

# 제7회 난임가족의 날

일 시 | 2020년 11월 11일(수) 14시 30분

장 소 | 프레스센터 20층 프레스클럽

공동주최



(사)한국난임가족연합회



시단법인  
한국보건정책연구원

후원



보건복지부



서울특별시



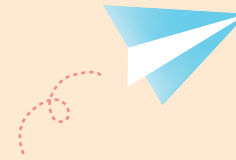
## 난임은 불치병이 아닙니다

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](http://www.mariababy.com)



### 차례

Intro	
인사말 .....	06
축사 .....	10
People & Family	
난임수기 공모 당선작 .....	18
Activity	
2020년 주요 활동 .....	90
Travel	
지리산 둘레길 .....	102
Food	
난임 극복에 도움이 되는 음식 레시피 .....	110
Epilogue	
후원 참여 방법 .....	116
후원자 리스트 .....	117
후원 광고 .....	120





# ● 아기가야 ●

Intro  
| 2020년 아가야 |

인사말 ..... 06

축사 ..... 10

## 대표 인사말



(사)한국난임가족연합회장  
박 춘 선

안 · 념 · 하 · 세 · 요

아이 낳는 복지환경 정착을 위해 노력하는 사)한국난임가족연합회입니다. 오늘'제7회 난임가족의날'을 맞이하여 설레임으로 여러분들을 만나게 되어 기쁘고 반갑습니다.

오늘 이 자리는 올 한해 난임을 극복한 고군분투의 감동스토리 축하영상을 통해 내년 된된꼭 I Wish Mom을 힘껏 응원하는 자리가 될 것입니다. 저도 난임으로 고생했었고 그러한 다짐은 제1회 난임가족의날을 기념하며 난임부부에게 축복의 선물을 안겨주겠노라 제 자신에게 약속했던 날이기도 합니다. 오로지'아가야'축복을 선물하기 위한 신념 하나로 17년을 달려 왔습니다. 긴 시간을 봉사하면서 왜 갈등과 아픔이 없었겠습니까? 그럴 때 마다 저는 늘 초심을 재점검 했습니다.

그래서일까요? 단체 노력의 결실로 난임부부가 임신과 출산을 이뤄내는 모습들을 볼 때면 마치 그간의 노력을 보상받는 것처럼 그냥 기쁘고 뿌듯했습니다.

본 단체는 2006년 정부난임지원사업의 토대를 만들어내며, '난임'용어의 창안, 건강보험 적용의 성과 및 확대, '난임휴가제' 필요성 설득 등 법 개정까지 오로지 아무 보상 없이 난임 가족의 아이 낳을 권리만을 생각해왔고 이에 노력 해왔음을 자부합니다. 난임만큼은 혼자 고군분투하는 것이 아닌 너와 나 우리가 함께 좋은 방향으로 장애가 없는 환경이 되어야 합니다. 아

이를 안 낳으려고 하는 시대의 흐름 속에서 어떻게든 아이 낳고자 애쓰는 난임 부부의 목소리에 청취와 소통을 귀 기울여야 합니다.

건강한 임신과 출산의 문제는 국가가 주도적으로 한다고 해서 해결 될 일이 아닙니다. 그동안 건강보험은 시술비의 부담을 경감시켰다는 긍정적인 측면도 있지만 국가와 지자체에서 지원하는 시술비 일부의 본인부담금은 여전히 개선 미흡으로 부족한 여운에 남아있습니다.

'부모가 되기 위한 난임부부의 노력은 끈질기도록 아름답습니다.' '그래서 I Wish Mom은 오늘도 내일도 부모가 되기 위한 노력이 끊임이 없기에 Beautiful Mom으로서 꿈을 이뤄가고 있습니다.' '된다.된다. 꼭! 된다.' 난가연의 된된꼭!이 당신을 응원합니다.

감사합니다.

2020.11.11

(사)한국난임가족연합회

회장 박춘선

## | 원장 인사말



(사)한국보건정보정책연구원장  
류 희 근

반갑습니다.

서울대학교 보건대학원과 함께하는 (사)한국보건정보정책연구원 원장 류희근입니다.

먼저 '제7회 난임가족의 날'을 준비해주신 (사)한국난임가족연합회 박춘선 회장님과 행사준비에 애써주신 관계자 여러분께 진심으로 감사드립니다.

특히, 올 한해 코로나 여파로 인해 누구보다 상심이 컸을 난임가족 여러분께 이 자리를 빌려 따뜻한 위로의 말씀을 전합니다. 힘든 위기가 기회가 되듯이 지금보다 더 나은 방향으로 대처할 수 있는 난임극복 지원 확대 사업들이 개발되고 추진될 수 있는 계기가 될 수 있기를 바라며 저희 또한 난임가족에 대한 인식 전환과 사회 분위기 조성에 지속적인 관심을 갖도록 하겠습니다.

저희 (사)한국보건정보정책연구원은 저출산 극복에 조금이나마 '나눔'의 실천을 함께하고자 (사)한국난임가족연합회와 6년째 본 난임가족의 날 행사를 공동주최하고 있으며, 앞으로도 가치 있는 일들을 꾸준히 펼쳐나가겠습니다.

저출산 현상이 매우 심각한 상황에서 (사)한국난임가족연합회는 사회적 생명자본을 확산시켜 나가고 있는 중요한 단체이며, 이러한 역할로 난임부부가 임신과 출산을 통해 아이를 만나고 있으니 감동적이고 아름다운 일들이 아닐 수 없습니다.

그동안 (사)한국난임가족연합회가 난임극복을 이끄는 단체로서 정부가 미처 신경 쓸 여력이 없는 부분까지 챙기고 나서줌으로써 그 본분을 충실히 수행하고 있음을 알고 있습니다. 앞으로도 굵직한 현장경험과 노하우를 잘 활용하여 저출산 극복 대열에서 더 큰 역할을 해주시길 기대합니다.

오늘 '제7회 난임가족의 날' 생명사랑 인식개선 캠페인이 한층 더 난임에 대한 인식전환의 계기가 되길 바라며, 모든 난임가족들의 간절한 소망이 꼭 이루어지는 멋진 날이 되기를 기원합니다.

끝으로, '제7회 난임가족의 날'을 축하드리며 오늘 우리 모두의 역량을 모아서 아이 울음소리를 열어주는 시발점이 되는 축복의 날이기를 다시 한 번 기원하며, 행사를 위해 애쓰신 (사)한국난임가족연합회 관계자분들과 난임가족 여러분들께 무한한 응원을 보냅니다.

감사합니다.

2020.11.11  
(사)한국보건정보정책연구원  
원장 류 희 근

축사



보건복지부장관  
박능후

제7회 난임 가족의 날 행사를 축하드립니다.  
행사를 준비하느라 애쓰신 (사)한국난임가족연합회와 참석해주신 모든 난임가족 여러분께 감사와 응원의 인사를 드립니다.

사회적, 환경적 요인들로 인해 매년 난임으로 진단받는 사람이 많고 있습니다. 난임은 아이를 희망하는 부부의 문제인 동시에, 사회와 국가가 함께 고민해야 할 중요한 사항이기도 합니다.

정부는 그동안 '난임 부부 시술비 지원 사업'을 통해 전액 비급여로 이뤄지던 난임 치료 시술에 대한 비용을 일정 수준 보조해왔습니다.  
지난 2017년 10월 1일부터는 난임 치료 시술에 대한 건강보험 적용으로 보편적인 시술비 지원이 이루어졌습니다. 이에 따라 난임부부의 치료비 부담이 경감되었을 뿐만 아니라, 시술범위 및 비용에 대한 표준화도 이루어졌습니다.

또한 복지부는 기준중위소득 180%이하 부부에게도 시술당 신선배아 최대 110만원, 동결배아 최대 50만원, 인공수정 최대 30만원의 시술비용을 지원하여 중산층 난임부부의 경제적 부담 완화에 도 기여하고 있습니다.  
아울러, 2018년에 정부는 난임으로 인한 정서적 문제와 스트레스 등 어려움을 덜어드리기 위하여 난임·우울증 상담센터를 설치하였습니다.

앞으로도 정부는 난임부부 지원에 대한 다양한 의견을 수렴하면서, 난임시술의 질을 보장하고, 난임부부의 정서적 안정을 지원해나가도록 하겠습니다.  
난임가족 여러분! 난임부부는 임신·출산에 대한 의지가 누구보다 강한 분들임을 잘 알고 있습니다. 정부는 난임에 대한 부정적 인식과 편견을 없애고, 난임부부가 처한 사회·문화·의료 환경 등을 면밀히 살펴 개선해 나갈 수 있도록 하겠습니다.

“제 7회 난임 가족의 날” 행사에 함께 하신 여러분들께 다시 한 번 감사를 드립니다. 오늘만큼은 마음의 짐이 가벼운 즐거운 시간되시길 바랍니다.

감사합니다

2020. 11. 11  
보건복지부장관  
박능후

축사



국회 보건복지위원장  
김민석

여러분, 안녕하십니까,  
국회 보건복지위원장 김민석입니다.

먼저 난임가정의 권익증진과 인식개선 캠페인을 위해 「제7회 난임 가족의 날」 행사를 준비해주신 (사)한국난임가족연합회 박춘선회장님과 (사)한국보건정보정책연구원 류희근원장님 그리고 관계자분들께 깊이 감사드립니다. 또한 이 자리에 참석해 주신 난임가족 여러분께도 인사드립니다.

여러분들도 잘 아시다시피 국내는 저출생 현상이 사회적인 이슈로 자리잡고 있습니다. 인구 규모를 유지하기 위해서는 인구대체수준 출산율이 2.1명은 돼야 하는데 지난해 발표된 출산율은 0.92로 나타나 올해 출산율은 27만명 정도를 예상하고 있습니다.

「난임가족의 날」행사가 개최되는 11월11일은 “부부가 자녀 들을 낳아 행복한 가정을 이루자”는 뜻에 아이소망에 대한 간절한 상징성으로 희망과 소망을 담고 있다고 합니다. 이렇듯 난임부부는 임신·출산에 강한 의지가 있는 분들입니다. 아이를 간절히 소망하는 난임부부에게 난임을 잘 극복할 수 있도록 여러 측면의 환경을 조성·지원해야 한다고 생각합니다.

오늘 「난임가족의 날」행사는 난임을 극복한 부모님들의 영상과 수기발표를 통하여 난임이 충분히 임신이 가능함을 응원해주는 특별한 날입니다. 이에 난임에 대한 국민의 이해와 관심을 높이고, 난임 극복에 사회 구성원들이 적극 동참하는 계기가 될 것입니다.

저 또한 보건복지위원장으로서 난임부부의 정서적 지원에 대한 지속적인 관심과 난임부부가 아이를 낳을 수 있는 환경을 위해 난임가족연합회와 현장의 청취를 통해 더 많은 관심을 가지고 아이 낳은 복지환경을 개선해 나가겠다는 말씀을 드립니다.

다시 한번 「제7회 난임가족의 날」 행사를 축하드리며, 참석하신 여러분들의 가정에 행복과 건강이 가득하시길 기원 드립니다.

감사합니다.

2020. 11. 11  
국회 보건복지위원장  
김민석

## | 축사



더불어민주당 보건복지위원 · 서울송파병  
국회의원 남인순

반갑습니다.

국회 보건복지위원으로 일하고 있는 더불어민주당 서울송파병 국회의원 남인순입니다.

풍성한 결실과 수확의 기쁨을 나누는 만추의 계절에 개최되는 「제7회 난임가족의 날」을 매우 뜻깊게 생각하며, 진심으로 축하드립니다. 코로나19 팬데믹 장기화 등 어려움 속에서도 행사를 준비하느라 애써주신 (사)한국난임가족연합회 박춘선 회장님, (사)한국보건정보정책연구원 류희근 원장님을 비롯한 관계자 여러분과, 관심을 갖고 자리에 함께 하신 모든 분들께 감사의 마음을 전합니다.

