 증은 시간을 선물해주신
 난임가족 연합회 관계자분과 스태프 여러분께 다시 한번
 깊은 감사 인사드립니다.
 좋은 소식 꼭 전해드리겠습니다.





남편과 함께 활동하는 시간이 있습니다.
좋은 일이 항상 힘써 일하시는 분들께 항상 감사드립니다.

→ 남이성에서 방문자들은 희망을 재확인 하시지 않아요.. (장소가 불편)
그래서 남이성에 관한 정보는 인터넷 (유튜브, 네이버, 포털사이트)에서 얻는
정보 대부분인데, 실제 와서 만나서 개인적인 사실에
대한 의사의 의견을 들을 수 없어서 아쉬움.
(병원 이야기 바깥의 이야기)
→ 남이성에서 장모양되어 저택, 0형(새벽)에 2층만 있어서 상쾌한 공기는
매우 신쾌한 느낌 있어서 좋았음.
→ 남편은 놀이 항상 방문객에 가는 것은 아니다 보니 남편은 상대적으로
시행한 사례에 비해 과잉인데, 소중히 방문 A 있어서 좋았음.



남이성이란 자연친화적인 공간이 훌륭하네요 많은 도움이
됩니다. 긴 시간 남이성원에 대해서 지켜봐 왔는데
심각한 들은데 좀 더 힘-1 생기고 다시 듣기는
안게 되었다. 전문가들의 설명은 남이성원에 ~~한~~ 많은 도움이
되어 앞으로 서로 방향은 같은 데 걱정이가 된 것 같다.
모든 생활부분 관련해 꼭 대해 주셔서 감사드립니다
또한 긍정 준비해쓰고 너무 감사드립니다.

동일한 경험을 가지고 ~~이~~ 시설은 S대 분들과 대화를 하면서
많은 힘을 얻었고, 당시 준비하셨던 이야기를 ~~이~~ 듣고,
내가 준비한 티 있어, 많은 도움을 받을 수 있는 기회였습니다.
적절한 프로그램과 다양한 S대 분들과 너무 감사드립니다
좋은 활동이 되는 시간을 보내고 싶습니다.
준비해주시 모든 S대 분들께 감사드립니다,
다음에도 기회가 된다면 또 활동 참여 많은 도움을 ~~받으려~~
받으려 하겠습니다.



좋은 프로그램들 덕분에 많은 정보 얻고 좋은 시간 보냈습니다.
 어두웠던 난임의 터널 지나면서 마음이 많이 힘듦. 자친 눈물이 많았는데
 1박 2일 동안 즐겁게 웃으면서 시간을 보낼 수 있어 좋았어요.
 힘써 주신 모든 분들께 감사드리며,
 앞으로도 이런 좋은 기회 많이 있었으면 합니다. '남'

많은 프로그램으로 난임 극복에 필요한 정보들을 제공 해주셔서
 감사합니다.
 공동의 고민을 가진 사람들이 모여서 서로 응원 하면서
 위로도 받을 것 같습니다.
 남편들도 좀더 관심을 갖게 되는 것 같아 좋은 기쁨이
 될 것 같습니다.
 많은 위로를 받고 돌아가는 것 같아서 응원합니다.
 맛난 음식, 좋은 공기, 좋은 프로그램, 좋은 사람들
 모든 것이 원복합니다.



성공해도 어려운 등해 신경과를 위한 자신감과 의미는
 가지게 되었습니다. 성공해도 하는 말은 꼭 프로그램을
 이야기 하였으면 좋겠습니다.
 또한 힐링캠프도 꼭꼭 와 치지, 좋은 프로그램으로 인해서
 정말 큰 큰아 발견을 하고 갑니다.
 차차이도 이러한 캠프도 인해서 신경으로 받은 어려움에
 정신적 위로를 극복하는 캠프가 더욱더 계속 이어가면
 좋겠습니다.
 너무나 감사드리고, 하이팅! 임니. 산