‘난임가족의 날’은 (사)한국난임가족연합회가 자녀 둘을 낳아 행복한 가정을 이루자는 의미로 11월 11일을 창안하였으며, 난임에 관한 인식을 개선함으로써 난임가족에게 나눔과 배려를 실천하기 위해 지정한 날이라고 합니다. 또한 올 한해 난임부부의 땀방울 스토리가 고스란히 담긴 성공수기와 영상을 통해 이를 격려하고 축하하는 자리이기도 합니다.

잘 아시다시피 우리나라는 합계출산율 1.3명 미만의 초저출산 현상이 19년째 지속되고 있으며, 세계에서 아이가 가장 적게 태어나는 나라의 대명사가 되었습니다. 지난해 합계출산율이 0.92명인데, OECD 회원국 중 1명 미만인 곳은 우리나라가 유일합니다. 올해도 출생아 수는 지난해보다 2만명 이상 감소한 28만명대에 머물고, 사망자보다 출생아 수가 적은 인구 자연감소의 최초의 해가 될 것이라고 합니다.

따라서 초저출생에서 벗어나고 인구절벽을 극복하는 일은 시대적 과제이며, 범정부적 전사회적 노력이 필요합니다. 병원에서 난임으로 치료를 받은 난임부부가 지난해 24만697명(여성 15만7,416명, 남성 8만3,263명)으로 집계되었는데, 난임진단을 받은 부부에게 체외수정과 인공수정 등 보조생식기술비를 지원하여 경제적 부담을 덜어주고, 저출생을 극복하는 정책적 노력 또한 매우 중요한 일입니다.

저는 줄곧 국회 보건복지위원회에서 활동하며 난임부부에 대한 지원을 내실화하고자 애써왔습니다. 「모자보건법」을 개정하여 건강한 임신과 출산을 위해 난임시술 의료기관에 대한 평가 및 평가결과 공개를 통하여 난임시술 의료기관의 책임성을 확보하고 안전한 시술이 이어지

도록 하는 한편, 난임시술에 대한 건강보험 급여를 적용하고, 적용대상 연령과 횟수를 상향 조정하며, 사실혼 부부에 대해서도 지원할 수 있도록 제도개선에 지속적으로 힘써왔습니다. 난임시술에 건강보험이 적용된 지난 2017년 10월부터 올해 6월까지 2년 8개월 동안 약 37만명이 약 4,440억원의 급여혜택을 받은 것으로 집계되었습니다. 또한 난임여성이 지속 투약이 필요한 프로게스테론 등 난임주사제를 투약해야 하는데 의료기관에서 투약을 기피하는 등 주사난민 문제 해결을 촉구하여, 난임주사 진찰·투약이 가능한 민간의료기관 1,128곳을 전국 보건소에 공유하여 적절한 투약의료기관을 안내하도록 지침을 배포하고, 난임주사 투약 가능 의료기관이 없는 지역에서는 보건소에서 투약할 수 있도록 요청하였습니다. 그리고, 정부 난임부부 상담서비스 지원사업과 관련하여 난임가족연합회 등이 자체적으로 정서적 지지체계와 지원사업을 실시하고 있고 시술에 여러 번 실패한 난임부부에게 조력과 자조모임을 통해 임신과 출산을 이어가고 있는 만큼 민간단체와의 연계·협조를 통하여 난임부부 상담서비스를 활성화할 것을 촉구하였습니다. 민간단체와의 협업은 물론이거니와 자녀소망에 따른 질적인 삶을 영위할 수 있도록 국가차원에서 적극적으로 협력·지원해 나가야 할 것입니다.

난임가족 여러분께서 한국난임가족연합회로 뿔뿔 뭉치고, 이렇게 ‘난임가족의 날’을 제정하여 기념하며, 난임을 극복하기 위해 지혜와 힘을 모으는 일은 매우 중요하다고 생각합니다. 난임을 극복하는 데에는 경제적, 신체적 부담뿐만 아니라 정신적 부담을 가중시키고 있으므로, 난임부부에 대한 지원정책이 단순히 저출산 해법만이 아니라 난임 가족 여러분의 삶의 질을 향상할 수 있도록 다양한 사회적 지지 프로그램을 마련하여야 한다고 생각합니다.

저는 그간 박춘선 한국난임가족연합회회장님을 비롯한 난임가족 여러분들의 목소리를 크게 듣고, 국회 의정활동에 반영하고자 애써왔으며, 21대 국회에서는 국회의원연구단체인 「저출생·인구절벽 대응 국회포럼」을 결성하여 공동대표로 활동하며, 저출생 및 인구절벽 문제에 체계적으로 대응하고 있습니다. 앞으로도 아이와 함께 행복한 가족을 영위하려는 난임가족 여러분의 꿈이 이루어지도록 돕고, 여러분의 권익을 향상하고자 국회 차원에서 더욱 애쓰겠다는 말씀을 드립니다.

뜻 깊은 ‘제7회 난임가족의 날 기념식’에 함께해 주신 모든 분들께 감사드리며, 여러분과 가족 모두의 건강과 행복, 평화를 기원합니다.

감사합니다.

2020. 11. 11  
더불어민주당 국회의원  
남인순

## | 축사



국민의힘  
국회의원 정운천

반갑습니다.

국회 농림축산식품해양수산위원회 국회의원 정운천입니다.

「제7회 난임가족의 날」행사 개최를 축하드립니다. 코로나19로 인해 모두가 어려운 상황임에도 불구하고 「제7회 난임가족의 날」행사를 준비하느라 수고해주신 (사)한국난임가족연합회 박춘선 회장님, (사)한국보건정보정책연구원 류희근 원장님을 비롯한 관계자 여러분과 이 자리에 참석하신 모든 분들께 감사의 말씀을 드립니다.

저출산 현상은 날이 갈수록 점점 심해져 가고 있습니다. 올해 상반기 출생아 수는 14만 2천 명으로 역대 최소를 기록했습니다. 또한 2018년 0.98명이었던 출산율은 올해 점점 더 심각해져 0.84명으로 줄어들었습니다.

우리 사회 저변에 깔려있는 저출산 기조로 인해 아이를 낳지 않는 덩크족까지 생겨나고 있는 상황에서 임·출산의 노력을 멈추지 않고 있는 난임가족들을 응원합니다.

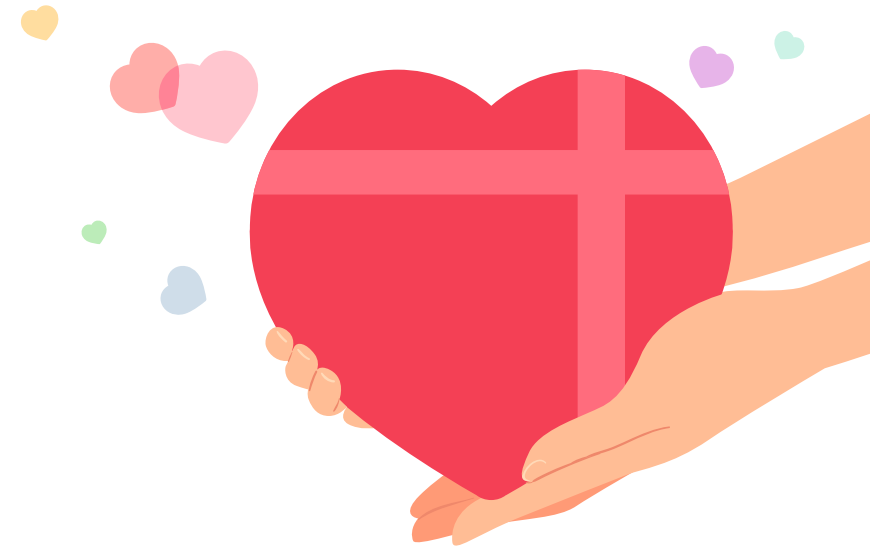
난임가족연합회에서는 난임부부들이 인공수정 등의 보조생식술을 시작하기 8주 전부터 식생활습관개선, 운동, 심리·정서적 안정을 돕는 8주 헬스케어 시스템을 만들어 난임부부들의 임신 성공률을 높이고 있습니다.

특히 통합관리 8주 프로그램 중 꼭 실천해야 하는 부분 중 하나가 건강한 음식 먹는 것이라고 합니다. 제철에 나는 값싸고 신선한 우리 농·수산물에 난임 치료에 도움을 줄 수 있다고 하니 농해수위 위원으로서 난임부부들에게 도움이 될 수 있는 정책을 개발하도록 계속해서 노력을 기울이겠습니다.

오늘 이 행사를 주최해주신 한국난임가족연합회와 보건복지부 여러분, 앞으로도 난임가족들을 위해 많은 관심을 기울여 주셨으면 합니다.

다시 한번 「제7회 난임가족의 날」행사를 축하드리며, 참석하신 여러분들의 가정에 행복과 건강이 가득하시길 기원드립니다.

2020. 11. 11  
국민의힘 국회의원  
정운천







# • 사랑가야

## People & Family | 난임성공수기공모당선작 14편 |

끝이 보이지 않았던 터널 .....	18
힘들 땀 두 주먹을 불끈 쥐고 뒤편쪽을 외치세요! .....	24
소중한 만남 그리고 새로운 만남을 위한 .....	30
10년 그 난임의 끝에서 .....	34
한걸음의 기적 .....	38
엄마가 되어가는 중입니다 .....	42
봄 .....	48
별이가 우리에게 오기까지 .....	54
난임, 반드시 끝은 있습니다 .....	56
난임, 출구는 있다 .....	62
누가 이기나 해보자! 절대 포기하지 말자! .....	68
이제 막 난임의 터널을 통과한 자가 그 다음 터널을 지날 모든이에게 건네는 위로	72
나는 그저... "나를 돕기 위해 최선을 다하는 고마운 사람"입니다	78
된다 된다 어느날 꼭 된다!! .....	82



## 끝이 보이지 않았던 터널

대상(보건복지부장관상) - 정OO

먼저 제가 이렇게 성공후기를 쓰게 될 줄은 정말 꿈에도 생각하지 못했습니다.

저는 현재 인천에 살고 있고 결혼 18년차 나이는 43살 정미정입니다. 2003년 5월의 신부인 저는 너무나도 밝고 맑은 사람이었습니다. 26세라는 젊은 나이에 결혼을 하였기에 제가 난임환자가 될 줄은 전혀 의심조차 하지 않았습니니다. 결혼 당시 젊은 나이였기에 30살까지는 피임을 하며 신혼집을 마련하기 위해 빌린 대출금을 갚기로 계획을 세운터라 아기에 대한 생각이 크게 없었습니다. 그렇게 저는 정신없이 직장생활을 해왔고 대출금을 모두 청산한 후 뒤돌아보니 어느덧 제 나이 33살이 되었더군요.

자연임신을 하기 위해 2년간 노력하였는데도 아이가 생기지 않았습니니다. 주위 사람들이 언제 아기를 가질거냐... 더 늦기 전에 가져라... 무슨 문제가 있는건 아니냐... 라는 등 친인척들이 모인 자리면 모두 한마디씩 하셨습니다. 저는 점점 위축이 되었고 어느 순간부터 잔치나 모임 장소를 슬슬 피하기 시작하였습니다.

그렇게 시간이 또 흘러 저는 36살이 되었고 더 늦기 전에 의학의 힘을 빌려야겠다는 생각에 난임병원의 문을 두들겼습니니다. 병원 원장님께서 기본적인 검사를 하였고 난소기능이 많이 떨어져 있다고 당장 인공수정부터 시작하자고 하셨습니다. (AMH 수치 0.6으로 40대 중반)연속 3번을 시도하였으나 0점이라는 수치로 모두 실패로 돌아갔습니니다.

실패의 쓴맛을 맛본 저는 어느 순간부터 은둔형 외톨이가 되어 주위 친구들도 피했고, 가족, 심지어 남편과도 말수가 줄어들었습니다.

어린이들을 태운 통학버스만 봐도 눈물이 흘렀고 아파트 창밖을 내다보며 뛰어 내릴 생각도 수십번 하였습니다. 원장님께서 그런 저에게 인공수정보다 확률이 높은 시험관 시술을 권하셨습니다. 저는 결심을 하고 16년을 다니던 직장을 그만두고 시험관에 올인

하게 되었습니다. 배에 주사를 수십대 아니 수백대씩 맞으며 시험관 1차 실패... 2차 실패... 3차 실패... 드디어 4차에 피검수치 48이라는 착상수치를 보았습니다. 수치는 계속해서 잘 올라왔고 저는 임신 7주에 아기심장이 깜박거리는 것을 보고 이제는 쿵쿵쿵 뛰는 심장을 보기 위해 병원에 내원했습니다. 그런데 아기 심장이 뛰지 않았고 아기도 더이상 자라지 않았더군요...

저는 소파수술 날짜를 잡고 병원 문을 나서며 더 이상 걷지 못하고 길바닥에 주저 앉아 하염없이 눈물을 흘렸습니다. 버스에 앉아서도, 밥을 먹으면서도, 걸으면서도 그렇게 며칠을 눈물로 세월을 보냈습니니다. 그러던 중 잠들어 있는 남편의 모습을 보며 내가 더 이상 이렇게 힘들어 하면 이 사람도 많이 힘들겠구나 이 사람을 위해서라도 정신 차리자 **내가 임신이 되는 몸이라는 것을 알았으니 꼭 이 사람 닮은 아이 하나 만들어 주자라는 다짐을 하였고 다시 도전을 하게 되었습니다.**

5차, 6차 계속된 0점이라는 피검수치에 절망하였고 주위에서 의사선생님 손을 바꿔보는 것은 어떻겠냐는 권유로 서울로 발길을 옮기게 되었습니다. OO마리아로 병원을 옮겼고 습관적 유산검사 및 남편과 저의 염색체 검사까지 하였습니다.

남편과 저의 염색체 검사 결과는 정상이었으나 자가면역지수 (nk지수) 가 조금 높다는 사실을 알게 되었습니다. 12까지가 정상이었으나 저는 14였죠. 저는 바로 7차를 스타트했고 면역수치가 높아 이식날 인트라리피트라는 주사를 맞았습니다.

앗!! 그런데 이게 웬일입니까? 인트라리피트 주사를 맞아서 인지 112라는 피검수치를 보았습니다. 그리고 2차 피검을 하기 위해 병원을 가려고 준비하던 중 하열이 시작되었습니다.

병원에서 피검사를 하니 아니냐 다를까 수치가 86으로 떨어져 있었고 그 차수는 정확적 유산으로 마무리 짓게 되었습니다. 같은 병원서 8차, 9차를 다시 시도하였으나 다시 0점이라는 수치를 받았죠 다시 저는 배양기술이 우리나라에서 최고라는 서울역 O병원의 문을 두드렸고 O병원에서는 인트라리피트주사 대신 면역주사를 처방해주었습니다. 그

리고 10차 (O병원서 첫 번째 시술)에 246이라는 수치를 받았습니니다. 쌍둥이었죠...  
저는 아이가 한번 심장이 멈춘 경험이 있어서 쌍둥이었으나 마음껏 기뻐하지 못하였습니니다. 역시 불안한 예감은 적중을 하더군요... 심장 뛰는 것을 확인하려 갔을 때 두 아이의 심장은 모두 뛰지 않았습니니다.

병원에서 태아 염색체 검사를 해보자고 하여 진행하였고 한 아이는 염색체 이상, 다른 아이는 염색체 정상이 나왔습니니다. 쌍둥이라 정확하지 않다는 소견과 함께 말입니니다. 담당 선생님은 PGS를 권하셨습니다만 10번이 넘는 채취로 인해 저에게 난자는 더 이상 많이 나오지 않는 상태라 (한번 채취에 2~4개 나왔습니니다) 저는 선생님께 PGS 대신 일반으로 진행하고 싶다고 말씀드렸습니니다.

그렇게 저는 11차, 12차, 13차, 14차, 15차, 16차, 17차, 18차, 19차, 20차, 21차, 22차... 한번도 착상 수치도 보지 못했고 공난포과 비정상 수정이라는 이벤트를 겪었습니니다.

그러던 중 채취는 23번째 이식은 20번째 OO마리아 양OO 원장님께 진행을 하였고 드디어 착상 수치를 보았습니니다. 그리고 쿵쿵 쿵쿵 뛰는 심장소리를 들었고, 태아 염색체 검사, 임신부 당검사 모두 통과하고 현재 30주 아주 건강한 공주님을 품고 있습니니다. 어찌나 태동이 심한지 엄마가 불안한 감정을 가질까봐 수시로 엄마 배를 뽕뽕 힘차게 차주는 우리 공주님... 이 순간이 저는 너무나도 행복하습니니다.

일단 난임을 겪고 있는 분들께 무엇보다 중요한건 스트레스 관리입니니다. 저는 수십번의 실패로 우울증을 겪으며 힘든 시간을 지내고 있을 때 한 카페를 통해 난임가족연합회라는 단체를 알게 되었습니니다. 그리고 난임가족연합회의 보듬이 사업에 사연을 보내게 되었고 가장 지쳐 있을 당시 당침이 되어 난임가족연합회의 도움을 받아 시술을 무료로 한번 진행할 수 있게 되었습니니다. 그동안 1억이 넘는 돈을 난임병원에 갖다 바친 저는 경제적으로도 많은 어려움을 겪고 있었거든요

무료시술 당침에 정말 임신이 된 것처럼 너무 기쁘고 행복했습니니다. 그때부터 저는 '아! 나도 아직 행운이 남아있구나. 아직 숨 쉴 힘이 남아있으니 다시 열심히 노력해 보자'라

고 결심을 하였습니다. 그 차수에 비록 성공은 하지 못하였지만 회장님과 국장님 그리고 다른 난임가족여러분들과 함께 마음의 문을 열고 소통을 하게 되었고 그때부터 저는 몰라보게 많이 밝아졌습니니다.

저 혼자라고 생각했는데 저에게 따뜻한 배려와 용기를 주었고 절대 혼자가 아니라는 메시지를 받았습니니다. 남편과 함께 하는 1박2일 힐링캠프에도 참가하여 서로의 마음을 많이 이해하게 되었고 상대방이 현재 무슨 생각을 하고 있는지도 알게 되었죠. 힐링캠프를 다녀온 남편은 예전과는 다르게 너무나 저를 배려해 주었고 작은 것에도 애정표현을 많이 해주었습니다. 지금 힘든 시간을 보내고 계시는 분들께 저는 감히 조언을 해드리자면, 마음을 열고 소통을 해야 한다는 것입니니다.

호구조사 좋아하는 한국인! 첫 대면에 "아이는 몇이니?", "남편은 뭐하는 사람이니", "왜 아직 아이가 없니" 등등 뭐가 그리도 남의 집안 일이 궁금한지.... 저도 이 같은 질문을 수십번 아니 수백번 들어왔습니니다. 그런데 결혼 10년차가 넘으니 이제는 주의 사람들이 저의 눈치를 보더군요... 그냥 본인들끼리 "저 여자는 아이가 없대" 소곤소곤 거리더군요... 왜!!! 내가 죄를 진 것도 아닌데 사람들만 보면 움츠러 들며 마치 죄인처럼 어깨가 축~ 처져있는 내 자신이 너무 싫었습니다.

난임이 죄는 아니잖아요... 그때부터 저는 어깨를 펴고 좀 더 당당해 지기로 결심을 했습니다. 그리고 이렇게 답변을 하게 되었죠. "아이가 없는 것이 아니라 다만 남들보다 조금 늦게 오는 것 뿐입니니다"이렇게요.

우리는 수년을 준비된 예비맘으로 살아왔습니니다. 그래서 우리는 누구보다도 더 훌륭한 아이들의 엄마가 될 자격이 충분하습니니다. 절대 지지치 마세요. 그리고 제가 그런 결심을 하게 된 또 다른 이유는 어느날 잠들어 있는 남편을 보며 정말 하염없이 눈물을 흘린적이 있었습니니다. 나같은 여자를 만나서 아이 한명 못 안아 보는구나...

내가 이 사람을 위해 늦게라도 꼭 아이 한명은 품에 안아주고 이 세상을 떠나자 라고 다짐했었죠...

사실 그 당시 대리모나 난자 공여도 심각하게 고민하고 알아보기도 하였답니다. 이런 생각까지 하게 된 이유는 남편이 어느 순간부터 부부동반 모임이나 친구들과 술자리를 피하는 것을 느껴졌거든요. 그런 모임은 100이면 100 모두 주 화제가 아이입니다. 우리 남편은 그 이야기에서 끼어들수가 없었던거예요... 정말 속으로 피눈물을 흘렸습니다. 성격 좋은 우리 남편까지 이렇게 힘들게 만드는 것 같아 제 자신이 너무 힘들었거든요.

지금 난임을 겪고 있는 여러분! 목표를 정하셨으면 최선을 다해 보세요. 그리고 여러분 곁에 늘 함께 있는 남편을 떠올리세요. 그래서 나중에 뒤돌아 보았을 때 후회하지 않도록 노력하세요.

서로 보듬어 주고 격려해주며 힘이 되어 주세요. 그리고 힘들면 주위에 손을 뻗어 도움을 청해보세요. 모든걸 혼자 하시려면 너무 힘이 들고 자꾸 땅굴을 파고 들어갈 뿐입니다. 함께 한다는 것은 정말 큰 힘이 됩니다.

저는 남편과 난임가족연합회에 손을 뻗었고 난임가족연합회에서 식생활의 중요점을 배워 식단관리도 하였습니다. 식단관리와 함께 매일 계단 80층을 올랐습니다. 한번도 쉬지 않고... 365일 매일 매일 오르고 또 올랐습니다. 다리에 근육이 붙었고 몸이 많이 가벼워졌습니다. 그렇게 저는 좋은 컨디션 관리를 유지하였고, 남편도 회식자리에서 술을 많이 즐겼습니다. 여러분 지금 끝이 보이지 않는 터널을 걷고 있다고 생각하시죠?

분명 터널의 끝은 있습니다. 하루하루를 즐겁게 운동하며 삶을 즐기시면 분명 좋은 난자가 나타날거고 그 난자 하나로 천사같은 아이를 품게 되실 겁니다. 들어서 셋이 되는 그 순간까지 희망을 놓치지 마시고 마음을 열고 소통하세요 지금도 충분히 늦지 않으셨습니다. 40대 라고요? 40대 임신하기 딱 좋은 나이입니다. 엄마가 되는 그 순간까지 달려보자구요... 언제나 여러분 곁에서 늘 응원하겠습니다.

희망이 있고 꿈을 꿀 수 있다는 것은 우리가 살아 있음을 증명하는 것입니다. 목표를 갖고 그 목표를 위해 달려가세요... 그 끝은 여러분이 한 아이의 엄마가 되어 있을 것입니다.

그때 힘든 육아로 투덜투덜 하실지도 몰라요 ^^ 많이 웃고, 잘 자고 잘 먹고 잘 싸세요... 기본적인 것이 최고입니다 모두 엄마가 되는 그 순간까지 포기하지 마세요 늘 언제 어디서나 응원하겠습니다.

## 힘들 땀 두 주먹을 불끈 쥐고 뒤통을 외치세요!

우수상(한국난임가족연합회장상) - 조OO

2018년 11월 9일 난임 가족의 날 행사에 참석한, 저는 난임인이었습니다. 그리고 2020년 11월 11일 난임 가족의 날, 은우라는 한 아이의 엄마가 된 저는 여전히 난임인입니다.

2018년 10월 저는 눈물을 흘리고, 가슴을 치며 '안녕하세요? 대한민국 사회문제의 주변 경기도 부천에 살고 있는 만 40세 여성 조○○입니다.'라는 글로 한국난임가족연합회(이하 난가연)에 첫 문을 두드렸습니다. 제가 쓴 난임 수기가 당선되었다는 소식과 함께 난임의 날 행사에 초대받아 참석한 자리에서 보낼까 말까 마감일까지도 손에 쥐고 주저하던 글이, 몇 날 며칠 밤 떠올리고 싶지 않은 과거의 아픔을 파헤치며 쓴 글이 『아가야』에 실린 것을 보았습니다.