난임 때문에 이따금씩도 공부를 인내 힘인데
 이렇게 이해가 높은 정보들을 위해 노력해주시는 감사에
 지은 정이 감사입니다.
 프로그램 알기까지 지은 각 경험과 것만 있고 무언까지 인제,
 프로그램도 정말로 수 있게 지켜져 있어서 좋았어요.
 지은에, 정말로 개적인 남편도 정말 좋은 프로그램이란.
 정말로 알게 될 수 있었고 좋았던 지은도 많이 알게되었던
 정말로 대단하네요. 몇년 전 지은에게서 마음을 때려 내는
 많은 기쁨으로 행복한 시간 보내 갑니다.
 많은 분들 생각해서 개척하신 관계지음들 지은 감사드립니다!
 꼭 성공해서 좋은 인생과 인생이
 정말 정말 잘 된다 😊



작심8주 만보걷기

목적

- 만보걷기를 통해 난임부부의 건강한 임신 및 안전한 출산을 기대함
- 만보걷기를 통해 난임부부의 자신감 고취 및 도전 정신 향상을 기대함
- 만보걷기를 통해 스트레스해소 및 정신적 안정을 기대함
- 만보걷기를 통한 난임인식개선 및 사회적 변화를 기대함

사업내용

- 8주 60일 동안 매일 만보걷기 도전
- 목표달성 시 보상
 - 만보걷기 100% 달성(60일/60일)시 보상 : 모바일 상품권 5만원
 - 만보걷기 90% 달성(54일/60일)시 보상 : 모바일 상품권 3만원
 - 만보걷기 80% 달성(48일/60일)시 보상 : 모바일 상품권 1만원

대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 난임부부 누구나
- 모집방법 : 홈페이지 선착순(1회 100명)
- 대상수 : 203명
- 행사일정

구분	월	참여기간	모집기간	비고
1차	4월	2024.04.01~05.30	2024.03.02~03.31	
2차	9월	2024.09.02~10.31	2024.08.01~08.31	



오늘	어제	이번주	지난주
2024/09/26			
1	W 열심(2345)		24,208
2	한경수(5077)		23,326
3	봉구스8249		21,135
4	햇살맑음(7680)		17,595
5	W 탱크보이(6211)		17,366
6	김성은6441		15,233
7	깜한닷컴(0634)		14,230
2024/09/25			
1	W 열심(2345)		33,400
2	김성은6441		25,384
3	이준식(4811)		22,914
4	W 탱크보이(6211)		22,568
5	퀵스베리(0902)		21,875
6	깜한닷컴(0634)		21,318
	전우형7122		19,914

(사)한국난임가족연합회 공익사업 아가야 보듬이 지원사업

추진배경

- (사)한국난임가족연합회에서는 아이소망 난임가정에 체외수정시술비를 지원하는 아가야 보듬이 지원사업을 주최하고 있습니다. 이 사업은 난임시술 건강보험을 모두 받고도 임신에 실패한 난임부부를 돕기 위해 20개 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 20곳의 우수병원 협약
 - 연간 연80쌍 체외수정시술 지원하고 있음(난임전문병원20, 기업2, 2023년)

성과

- 사업명 : 아가야 보듬이 지원사업(체외수정시술비 지원사업) : 지속사업
- 지원사업 결과(기간 : 2008년 4분기 ~ 2023년 4분기)
 - 지원수혜자 : 1,010명 || 임신성공자 : 172명
- ▶ 파급효과
 - 공익사업을 통한 아름다운 사회공헌의 실천
 - 난임가족 쿼살리기 생명사랑 기여

참여병원



서울시와 함께하는 초기 난임부부 건강관리 지원사업

목적

- 초기 난임이 고위험 난임으로 진행되지 않도록 교육 및 홍보를 통한 인식개선
- 난임부부의 신체적·정서적 관리 프로그램을 개발하여 자치구 및 공공기관에서 활용할 수 있도록 전파하여 적극적으로 임신과 출산에 기여

추진개요

- 사업명 : 24년 추가 난임부부 건강관리지원 프로그램 개발 및 인식개선을 위한 시범사업
- 사업기간 : 2024년 4월 18일 ~ 2024년 12월 31일
- 수행내용 : 1) 난임예방 인식개선 사업
2) 초기 난임부부 건강관리 지원사업(된뜰꼭)
- 사업대상 : 서울시 거주 신혼부부 및 난임부부 100쌍