저는 저의 별거벗은 속이 모두 드러난 글에 누가 저라는 것을 알아채기라도 할까봐 몹시 부끄러웠습니다. 그날 행사에 참석한 같은 아픔을 겪고 있는 난임인들의 모습에 동병상련의 마음이었는지 위안이었는지 쉽 없이 눈물이 흘렀고, 함께 참석한 남편이 애처롭게 생각할까 몰래몰래 눈물을 훔쳤습니다.

'청년실업 - 반복된 학업 - 늦어진 취업 - 늦어진 결혼 - 난임'으로 이어진 저의 삶은 저 뿐만 아니라 저의 양가, 지인들에게도 말조심과 배려심을 기르게 했습니다.

결혼 후 6개월 만에 처음 찾아온 아기가 떠나고, 5개월 후 두 번째 아기를 보내고, 4개월 후 세 번째 찾아온 아기를 마음속에 묻을 때까지만 해도 저는 제가 난임인이라는 것을 몰랐습니다. 그 누가 알겠습니까? 겪어보지 않고 서는요. 머리는 내 잘못이 아니라고 말하지만 마음은 스스로를 짓누르고 있었습니다. 이때부터 난임 휴직을 시작했고 끝을 알 수 없던 저의 노력도 시작되었습니다. 이때만 해도 몰랐습니다. 그 길이 너무나도 외롭고, 힘들고, 가슴 메이는 길이 될 줄은....., 사소한 일 하나하나에도 마음이 롤러코스터를 탔습니다. 마음이 흔들리니 몸도 함께 흔들리고 옆에서 함께 힘들어하는 남편에게도

서운할 때가 있었습니다. 마음을 잡기 위해 문화센터에서 시험관 시술 중에도 할 수 있는 캘리그래피와 파스텔화를 배우기 시작했고, 그 중 캘리그래피는 많이 힘든 날 흔들리는 제 마음을 잡아주는, 눌러주는 바위가 되기도 했습니다.

더 이상 마음 아프고 싶지 않아 우리나라에서 습관성 유산으로 유명하다고 손꼽히는 병원의 의사선생님을 찾아가 습관성 유산 검사를 받았고, 기다리는 동안도 열심히 임신시도를 했습니다. 네 번째 아기가 찾아왔지만 준비되지 않은 상태에서의 임신은 불안한 마음으로 이어졌고, 네 번째 아기는 저희 부부에게 태아검사라는 것을, 그리고 너무 슬프면 눈물조차 흘리지 못할 때가 있다는 것을 알려주고 그 작은 몸을... 몸을...

그 후 받아 본 습관성 유산 검사 결과지의 결론은 많은 나이로 인한 여러 가지 작은 문제들도 있었지만 가장 큰 문제는 nk-cell 수치였다는 것을 알게 되었습니다. 뒤늦게 나온 네 번째 아기의 검사결과에서도 nk-cell 수치로 인한 면역치료가 꼭 필요하다는 것을 한 번 더 확인할 수 있었습니다.

그렇게 시험관 시술은 시작되었고 시험관 시술 중에도 자연임신을 시도했고 다섯 번째 아기가 찾아왔을 때 인트라리피트라는 주사제로 nk-cell 수치를 낮추는 면역치료를 했지만(당시 면역글로불린주사에 대한 정부 규제가 있어 인트라리피트를 쓸 수밖에 없었습니다.) 다섯 번째 아기는 태아 검사결과 더 강력한 면역치료가 필요하다는 정보를 주고 또 산산이 부서졌습니다.

이제 원인을 찾았으니 시험관만 하면 임신이 될 것이고 유지가 되리라. 하지만 시험관이라는 게 말처럼 쉽지 않았습니다.

약을 쓰다가 중간에 멈추기도 하고, 과배란을 시도해도 약을 쓴 만큼 난포가 자라지 않거나 수가 안 나오기도 하고, 시작을 해야 하는데 생리 주기가 틀어져서 시작을 놓치기도 하고, 자라는 사이즈가 달라 걱정도 하고, 난자 채취에 성공을 하더라도 수정과 배양이 마음대로 안 되기도 하고, 냉동 배아가 나올지 안 나올지 모르는 상황에 내막 문제나 호르몬 수치 문제로 신선이식을 못하기도 하고, 복수 때문에 고생하기도 하고, 냉동된 배아의 수가 기대에 못 미치기도 하고, 이식을 하더라도 임신수치가 안 나오는 경우가 훨씬 많고, 임신수치가 나와도 수치가 오르지 않아 자궁 외 임신을 의심하기도 하고,

mtx주사를 맞아야하네 수치가 0으로 떨어지는 것을 확인해야 하네 실패가 확실한 상황에도 병원은 계속 가야하고, 임신 확정을 받았다가도 화학적 유산이 되기도 하고, 난황이 없네 아기가 없네 심장이 안뛰네…… 시험관의 길은 참으로 멀고도 험난한 길이었습니다. 끝을 알 수 없는 계속된 시험관 시도에 몸과 마음은 피폐해져 갔고, 옆에서 함께하는 남편 역시 많이 지친 상태였습니다. 몇 년 동안 이어진 임신 시도에 정부에서 제공하는 난임 시술 지원의 기회를 모두 소진했기에 경제적인 어려움까지 찾아왔습니다.

이제 그만 포기하고 노후를 준비해야할까, 입양을 알아보기도 하고, 대리모가 합법인 나라를 검색하는 지경에 까지 이르렀습니다. 이런 상황에 난임으로 함께 고민하던 오픈채팅방 언니에게서 난가연의 난임 수기 공모에 대한 소식을 들었고, 같은 멤버였던 동생이 공모했다는 말을 듣고 저도 공모하게 되었습니다. 그렇게 공모한 난임 수기 공모가 발판이 되어 저희 가족은 둘이 아닌 셋이 될 수 있었습니다.

난가연을 만나기 전 저는 몇 년 동안

① 비타민 c, d, e를 각각의 알약으로 먹고, 오메가-3와 칼슘, 마그네슘, 아연이 함께 든 약, 엽산은 고용량으로, 질 유산균과 일반 유산균을 따로, 철분제와, 아르기닌을 알약으로, 코큐텐을 먹다가 유비퀴놀로 변경하여 먹었습니다. 영양제는 복용했을 때 흡수율이 높여주는 시간과 조합으로 아침 공복, 식사 전, 중, 후로 정말 밥 먹듯이 챙겨 먹었습니다. 난임인은 병원에 갔다 바치는(?) 돈도 돈이지만 영양제에 드는 돈도 정말 많습니다. 이 돈은 연말 정산에도 산정이 되지 않아요.

② 식생활에서도 먹어야 할, 그리고 먹지 말아야 할 음식도 있었습니다. 볶은 검은콩, 두유(국산 콩으로 집에서 직접 만들어서 먹었어요.), 양배추 즙, 포도즙, 아보카도, 각종 견과류, 추어탕, 사골, 장어, 쇠고기, 계란, 닭 가슴살, 들깨가루…… 누가 좋다고 하는 것 중에 제가 해서, 구해서, 사서 먹을 수 있는 것은 찾아다니며 먹었습니다. 그러면서도 밀가루음식과 커피는 줄이고, 과자도 안 먹기 위해 노력했습니다. 보리 음료(?)를 마셔본 게 언제인지 기억이 안 납니다. 그런데 이렇게 좋다는 걸 찾아다니며 먹으니 몸무게가 늘지 않을 수가 없습니다. 그렇다고 살찌는 걱정 때문에 안 먹을 수도 없는 마음을 우리는 압니다.

③ 일상생활 속에서도 직접 만든 비누, 천연샴푸를 사용하고, 화장품도 최대한 천연제품을 사용하되 화장을 최소화하고, 직접 만든 주방 세제와 세탁 세제를 사용하고, 염색이나 펴도 꼭 해야 할 때만 했습니다. 걷기를 생활화하고 족욕도 자주 하고, 탕 목욕으로 몸을 따뜻하게 하는 것도 자주 했습니다. 가끔은 생각날 때 마다 108배도 해보고, 발끝이나 손목도 치고, 기마자세도 했었죠. 이렇게 열심히 했는데도 아기는 더 이상 찾아오지 않았습니다. 이제 마지막이다, 이게 진짜 마지막 시술이다를 몇 번을 다짐했는지 모르겠습니다. 하지만 진짜 후회하지 않을 자신이 없었기에 도전을 멈출 수도 없었습니다. 힘들고, 지치고, 이젠 정말 끝을 생각하고 있었습니다.

그 때 난가연을 만났고 꺼져 가던 불씨가 바람을 만난 듯 다시금 불타오르기 시작했습니다. 경제적 어려움이 있는 와중에 난가연에서 제공해주신 영양제들은 큰 도움이 되었고, 회장님께서 주축이 되어 시작한 **팀별 관리는 게을리하려는 저를 채찍질 했으며 전자 우편을 통해 작성했던 체크리스트 중 마음을 주고받았던 부분은 저를 울게도 했다**가 두 주먹을 불끈 쥐게도 했습니다. 그래서 저는 새로운 마음으로 그 동안 해오던 것에서 몇 가지를 추가, 변경하게 되었습니다.

① 영양제에서 감마리놀렌산, 디키로젠, 바이오지니나액을 추가해서 먹게 되었고, 생리주기에 따라 시스테인, 이노시톨도 먹었습니다. 바이오지니나액과 중복되는 아르기닌은 양을 조절했습니다.

② 그리고 강화사자발약쑥 차를 계속 마셨습니다. 처음에는 화장실을 들락날락 해야 해서 귀찮았지만 시간이 흐르니 몸이 적응을 했습니다. 원래는 워터 많이 좋다는데 저는 지인에게 중간 물을 추천받았기에 중간 물을 따뜻한 물에 연하게 우려 마셨습니다. 그리고 저의 체질상 잎채소 보다는 뿌리채소가 궁합이 맞다는 한의사 선생님의 조언에 따라 뿌리채소를 챙겨 먹었습니다. 그 외에도 흑마늘과 대추 칩을 과자대신 먹고, 줄였던 커피를 완전히 끊고, 커피 생각이 나면 오조라는 보리차를 마셨습니다. **차 마시는 습관을 갖게 되니 제 몸이 저도 모르게 따뜻해지고 있었습니다.** 아침은 못 먹고 출근하면 출근길에 김밥이라도 사서 먹고, 그것도 힘든 날은 뮤즐리나 구운 계란이라도 꼭 먹었어요.

③ 습식으로 발목까지만 했던 족욕에서 건식인 허벅지까지 족욕으로 변경해서 따뜻한 차를 마시면서 주 3회 이상 몸을 따뜻하게 했습니다. 커오스라는 운동클럽을 다니며 열심히 운동했습니다. 최소 주 3회는 갔고 될 수 있으면 빠지지 않으려고 노력했습니다. 운동의 종류와 양은 사람마다 다를 수 있지만 저에게 이 운동이 맞았던 것은 직장 후 바쁜 중에 단시간동안 스트레칭, 근력, 유산소, 코어운동을 할 수 있었기 때문입니다. 누가 보면 운동 못해 안달난 사람처럼 그 시간만큼은 땀을 뻘뻘 흘리며 열심히 운동했습니다. 매일매일 집에서 했던 운동은 TV와 연결해 국민체조를 3세트. 정말 힘들면 2회는 꼭 했습니다. 운동하는 시간 외에 매일 만보를 채우기 위해 차타고 갈 길도 걸어서 가고, 대중교통에서 미리 내려 걷기, 엘리베이터 보다는 계단, 할 일 없이 걷기도 많이 했습니다. 누워서 팔다리 올렸다 내리기도 최소 60회, 해보세요. 별 것 아닌 것 같지만 힘들어요. 운동기구를 이용한 윗몸 일으키기도 하루 100회는 꼭 채웠고요. 마지막에는 폼롤러마사지로 몸을 풀어주었습니다.

④ 배를 따뜻하게 하기위해 발열내의 또는 민소매 속옷이라도 꼭 입었습니다. 남들은 배워머를 한다는데 저는 그냥 옷이 편했어요. 발은 온열 양말에 털신을 신고 집에서는 할머니들이 신는 버선-남대문 시장에서 샀는데 동네에도 참 많더군요-을 신고 발이 차가워지면 직장에서는 usb 온열 발난로를 컴퓨터에 연결해서 발을 따뜻하게 했어요.

일주일에 하루는 모든 활동을 안 하고 휴식하는 날을 주었습니다. 보기에는 얼마 안 되는 양으로 보이지만 난가연을 만나 불타고 있었던 저는, 임신되기 전 6개월은 하루하루 바쁘게 움직여야 계획한 양을 채울 수 있었습니다. 하루라도 약속이 생기는 날이 있는 주에는 휴식일인 하루에 채워야하니 일주일에 단 하루라도 쉬려면 매일을 정말 바쁘게 살아야했습니다. 6개월이었습니다. 6개월 동안은 모든 시술을 멈추고 노력만 했습니다. 난가연이 저에게 마지막 기회를 주었기에 그 기회를 잡아 꼭 성공하고 싶었습니다.

그렇게 시간이 흘러 배정 받은 병원에 제 몸 상태에 관한 모든 자료를 전하고 새로운 시험관 시술을 위한 스케줄까지 모두 잡아두었습니다. 예정대로라면 내일이면 생리를 할 것이고 - 신기하게도 불규칙적이던 생리가 몇 달 규칙적으로 찾아 왔습니다- 그러면 이틀째 되는 날부터 주사 시작이다. 그러나 그 날 느낌이 이상했기에 남편에게 임신테스

트기 심부름을 시켰고 다음 날 새벽 연한 두 줄을 보았습니다. 저는 자는 남편을 깨워 바로 집에서 가장 가까운 난임 병원을 찾아갔고 저에게 필요한 많은 약들을 처방받았습니다.

임신을 알고 임신 중에 했던 노력들은 글로 쓰자면 또 한 편의 수기가 나와야 합니다. 임신기간 동안 초기에는 하루 23시간 30분을 누워서 생활하고 남들이 말하는 안정기가 되어서도 23시간은 누워 있었습니다. 네, 그 30분, 1시간 동안, 싸고, 씻고, 토하고, 먹었습니다. 남들이 말하는 안정기에 들어서 처음 100m가 안 되는 거리를 걸었던 날 출혈이 있어 다시 꼼짝없이 누워 지냈습니다. 이제 아기가 나와도 현대의학 기술로 아기를 살릴 수 있다는 말을 들었을 때에야 앓을 수 있었고, 집안에서나마 움직일 수 있었다고 말하면 임신 중 저의 생활이 짐작이 되실까요?

남편이 어떤 생활을 했는지 집이 어떤 상태였는지 짐작이 되실까요? 남편은 집안일 도사, 주사도사, 마사지도사가 되었습니다. 임신 중에도 걱정이 많던 저에게 된다고, 된다고, 꼭 된다고 문자로 힘을 주셨던 회장님께는 감사하다는 말로는 부족할 것입니다. 은우를 낳는 날까지 정보도 주시고 축하해주시고 함께 기뻐해 주셨습니다.

그런데 저는 여전히 난임인입니다. 둘째 욕심이 없냐고요? 아니요, 저는 지금 저희 은우 하나면 충분합니다. 다만 지난 몇 년 동안 저에게 있었던 많은 일들로 출산 당시 알게 된 임신 중 증상이 있었습니다. 임신 중 초음파로는 판별하기 어려운 태반 유착이라는 증상이 나타났고 이로 인해 만약 둘째를 임신할 경우 어렵게 유지를 하더라도 출산 시 과다 출혈로 산모의 생명이 위험한 상황이 올 테니 태아도 함께 위험할 것이며, 태아를 무사히 출산 하더라도 자궁을 적출해야 산모의 목숨을 살릴 수 있는 상황이 될 것이라고 합니다. 여러 가지 원인이 있지만 저에게 나타난 태반 유착은 여러 번의 소파수술로 인해 태반이 자궁내막 속으로 파고들기 때문이라합니다. 혹시 이 글을 읽으시는 분 중에 소파수술 이력이 많으신 분이 계시다면 임신 중 태반 유착에 대한 염두를 하고 계신 의사 선생님을 만나셔야 합니다.

됩니다. 됩니다. 꼭 됩니다. 이렇게 힘든 케이스인 저도 됐습니다. 된다, 된다, 꼭된다!고 외치면 진짜 됩니다. 힘들 땀 두 주먹을 불끈 쥐고 뒹뒹꼭을 외치세요!

## 소중한 만남 그리고 새로운 만남을 위한

장려상(한국술사 사장상) - 박OO

부부의 꿈 그리고 시작과 시련

뜻밖했던 고교시절 아내를 처음 만나 2017년 9월 저와 제 아내는 서로의 미래를 약속하게 되었습니다. 그렇게 결혼한 저희부부의 꿈은 아이의 아버지, 어머니로서 행복한 가정을 만들고 지켜나가는 것이었습니다. 다른 평범한 가정이 그렇듯 우리 부부에게도 천사 같은 아이가 금방 찾아와 줄 것이라 믿었지만 이상과 현실은 너무 달랐던 것 같습니다. 저는 직업군인으로 군함에 근무를 하며 짧게는 일주일 내외 길게는 한달 가까이 해상에서 근무를 하며 집으로 못 오는 날이 많았고 그렇기에 **배란일에 부재였던 날이 대부분이었습니다. 하지만 그때까지만 해도 배란일에 제가 없어 사랑을 못나눴기에 아이가 생기지 않는다고만 생각했었지, 혹시 서로에게 문제가 있을까라는 생각을 하지 못했습니다.**

그러던 어느날 긴 해상근무로 인한 저의 부재가 아이를 가지는데 문제가 있다고 생각되어 아내와 상의 후 정자은행을 이용하여 제가 장기간 없는 날이라도 인공수정을 할 수 있도록 준비하기 위해 부산 소재의 난임병원을 찾게 되었습니다. 진료 전 저와 아내는 몇가지 검사를 받아야만 했고 그 결과는 저희부부에게 큰 충격으로 다가왔습니다. 결혼 전부터 불규칙한 생리현상, 그것에 대한 정확한 원인은 알지 못했지만, **검사결과 한쪽 나팔관 끝 난소가 정상적인 위치보다 너무 많이 올라가 있었고 그 원인으로 난자가 나오지 못해 배란이 잘 안된다는 것이었습니다. 그리고 저는 검사결과 극희소정자증 판정으로 자연임신이 거의 불가 할 것이라는 결과를 받으며 시험관 아기 시술 권유를 받게 되었습니다.** 요즘 환경문제나 유전적 문제 등 많은 문제들로 불임가정과, 난임가정이 나날이 증가하고 있다고 하지만 그 가정이 저희부부일 줄 상상도 못하였습니다. 서로 큰 상심에 빠졌지만 무정자증이 아니고 적은 수지만 정자가 있고 아내 또한 배란이 불규칙할 뿐 임신이 불가하지 않다는 일념으로 서로를 위로하며 시험관 아기 준비를 하기로 하였습니다.

서로의 믿음과 새로운 만남을 위한 노력

시험관 아기를 준비하려고 막상 얘기는 나눴지만 그 과정 또한 쉽지 않았습니다. 서로에 대한 애정과 따뜻한 한마디가 필요할 시기, 저의 잦은 항해와 훈련으로 준비기간 중 같이 있을 수 있었던 기간이 더 짧았기에 아내 혼자 병원에 다니는 날이 많았습니다. 얼마 후 아내는 시험관 아기 준비를 목적으로 난소 위치를 조정하기 위한 수술을 병원에서 권유받았습니다. 그러나 제가 옆에 있지 못해 고민에 빠졌습니다. 하루라도 시간을 늦출 수 없었기에 고민 끝에 수술날을 잡았습니다. 하지만 그 시기 저는 2018 대한민국 해군 국제관함식에 참가하여 수술하고 회복하는 사이에 같이 있어 줄 수가 없었습니다.

가장이자 남편으로서 힘든시기에 함께 못하고 위로가 못돼 주는 자신이 참 죄스럽고 미안하기만 하였고 군인이기에 부여된 임무를 완수해야하는 사명감으로 마음이 무거웠습니다. 하지만 아내는 반대로 저에게 “당신이 있기에 행복하고 당신이 있기에 힘낼 수 있다. 당신이 참 자랑스럽다”라는 따뜻한 위로의 말을 건넸습니다. 그 말을 듣는 순간 눈물이 핑 돌았지만 제가 더 약한모습을 보이면 아내가 안쓰러워 할까봐 눈물을 참고 더 힘내서 씩씩하게 돌아가겠다는 약속과 함께 임무에 임했습니다.

모든 항해가 끝나고 집에 온 그날 아내가 저를 안아주며 수고했다는 말한마디를 해주는데 그동안의 피로가 한번에 날아가는 듯 했습니다. 집에 돌아온 저와함께 저희는 새로운 만남을 위해 다시 힘을 내기로 하며, 아내는 수술 후 회복기간을 가지고 **저는 탄수화물을 줄이고 단백질 섭취를 늘리고 엽산과 비타민을 꾸준히 섭취하는 등 철저한 식단조절과 도보, 구보 등 유산소 운동과 근력운동을 적절하게 배합하여 실시하며 시술 전까지 최상의 몸상태를 만들기 위해 노력을 하며 시간을 보냈습니다.**

하늘도 도와준 노력의 결실과 새로운 만남 그리고 새로운 시작

조금은 쌀쌀한 초겨울 바람이 불던 11월 어느새 수술후 회복을 마친 아내는 시험과 아기 준비를 위해 같이 내원할 수 있는 날을 확인하고, 시술 이전 국가에서 지원 받을 수 있는 제도를 확인하고 있었습니다. 그런데 우리나라에서 받을 수 있는 난임지원의 혜택이 생



각보다 어마어마 했습니다. 인공수정시술은 물론 시험관아기시술(신선배아, 동결배아)까지 그뿐만 아니라 한번이 아닌 여러번 시술 할 수 있도록 제도가 마련되어 있음에 저는 우리나라의 출산장려정책에 놀랐고 이러한 복지혜택을 받을 수 있는 국민이라 행복감을 느꼈고 더욱 더 큰 희망을 가질 수 있었습니다. 저희가 시술을 하게 될 부산소재의 난임병원과 보건소 확인을 통해 시술준비를 마쳤고, 그 시기 마침 중순 경 함정 수리 업무로 타지역에서 근무하던 저는 다른 업무와 훈련을 위해 원래 있던 지역으로 내려오게 되었습니다.

바닷물이 조금 차게 느껴지는 11월이었지만 며칠 새 모든 훈련이 끝나면 아내와 함께 우리아이에게 한걸음 다가갈 수 있음을 생각하며, 훈련을 무사히 끝내고 집에 돌아가던 때 갑자기 걸려온 아내의 전화... 무슨일인지 가슴이 쿵쥔거리고 불안한 마음이 엄습해왔고 전화를 받았을 때 아내가 흐느끼며 저에게 얼른 오라는 말만 하였습니다. 놀란 가슴을 부여잡고 집으로 왔을 때 아내가 눈물을 흘리며 저에게 주는 임신테스트기에는 **희미하지만 분명한 두줄이 있었습니다. 제 눈을 의심했지만 분명한 두줄!! 익일 산부인과에 내원하여 피검사 결과 임신이라는 진단을 받을 수 있었습니다. 희박한 확률에 포기하고 있었는데 뜬금없이 자연임신이라니... 너무 축복받은 느낌이었고 하늘이 저희부부의 바람을 들어준 것만 같아 하늘을 날아갈 것만 같았습니다.**

그렇게 힘겹게 저희부부에게 와준 아기에겐 돼지띠에 찰싹 잘 붙어있으라고 ‘꿀떡’이라는 태명을 붙여주었습니다. 시간이 지나 예정일 보다 몇 주 이르긴 하지만 작년 7월 10일 건강하게 태어나 무럭무럭 잘 크고 있습니다.