추진내용

- 모집대상 : 서울시 거주 난임부부 100쌍(매 기수 25쌍)
- 모집방법 : 홈페이지 선착순 1회 25쌍(50명)
- 행사장소 : 1) 온라인 : Zoom
2) 오프라인 : 서울의료원, 서울시 공익활동지원센터, 서울대공원, 산들소리 수목원
- 행사일정

구분	월	참여기간	모집기간	비고
1기	5월	2024.05.10~07.14	2024.04.22~05.30	
2기	6월	2024.06.17~08.11	2024.05.20~06.07	
3기	9월	2024.09.09~11.03	2024.08.12~08.30	
4기	10월	2024.09.30~11.24	2024.09.02~09.20	





Sponsor

| 후원자 |

후원 참여 방법 96

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. 된된꼭1박2일 힐링캠프 지원사업을 위해 셋째. 아가야 프로그래너시 지원사업을 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.

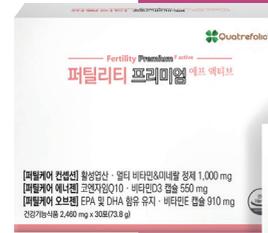
강미숙 강은미 강은영 가유희 강다현 강미라 강용평 강은영 강정은 강지원 강혜림 강희영 고경준 고윤석 고정분 곽은정 권송희 권순빈 권용대 권우철 권희연 길은주 김경아 김경환 김경희 김근영 김남의 김대기 김대영 김만희 김명희 김미정 김민조 김병구 김병환 김보민 김보배 김부임 김서은 김석률 김선정 김성남 김성남 김성훈 김세경 김세영 김소윤 김수빈 김승민 김신애 김여진 김연희 김연희 김영 김영미 김명선 김명선 김영숙 김영희 김옥현 김외옥 김용귀 김용훈 김옥진 김윤미 김은경 김은주 김은진 김재천 김정민 김정수 김정숙 김정식 김정에 김정우 김정은 김종만 김주희 김지수 김진 김진숙 김창구 김천봉 김초롱 김태영 김하나 김하영 김현옥 김협 김혜정 김혜정 김호경 김홍래 김환 나정선 남궁정식 남서연 남지애 남희선 노선영 노영주 노지영 류원재 류희조 문미란 문성대 문성현 문용준 문인숙 문인희 문정현 문한나 문화숙 민병영 박근배 박근영 박미연 박미해 박미향 박미혜 박삼미 박선희 박성진 박성희 박세나 박세란 박소윤 박소영 박수경 박수진 박순영 박시용 박영란 박원엽 박윤하 박은숙 박은주 박주영 박주영 박지수 박지영 박지훈 박지희 박진 박하균 박현의 박혜숙 박홍식 박희경 방정호 배성욱 배시연 배정순 배혜경 백상열 백수진 백은정 백정임 김성권 서정숙 서현욱 손미경 손지영 송승아 송은아 송정호 송주영 송준호 신미란 신소욱 심수미 심정수 심지섭 심효진 안병현 안성주 양선경 양승일 양지훈 양혜순 양효숙 엄미향 엄진영 여현경 오덕자 오미경 오정민 오현주 우원실 유기는 유미영 유선영 유선영 유선희 유선이 유준호 유지숙 유진열 유진열 유춘화 유태영 유혜정 유희선 유희철 윤순자 윤순현 윤영삼 윤혜연 이건욱 이경은 이계형 이기림 이다희 이명자 이명희 이미은 이병선 이선민 이선화 이성용 이소연 이승미 이승백 이승열 이승욱 이승한 이안나 이애리 이연호 이예진 이용환 이운영 이윤경 이은경 이은옥 이은자 이인실 이재광 이재선 이재성 이재정 이재학 이재훈 이정미 이정민 이정수 이정욱 이주혁 이준원 이지연 이지영 이태원 이현수 이혜란 임미숙 임우섭 임은주 임정은 장경숙 장미화 장선화 장세훈 장윤정 장은영 장효진 전미진 전선애 전승윤 전예지 전인호 전종원 전현정 전현정 전현주 정경미 정경미 정기홍 정보영 정상환 정석구 정세희 정운민 정은경 정은병 정주화 정지운 정진영 조경애 조미선 조성삼 조수연 조영애 조인주 조인화 조정숙 조지수 조현미 주은주 주진경 차승현 차영주 차은정 천미화 최경미 최경숙 최대환 최미진 최상우 최승용 최승주 최은식 최은진 최준수 최정화 최진영 최창기 최현숙 최현진 최혜선 추동주 추정희 친환경제주귀농농부 하은주 하재림 하희정 한광민 한명숙 한미정 허국화 허미정 허은순 허지숙 허혜영 현수엽 현재희 홍성규 홍윤미 홍은주 홍혜민 황영경 황원영 비공개 후원자 등

나눔을 함께 해주셔서 진심으로 감사드립니다.