현재 저희부부는 둘째를 만나기 위해 다시 부산소재 난임병원을 찾아 검진을 받은 결과 첫째때와 같이 저의 극소수정자증 그리고 아내의 불규칙한 생리현상으로 이번에도 시험관 시술을 권유받았습니다. 하지만 자연임신의 경험이 있어 인공수정 먼저 시도해보겠다 하여 몸관리와 함께 시도를 해보았지만 저의 정자수와 상태가 좋지않아 결과는 좋지 않았습니다. 하지만 좌절하지 않고 바로 시험관 아기 시술을 시작하였고, 저희부부는 다시 몸관리를 하며, 국가의 난임지원 가운데 얼마전 신선배아를 이식하였습니다. 하지만 이 과정 또한 쉽지 않았습니다. 주사투약, 항생제 복용, 질정투여 등 난자를 채취하는 과

정, 저 또한 정자의 상태를 조금이라도 좋게하기 위해 많은 노력으로 힘들었지만 서로가 있었기에 이 또한 슬기롭게 잘 넘길 수 있었습니다. 아직 결과가 나오지는 않았지만 서로 좋은 결과가 있을 것이라 믿으며 기다리고 있습니다.

난임부부님들에게 드리고 싶은 말

처음에 저희부부처럼 난임이라는 사실이 믿기지 않고 힘든 마음을 가지실 분들이 많으시겠지만, **걱정을 한다고 나아지는 결과는 결코 없습니다. 시작이 반이라는 말이 있습니다. 현재의 주어진 상황에 맞춰 한걸음씩 다가가려는 마음과 부부가 서로 힘이 되어준다면 이미 받은 성공한 것이나 다름없습니다.** 또한 우리나라에는 출산장려정책과 난임부부를 지원해주는 제도가 아주 잘 되어있습니다. 상황에 따라 다른 시술을 받으시겠지만 어떠한 시술이라도 지원을 해주는 제도가 아주 잘 마련되어 있으니 시술 전 제도를 꼼꼼히 확인하셔서 혜택을 받는 동시에 준비를 하신다면 마음이 든든하실 겁니다. 난임부부 뒤에 든든한 지원군인 우리나라가 있다는 것을 잊지마세요! 끝으로 저처럼 군인이시거나 군인이 아니시더라도 일 때문에 옆에 잘 못있어주시는 남편분들이 많으실 겁니다.

서로가 지치고 힘든시기 이지만 이럴 때 해주는 따뜻한 말 한마디가 엄청난 위로로 돌아오고 그 위로가 새로운 시작을 하는 원동력이 될 수 있습니다. ‘같이의 가치’라는 말처럼 부부는 함께하기에 존재하고 혼자서는 존재할 수 없고, 같이 있기에 행복하고 가치있는 것입니다. 우리 모두 난임을 슬기롭게 헤쳐나가 더욱 더 행복한 부부가 되시기를 기원합니다. 이 시대의 위대한 대한민국 아버지 어머니들 오늘도 화이팅입니다!

## 10년 그 난임의 끝에서

입선-손OO

안녕하세요. 저는 대구에 살고 있는 40대 주부입니다. 10년전에 결혼을 했고 아이를 워낙 좋아 하다 보니 셋은 낳자며 연애때부터 혼전 임신을 꿈꾸기 시작 했습니다.

신랑은 저보다 3살 어렸고 장손에 외동아들이다 보니 부담감이 있어 미리 산부인과에 가서 산전검사를 받았습니다. 결혼 전 아무런 문제가 없다는 산전검사지를 시택에 드렸으며 나이 많은 며느리 보니 걱정하시는 부모님의 마음을 잘 알기에 더욱 죄송했어요. 그렇게 결혼 초부터 익모초와 임신에 도움이 되는 유명한 한약을 먹기 시작했습니다. 엽산도 매일 챙겨 먹었고 복분자도 매일 갈아서 마셨으며 배란일 일정을 잡기 위해 병원도 다니고 배란 테스트기도 사용 하면서 꾸준히 숙제를 했습니다.

그렇게 4년이란 시간이 흘러 매달 반복 되는 실패와 좌절의 홍양을 맞이 하다 보니 물음표가 떠올랐어요. 의사 선생님께서 자궁 나팔관 조영술과 정자 검사를 추천 하였고 검사를 했으나 또 아무런 이상이 없었습니다. 그렇게 일도 하지 않고 오직 임신만 생각 하는 바보로 하루 하루를 살고 있던 와중에 극심한 생리통과 성교통 과다한 생리양으로 병원을 다시 찾았는데 결과는 충격적이었습니다. 자궁내막증과 난소양쪽의 유착들과 혹들...

하루 빨리 수술을 해야 한다며 의사 선생님은 소견서를 써주셨습니다. 아이도 안생기는데 자궁 수술이라니 정말 “내 인생이 이렇게 끝나는건가?”싶을 정도로 무섭고 두려웠습니다. 그렇게 찾아간 대학교수님께서는 아이를 낳으려면 수술을 해야 한다고 하였고 저는 그 말만 믿고 수술 후 지금보다 더 깨끗해 지겠지 믿고 바로 수술 일정을 결정했습니다. 하지만

수술 후 제 몸은 너무나 달라져 있었습니다. 난소 나이는 제 나이 보다 10살이나 더 많아졌고 왼쪽 난소는 더 이상 반응이 없었으며 온몸이 부은건지 살도 많이 췌으며 특히 배가 너무 많이 부어 있어서 주변에서 “임신 6개월이나”라는 질문을 받기도 했습니다. 수

술 후에는 자궁이 깨끗해서 인공수정과 체외수정이 잘 된다는 의사 선생님 말씀대로 수술 후 연달아 시술을 했으나 결과는 좋지 않았습니다. 2번의 실패로 큰 슬럼프에 빠져서 매일 술을 마셨고 우울증으로 밤낮이 바뀌었으며 심각한 불면증에 친구들과의 연락도 끊게 되고 혼자만의 동굴을 만들어 헤어나오지 못했습니다.

그렇게 부푼 기대를 한껏 안고 나타난 저에게 이성구 원장님께서 첫 검사지를 보시고 너무나 큰 현실의 벽을 보여주셨습니다. 난소 나이 (0.4)에 난소공여를 받는게 어떻겠냐는 말씀에 울음을 참으면서 병원을 나왔습니다. 제 자궁이 안좋은건 충분히 알고 있었지만 막상 검사 결과를 보니 이 현실을 받아들이기 힘들었습니다. 하지만 어차피 폐경이 얼마 남지 않았다면 4~5년 그때까지라도 최선을 다해 달린다면 후회 없고 그 이후에는 진짜 새로운 내 인생을 시작해야겠다는 긍정적인 생각도 들었습니다. 애가 없다고 애기를 못 낳는다고 죽을 수는 없으니까요. 하지만 제 마음과는 다르게 그때까지 얘기가 없으면 신랑에게 이혼 하자고 밥 먹듯이 얘기를 했습니다. 겉으로 쿨한척 강한척 하는 바보 같은 제가 싫었어요.

그렇게 시험관 재도전을 다시 하게 되었고 냉동도 없이 신선으로 차수는 계속 쌓이면서 실패도 두렵지 않게 되었어요. “난저는 시간이 금이라고 2달에 한번씩 시험관을 해도 될까 말까”라고 말씀하신 이OO 선생님의 말씀대로 정말 쉬지 않고 달렸고 쑥뚝, 쑥뚝, 발마사지, 수영, 헬스 수많은 영양제들 한방차와 쑥차까지 저의 일상은 모든게 임신으로 가득차 있었습니다. 음식 또한 임신에 관한 걸로만 먹었습니다. 배란기, 수정기, 착상기에 좋은 음식들을 냉장고에 써 붙여 먹고 그 위주들로만 매일 챙겨 먹었습니다.

그렇게 규칙적인 생활과 운동, 음식들로 하루하루 건강해지기 시작했고 조금 더 밝은 마인드도 가지게 되었습니다. 꼭 임신이 될꺼라는 자신도 없었지만 내 건강을 위해 노력하는 것만으로도 하루가 바쁘고 행복했던 것 같았어요.

내 인생 중 가장 나를 사랑하고 아껴줄 수 있는 시간들이었죠. 그리고 가장 힘이 되어준 병원 친구들 10년이란 난임으로 오직 혼자서 힘든 시간을 보냈으나 이젠 더 이상 혼자 아니었어요. 그런 제 마음을 남편 보다 더 잘 아는 친구들과 터 놓고 솔직하게 얘기를 나

눌 수 있었고 제 마음의 짐들을 조금씩 털어내기 시작했습니다.

난가연의 난임 캠프도 참여해서 그곳에서 다 함께 울고 웃고 나 아닌 다른 사람들의 이야기에 귀를 기울여 보고 나 자신을 돌아보는 시간 나 자신을 더 사랑 할 수 있게 되는 용기가 생기는 계기가 되었으며 꼭 아이가 세상의 전부가 아니더라도 이 모든게 감사 하게 되고 너무나 큰 위로로 힘을 얻게 되었습니다. 저에게 그런 용기를 불어 넣어주신 난가연 정말 진심으로 감사드립니다.

반복 되는 실패의 좌절들을 딛고 매번 도전했으나 시간이 갈수록 난자는 1개 아니면 모두 공난포로 차수를 날리고 허무하게 돌아가는 최악의 상황 마저 생겼습니다. “이렇게 진짜 끝이 보이는구나 입양을 알아봐야 되나? 이혼을 해야 하나?” 또다시 별의별 생각에 불안해져만 갔습니다. 난소기능에 좋다는 침이라도 맞음 좋을까 싶어서 유명 난임 한의원을 찾게 되었고 주 3회 맞으라는 권유로 열심히 다녔습니다. 그러던 어느날 원장님께서 제 난소 수치를 물어보시고는 1이 안되면 임신이 어렵다고 하셨습니다. 겉으로는 밝게 웃지만 내 속은 문드러지는데 정말 화가 나고 기분이 나빠서 더이상 침을 맞지 않았습니다.

주변 지인들도 “아직도 시험관 하나? 포기 안했어? 시댁 친척들 또한 애 안낳을꺼면 이혼 해라”하시고 정말 겪어 보지 않은 사람은 절대 난임을 모릅니다.

이미 상처 받은 성치 않은 몸인데 마음의 상처까지 주는 모진 말들 다시 일어서기가 정말 힘들어지지만 곧 폐경일꺼라는 조금함에 슬퍼 할 시간도 없이 또 다시 도전하기 시작했습니다. 이번에도 생리통이 와서 피검을 빨리 하고 집에 돌아와 멜라토닌을 먹고 잠을 잘까 하고 있는데 전화가 왔어요.

평소와 다르게 밝은 목소리의 간호사님이 낮설게 느껴지면서 피수치를 들고 오류겠지 싶어서 제껴 맞냐는 질문만 반복했습니다. 그동안 총 7번의 뽕점들을 받아 왔었는데 이번엔 297이라는 수치는 믿을 수가 없었거든요. 제일 먼저 신랑에게 전화를 했고 말 없이 울기만 하는 저의 목소리에 많이 놀라더라구요. 그렇게 꿈에서도 들을 수 없었던 “나 임

신이래” 첫마디에 신랑은 태연한척 웃으면서 “난 또 코로나인줄 알았네” 그때가 3월 4일 대구 신천지 코로나로 난리가 났을 무렵이었어요. 결혼 10년만의 첫수치, 첫임신 5개월 간의 하혈과 피고임으로 유산일꺼라는 불안감으로 임신 기간을 보냈습니다.

하루 하루 힘들었지만 이 모든게 내것이 아닌것만 같이 이 행복을 다 누리지 못했습니다. 하급 난자 딱 하나 그리고 2일 배양, 그렇게 믿겨지지 않는 건강한 내 아이가 벌써 37주를 달리고 있고 2주 후면 출산입니다.

난임은 절대 혼자 할 수 없습니다. 부부가 함께 가족과 친구도 함께 해야지만 성공 할 수 있습니다. 절대 혼자라고 생각하지 마세요. 다른 사람들은 모두 임신해도 난 안될꺼라고 기대 또한 하지 않았습니다. 임신에 좋은 음식들도 가끔은 질려서 먹지 않았고 매일 운동 해야 한다는 강박관념도 버리고 내 몸 편안하게 지냈던 것 같습니다.

오히려 임신에 목숨을 걸고 목메이던 때에는 되질 않고 식이 요법과 운동도 하지 않았을 때 성공한 거예요.

물론 나 자신을 사랑하고 몸과 마음을 건강하고 행복하게 보내는게 가장 중요 합니다. 소중한 나 다음이 아기인 것 같아요. 난저이고 차수가 많아도 냉동이 나오지 않아도, 피검사 수치가 0점이라도 너무 좌절하지 마시고 끝이 보일때까지 달려 보세요. 모두가 안 될꺼라고 하던 저도 성공 했습니다. 모두 좋은 결과 있길 바라요~

## 한걸음의 기적

입선-김OO

오늘도 나는 남편과 함께 걷는다. 두 발에 힘을 꼭 주어 동네에 조성된 숲길을 자박자박 거닌다. 유유히 흐르는 초록의 시간을 두 발로 더듬어 보고, 푸석거리는 마음을 신선한 숲의 기운으로 씻어낸다. 짙은 짙은 아름드리나무가 걷는 내내 시원한 그늘을 내어준다. 마치 한시름 놓고 잠시 쉬어 가라는 듯이.

숲이 가진 생명에너지가 내게로 스며든다. 두 발로 걸어야만 오롯이 맞이할 수 있는 특별한 경험이다. 이제 도심 속에서 숲을 찾아 걷는 일은 익숙한 일상이 된지 오래다. 멀리 떠나지 않고 자연 속에서 걷는 것만으로도 나에게는 어느 곳이나 힐링로드가 된다.

나는 살기 위해 걷는다. 건강한 신체를 위해, 진정한 정신을 위해 걷는다. 한 걸음 한 걸음 길과 풍경을 음미하며 즐겁게 거닐다 보면 어느 날에는 3만보를, 어떤 날에는 5만보 이상을 걷기도 한다. 보통은 숲과 공원, 수변도로 등을 따라 걷지만, 종종 목적지 없이 무작정 걷는 경우도 있다. 꽃에 취하고, 나무에 기대며, 우거진 숲에 몸과 마음을 맡기다가 오면 그만이다. 숲은 내게 쉼표 같은 곳이다.

사형선고와도 같았던 암 진단

결혼 후 한동안 아이가 들어서지 않아 원인을 알기 위해 찾아간 동네 산부인과에서 나는 '자궁내막암'을 진단받았다. 주치의는 자궁 안쪽에 생긴 병이어서 임신은 어렵지만, 진행 정도가 나쁘지 않은 만큼 자궁을 절개하는 수술대신 호르몬 약으로 치료를 해보자고 했다. 제발 남편을 꼭 닮은 아이 하나만 낳게 해달라고 빌던 내게 사형선고와도 같은 소식이 날아든 것이다.

그날 밤, 등을 돌린 채 조용히 소리죽여 울고 있는 남편에게 나는 응석조차 부릴 수가 없

었다. 조용한 눈물은 이내 흐느낌이 되어 남편의 온몸을 흔들어 놓았다. 억지로 잠을 청한 나는 곧 뜨거운 불길에 온몸이 휩싸이는 꿈을 꾸게 되었다. 몸부림을 치다 간신히 눈을 떴지만, 그것은 단순히 꿈으로만 끝나지 않았다. 내 안에서 쏟아져 나온 분노, 슬픔, 연민, 좌절이 어느새 하나의 시뻘건 불덩어리가 되어 내 가슴 속에서 활활 타올랐다. 불길은 금방이라도 삶을 불태워버릴 듯 맹렬한 기세로 번져나갔다.

너무나도 비현실적인 현실 앞에서 눈물조차 나오지 않았다. 세상은 어제와 달라진 것이 하나도 없는데, 나는 하루아침에 암환자가 되어 버렸다. 가벼운 웃음조차 지을 수가 없었고, 내가 세상에서 가장 힘든 것 같았다. 나는 점점 더 불행 속으로 침잠해 들어갔다. '오늘의 불행은 언젠가 내가 잘못 보낸 과거의 보복이다'이라는 말이 머릿속에 송곳처럼 박힌다. 나의 잘못된 생활습관이 젊은 나이에 암에 걸리게 된 원인이 된 것 같아서 후회스러웠다.

자궁을 적출하지 않는 비수술적 치료여서 다행이었지만 막상 치료에 들어가니 그 과정은 정말 감내해내기 쉽지 않았다. 우선 1차로 자궁내막시술을 끝낸 후 호르몬 치료를 시작하면서부터 급격히 살이 찌기 시작했다. 6개월 사이에 25kg이 늘어나 감당하기 어려울 만큼 몸이 비대해졌다. 숨쉬기도 곤란해 '헉-헉-' 대는 거친 숨소리를 달고 살았다. 끝없는 무기력도 나를 짓눌렀다. 20시간 이상 침대에서 일어나지 못하거나, 산책을 하러 나가서 5분을 넘기지 못하고 돌아온 적도 많았다.

몸의 변화보다 더 무서웠던 것은 암에 대한 공포였다. 때때로 암세포가 어느 한 순간 몸 이곳저곳으로 전이되면 어떡하나 하는 불안감이 엄습해왔다.

'이런 병에 걸리지 않았으면 나도 비슷한 또래의 젊은 주부들처럼 아이도 낳고 평범한 일상을 누리고 있을 텐데.... 왜 하필 나일까?'

자연히 마음에도 조금씩 병이 찾아왔다. 상태가 심한 날에는 하루 종일 남편을 향해 마음에도 없는 모진 말을 쏟아 부었다.

숲속으로 한걸음 더 깊이

몸과 마음을 앓느라 한치 앞도 보이지 않았다. 남편은 절망에 빠져 허우적거리는 나에게 숲을 찾아 걸어 다녀보라고 제안했다. 숲속을 걸으면서 몸에 좋은 기운을 채우고, 지친 대로 지친 마음을 잠시 어루만져보자는 것이었다. 그간의 팍팍한 생활방식을 내려놓고 천천히 숲을 걸으면서 한 박자 쉬어가는 것도 나쁘지 않을 것 같았다.

우리는 잠시 일상을 내려놓고 자연으로 향하는 문을 푼듯 두드렸다. 처음엔 편백나무가 많아 암환자들에게 좋다는 전국의 유명한 숲을 며칠씩 묵으며 거닐었다. 암이 가져다주는 막연한 공포와 불임의 막막함이 마음속을 파고들 때마다 우리는 숲속으로 한걸음 더 깊이 걸어 들어갔다. 자연 앞에 나를 온전히 내려놓고 숲이 내뿜는 무한한 청정에너지를 빨아들었다. 숲길을 걸으면서 햇볕을 쬐고, 바람을 맞고, 계곡물소리를 듣고, 새들의 날개짓을 보는 동안 온몸의 세포 하나하나가 깨어나는 기분이었다.

그 후로는 집 근처에 있는 숲이나 산, 공원들을 찾아다녔다. 도시로부터 멀지 않은 곳에 있지만 미처 알지 못했고, 관심도 갖지 않았던 숲을 위주로 걸었다. 동네 외곽에 위치한 한적한 숲길을 걷고 돌아오는 것만으로도 지친 몸과 마음이 회복되는 것 같았다. 남편과 나는 비가 오나 눈이 오나 어김없이 숲을 찾아 다녔다. 마치 숲을 걷는 것만이 유일한 희망인 사람들처럼.

나에게 가장 행복한 순간

수없이 걸어 다니는 동안 나에게는 많은 변화가 일어났다. 비대했던 몸에 근살이 빠지면서 어느덧 20대 시절의 건강한 몸으로 돌아왔다. 다리에는 보기 좋을 만큼 적당한 근육이 붙었다. 온몸을 짓누르고 있던 무기력 증세도 거짓말처럼 사라졌다. 황폐했던 정신에도 조금씩 봄바람이 불어왔다. 우울한 날보다는 즐거운 날이, 우는 날보다는 웃는 날이 훨씬 많아졌다.

그 결과 나는 꿈에 그리던 자궁내막암 완치 판정을 받을 수 있었다. 꾸준히 호르몬 약을

복용하면서 4차례에 걸친 자궁내막 시술을 받은 끝에 얻은 기적 같은 성과였다. 주치의가 자궁내막에 암세포가 모두 사라졌다면 초음파 사진을 보여주었을 때, 남편과 나는 벅차오르는 기쁨을 주체하지 못하고 울음을 터뜨리고 말았다. 마음 깊숙이 봄꽃이 활짝 피는 것 같았다. 걷기 운동이 어둠으로 가득 찼던 내 몸에 기적을 안겨다 준 것이었다.

완치 판정을 받은 후에도 나는 멈추지 않고 계속 걸었다. 이번엔 아이를 낳기 위해서였다. 자궁에서 암세포는 사라졌지만, 아이를 잉태하기에는 자궁내막이 지나치게 얇아져 있다고 했다. 주치의는 여러 차례의 시술로 약해질 대로 약해진 자궁 내막과 난소를 회복하기 위해서는 걷는 운동이 가장 효과적이라고 조언했다. 나와 남편은 당장 임신을 해야 한다는 조급한 마음을 내려놓고 오롯이 걷기에만 집중했다. 공기 좋은 곳에 찾아가서 유유자적 걷는 것만으로도 머리가 맑아지고 몸과 마음이 가벼워지는 것 같았다.

완치 판정을 받은 지 1년여가 지났을 무렵, 우리 부부에게 두 번째 기적이 찾아왔다. 내 자궁 안에 그토록 기다리던 새 생명이 들어선 것이다. 인공수정이나 시험관 시술이 아닌 무려 자연임신이었다.

내가 암을 극복하고 소중한 아이를 뱃속에 품을 수 있었던 것은 온전히 남편의 무한한 사랑과 걷기 덕분이었다. 남편의 사랑과 믿음이 아니었다면, 지금의 행복과 평화는 주어지지 않았을 것이다. 암이라는 녀석은 나에게서 많은 것들을 앗아 갔지만, 동시에 많은 것들을 알려주기도 했다. 하루하루 살아간다는 것에 대한 감사함, 남편의 깊은 사랑, 기적을 만드는 숲의 생명에너지가 바로 그것이다.

“그간 수없이 걸어 다닌 게 우리한테 이런 기적을 만들어 준 것 같아! 여보, 같이 걸어줘서 고마워.”

나는 오늘도 어김없이 남편에게 말한다. 나에게는 남편과 함께 걷고, 웃으며 지내는 순간이 가장 행복하다.

## 엄마가 되어가는 중입니다

입선-전00

2014년 내 나이 서른다섯, 결혼을 앞두고 신랑과 이런저런 이야기를 하다가 우리 둘 다 허니문 베이비라는 것을 알게 됐다. 결혼이 늦은 만큼 나 역시 허니문 베이비를 가지고 싶다고 생각을 했고, 신랑에게는 비밀로 했었지만 결혼 전에 피임약을 먹어서 배란주기를 신혼여행이랑 맞췄다. 그만큼 임신이라는 건 결혼과 동시에 나에게 있어 간절한 그 무엇이었다. 다행히 결혼 후 3개월 만에 임신 확인을 했고, 서울에 유명하다는 병원까지 가서 초진을 보게 됐다. 초음파 진료를 처음 보는 상황이었는데 “아기집이 너무 아래 있네, 이러면 유산할 수도 있는데... 일단 2주 있다가 다시 봅시다.” 라는 말을 들었다. ‘드디어 엄마가 되는구나’ 하고 기쁜 마음을 안고 간 나에게 청천벽력과 같은 한마디였고, 뭘 묻거나 할 겨를도 없이 멍한 채로 진료실 밖으로 나와 눈물을 쏟았다. 반차 낸 신랑을 출근시키고 병원 근처 약국에서 테스트기를 사서 지하철 역 화장실에서 울면서 확인했던 아픈 기억... 여전히 두 줄이었지만 한 줄로 변할까봐 너무 두려웠고, 나에게서는 차갑게만 느껴졌던 그 병원으로 또 가고 싶지 않았다. 지역 맘카페를 통해서 따뜻하고 소문이 난 지역 산부인과의 원장님께 진료를 다시 봤는데 “아기집이 별로 안 크고 임신된 위치가 경부 쪽이라서 걱정이네요, 크면서 올라가면 다행인데 난황이 보이지 않는 것이 일단 문제니까 너무 걱정 말고 다음 주에 난황 보러 오세요.” 라는 말을 들었다. 벚꽃놀이와 야구 개막전 보러 가기로 한 것도 취소하고 일주일간 일하는 시간 외에는 계속 누워서 불안한 마음을 달래가면서 보냈다. 하지만 결국 아기집만 크고 난황과 아기는 보이지 않아서 고사난자로 확정 받고 첫 소파수술을 하게 됐다. 수술실에서 원장님이 “내가 다음 임신에 영향 안 가도록 조심조심 살살 떼서 보내줄게요. 곧 건강한 아기가 올 거예요.” 라고 말해주신 것이 참 위안이 됐다.