난가연은 난임가족 여러분을 응원합니다.

Fertility Premium F active
퍼틸리티 프리미엄 에프 액티브



코엔자임Q10, 오메가-3, 활성엽산, 멀티비타민 등을 포함하고 있는 퍼틸리티 프리미엄 에프 액티브의 선택은 임신을 하는 여성에게 필수입니다.

섭취량 및 섭취방법

1일 1회, 1회 1포(1,000mg×1정, 910mg×1캡슐, 550mg×1캡슐)을 물과 함께 섭취하십시오.

- 퍼틸케어 에너젠 : 코엔자임Q10, 비타민 D3
- 퍼틸케어 오브젠 : EPA 및 DHA 함유유지
- 퍼틸케어 컨셉션 : 활성엽산, 멀티-비타민&미네랄 정제



FertilCare M
퍼틸케어 M(엠)



퍼틸케어 M은 남성에게 반드시 필요한 미량필수 영양소를 포함하고 있습니다.

섭취량 및 섭취방법

1일 1회, 1회 1포(1,000mg×1정, 500mg×1캡슐, 1000mg×1캡슐)을 물과 함께 섭취하십시오.

- 퍼틸케어 인테그리티 : 카르니틴, 아연, 비타민 C&E
- 퍼틸케어 에너지티 : CoQ10, 마카, 비타민 D3
- 퍼틸케어 리니에리티 : 아르기닌, B 비타민군

※ 본 제품은 질병의 예방 및 치료를 위한 의약품이 아닌 건강기능식품입니다.



2024 서울시

한의학

난임 치료 지원사업

목적

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

대상

자연임신을 희망하는 원인불명의 난임진단부부

- 신청일 기준 서울시 거주
- 여성출생일 기준 : 2024년 기준 1979년 이후 출생
- 결혼 및 사실혼 가능

※ 부부가 함께 치료받는 것을 권유합니다.

지원내역

한의학 난임치료(3개월) 협약비용 약 120만원(지원금 90%, 본인부담 10%)

※ 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)



(주)아이젠파마코리아는 출산을 저하 및 난임으로 고통 받는 난임 부부를 위해 차별화된 난임 치료 의약품을 공급하여 새 생명의 탄생과 난임 임신부의 건강에 책임을 다하는 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



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

Our passion your health



동국제약의 24시간은 고객의 건강한 삶이 기준입니다

정성을 다해 건강한 가치를 전달하는 대한민국 토탈헬스케어 그룹, 동국제약
고객을 향한 변함없는 열정으로 더 건강한 내일을 만들고 있습니다

마이시톨

for your balance

늘 함께 한다는 것,
늘 옆에 있다는 것,
늘 같이 한다는 것,

여러분의 버팀목이 되겠습니다. 마이시톨



누적 판매 1,530만 포 이상
누적 리뷰 6만 1천 건 이상



MARIA

난임이 위대한 엄마를 만듭니다



주사자국으로 멍든 배를 보며 속상해 마세요

당신의 자랑스러운 푸른 혼장입니다

겪어보지 않으면 아무도 모를 고생이지만

이것도 다 웃으며 추억할 날이 올 겁니다

포기하지 않고 난임을 이겨내는 당신이니깐요

엄마가 될 자격, 당신에겐 충분히 있으니깐요

희망이 생명을 만듭니다.
마리아병원이 난임부부와 함께 합니다.

www.mariababy.com

WeConnectScience



질병 앞에 거침없어야
과학이다

인류의 삶을 위해
화학이 해야 하는 일은 무엇일까
세상에 없던 신약으로 질병의 걱정을 없애자
과학으로 인류의 건강을 혁신하자

**LG화학은 과학으로
미래를 만들고 있습니다**

 **LG 화학**

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.
어려운 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