유산 후 3개월 정도 쉬어야 한다고 해서 그 후에 다시 임신시도를 하기 시작했는데 친정엄마가 다급해지셨는지 내가 불편해 할 만한 일들을 자꾸 하셨다. 임신 계획 중이어서도 축복과 안수기도 받을 수 있다고 임신한 부부들이 하는 프로그램을 받으라고 하지 않나,

이후 또 유산 한 뒤에는 한방치료 안하겠다고 했는데도 한의원에 말도 없이 예약을 하지 않나... 지금 생각하면 자꾸 유산하는 딸 걱정에 하신 일들인데 그 때는 내 마음이 너무 힘들어서 친정엄마의 마음까지는 헤아리지 못했던 것 같다. 시댁에서도 흰쌀밥과 미역국 끓여서 삼신할머니한테 기도하라고 하셨던 적이 있었는데 그 이후로는 감사하게도 별다른 요구 없이 조심스러워 하시며 잘 기다려주셨다.

어느 날, 시할머니 부고가 들려왔는데 다음날 바로 임신 확인을 하게 됐다. 할머니가 하늘나라 가시면서 선물로 주고 가셨구나 싶어서 든든했는데 병원에 가니까 마찬가지로 착상이 아래쪽에 위치하고 있었고 피고임이 있으니 쉬는 것이 좋겠다는 말을 들었다. 또 누워서 생활하며 맘 졸이던 기나긴 2주가 지나서 진료를 보러 갔는데 아기 심장이 너무 느리게 뛰었다고 했고, 유산방지주사를 맞았음에도 심정지로 두 번째 소파수술을 하게 됐다. “절대 엄마 잘못 아니에요, 임신 초기 유산은 건강하지 못해 도태되는 거니까 자책하지 마세요.” 라고 원장님께서 말씀해주셨지만 나는 자꾸 내가 잘못된 것 같다는 생각이 들었다.

결혼을 한 뒤 첫 해에 임신-유산-임신-유산을 반복하고 나니 한 해가 다 지나가버렸다. 그렇게 신혼 첫해를 보낸 내 스스로가 좀 불쌍하다는 생각이 들어서 임신시도를 중단하겠다고 선언했다. 지나가다 임신부나 아기가 보여도 마음이 쿵 내려앉으며 울컥했고, 이러다 아기를 못 갖게 되면 어쩌나 하는 우울한 생각이 자꾸 들었던 것도 그 이유 중 하나였다. 그래서 1년간은 임신에 대한 생각은 잊고, 여유를 가지고 쉬어보기로 했다. 지금 생각하면 이 때 바로 습관성 유산 관련 검사를 했었어야 했는데... 세 번째 임신이라는 것이 더 이상 나에게서 기쁨이 아닌 유산에 대한 걱정으로 다가왔기에 쉬는 것이 낫겠다고 판단을 했다. 누군가 연달아 유산을 하게 돼서 힘들다면 나처럼 쉬지 말고 빨리 원인을 파악해서 더 건강한 임신을 준비하는 것이 좋다고 과거의 나에게, 또 나와 비슷한 아픔을 겪는 사람들에게 말해주고 싶다.

1년만 쉬겠다고 마음을 먹고 쉬었는데 그 다음해에는 아빠가 투병하시고 그러다 하늘나라로 가셨다. 예전에 봤던 ‘엔딩노트’라는 일본 다큐영화에서 암투병 중인 할아버지가 고통 속에서도 손주들을 보며 이겨내는 것을 보면서 ‘아빠께도 아기를 보여드릴 수 있었으면 참 좋았을텐데, 그러면 좀 더 함께 계셨을까...’ 라는 생각을 했던 기억이 난다. 웬

지 불효를 하는 것 같기도 하고... 그렇게 아빠까지 보내드리고 나니까 2년이 지나가버렸고 내 나이는 서른여덟이 돼버렸다. 한동안 임신을 잊고 살았지만 주변에서 들려오는 임신과 출산 소식에 울컥하기도 하고 '이렇게 쉬어도 정말 괜찮은 걸까?' 순간 순간 두려움이 엄습하기도 했는데 그냥 등 돌리고 회피하기만 했던 것 같다. 그러다 2018년 서른여덟이 되니까 더 이상은 안 되겠다 싶어서 더 나이가 들기 전에 시도를 해야겠다고 다짐했다. 남편은 언제나 내가 원할 때 하자고 지지해줬었는데 언제나 그 마음이 고마웠지만 누구보다 아이를 기다린다는 걸 알아서 그 마음을 채워주지 못해서 미안했었다. 내가 아닌 다른 사람을 만나 결혼했다면 이런 고통 몰랐어도 됐을텐데... 라는 생각까지 든 날도 있었다.

다시 임신시도를 하니 또 바로 임신에 성공을 했다. 누군가는 임신테스트기 두 줄을 보는 것이 꿈이지만 나에게도 임신과 동시에 유산에 대한 공포와 두려움이 휩싸여야 했다. 이번에도 임신 확인하자마자 병원에 갔고, 유산방지 치료를 병행했는데 왜인지 아기가 잘 있는건지 궁금해서 임신확인 후 며칠 후에 테스트기로 확인을 했는데 한 줄이었다. 말로만 들었던 화학적 유산이었다. 누군가는 워낙 잦은 거라 생리로 지나갈 수 있는 걸 너무 빨리 알아서 문제라고 그러기도 했고, 어찌 보면 수술을 안 해도 되니까 다행이다 싶기도 했지만 그래도 임신을 빨리 알아서 지키려고 노력했던 것에는 후회가 없다. 세 번째 유산을 하니까 내가 습관성 유산이라는 것을 그제야 인정하게 됐고, 퇴직을 한 뒤, 습관성 유산 검사를 하고, 시험관을 시작하게 된 기회가 됐던 것 같기도 하다. 퇴직 후 전부터 가고 싶었던 워싱턴나 명상코스에 다녀왔다. 그 이후에도 **명상수업을 하면서 내 임신에 대한 걱정과 불안함을 인정할 수 있는 기회가 됐던 것 같다.**

명상코스 다녀오자마자 습관성 유산의 일인자라는 의사 선생님이 계신 병원에 가서 각종 피검사, 나팔관 조영술, 자궁내막검사 등 다양한 검사를 100만원 가까운 돈을 들여서 진행했다. 그 결과 큰 문제는 없지만 **나이에 비해 난소기능이 떨어져 있는 것(AMH 0.76), 태아살해세포라고 불리는 NK cell 수치가 32로 높은 것, 이 두 가지가 문제라고 하셨다.** NK 수치는 면역치료 가능해서 문제없다고 하셨고, 단지 난소기능이 떨어져있으니까 바로 시험관을 하자고 하셔서 인공수정 생각이 어느 정도 있었지만 의사 선생님 말씀대로 시험관을 시작했다. 시험관을 하면 바로 성공하고 착상이 아래쪽에 된다거나 유

산을 할 위험은 낮지 않을까 라는 희망을 품었다. 지금은 아무렇지도 않게 폭폭 잘 찌르지만, 처음에는 과배란 자가주사가 무서워서 얼마나 신랑에게 부탁을 해서 주사를 맞았고, 그렇게 난자를 9개 정도 채취를 했다. 수면마취가 깬 후 극심한 고통에 시달려서 무릎을 세우는데 한참이 걸리고, 차에도 기어가다시피하며 탔는데도 건강한 배아가 잘 만들어졌으면 좋겠다고 생각을 했다. 냉동은 나오지 않았지만, 상급 2개와 중급 1개를 이식하게 됐고 흔히들 말하는 첫 시험관 성공이라는 로또를 기대했지만 실패로 돌아갔다.

다음 시험관을 준비하는 와중에 여행 다녀와서 네 번째 자연임신이 됐다. 신랑 생일 즈음이라 선물로 아기가 왔구나 싶어 뭉클이 기뻐했다. 하지만 피검사 수치 변화가 더더욱 화학적 유산이라는 소리를 듣고 주사랑 약을 전부 끊었는데 나중에 아기집이 생긴 걸 뒤늦게 발견해서 고사난자로 세 번째 소파수술을 하게 됐다. 왜 화학적 유산이었는데 아기집이 생겼지? 사실은 더딘 아이였는데 내가 너무 일찍 포기한걸까... 자꾸만 후회가 생겼다. 그렇게 2019년 새해는 소파수술 하는 걸로 시작해서 참 슬펐고, 신랑에게 선물로 안겨주려던 아기를 도대체 언제쯤 안겨줄 수 있는걸까 생각하면 너무 괴로웠다.

두 번째 시험관은 단기요법으로 미세수정을 해서 상급 1개, 중급 2개를 이식 했는데도 실패를 했고, 이후 냉동이 나와서 냉동시술을 했는데도 또 실패를 했다. 정말 미칠 노릇이었다. 자연 임신은 시도하면 성공하는데 자꾸 아래쪽에 착상을 하다 고사난자 혹은 심정지로 유산이 되고, 시험관은 해도 성공을 하지 못하고... 병원을 옮겨야 하나 고민하던 와중에 올해 초에 자연임신 시도를 했더니 또 임신에 성공했다. 다섯 번째 임신이었다. 이번엔 정말이지 지키고 싶어서 간절한 마음에 **NK 수치를 낮춰주는 면역글로블린 주사 처방해달라고 먼저 의사 선생님께 말씀드렸다가 인터넷이 의사라고 혼꾸녕 나가면서 주사비 감당할 수 있겠느냐는 말을 들었다.**

그렇게까지 해서 60만원 가까이 되는 돈을 주고 주사를 맞았음에도 불구하고 또 아래쪽에 착상이 되었고, 피검 수치는 잘 올랐는데 또 고사난자여서 네 번째 소파수술을 하게 됐다. 유산이 찾아질수록 임신은 기쁨이 아닌 고통과 공포였고 특히나 이 시기에는 매일 악몽에 시달리고 힘들었다. 초음파 상에서는 피고임이 없었는데 화장실에 갈 때마다 피가 묻어나는 바람에 불일을 보고 휴지로 닦아내는 것도, 변기를 들여다 보는 것도 큰 스

트레스였다. 그런 과정에서 연근가루를 우유에 타 먹으면서도 ‘또 유산이겠지 뭐,’ 이런 마음이 드는 내 자신을 발견하는 것도 참 힘든 일이었다.

소파수술을 한 뒤에 수태산물 태아 염색체 검사를 의뢰하고, 병원을 옮기기로 마음을 먹었다. 염두에 두고 있던 병원들을 고민하는 글을 난임 카페에 작성했는데, 전에 연락을 하고 지내던 언니가 임신을 성공한 병원을 추천해 주셨다. “강력처방 뿐 아니라 바라보는 시각 자체가 참 많이 달라요, 상담이라도 가서 받아봐요” 이 말에 바로 가서 내 자료들을 정리해 가서 초진을 봤는데 정말 여태까지 경험했던 병원들이랑 차원이 달랐다. 모든 직원들이 난임 환자를 배려하는 모습으로 따뜻하게 맞이해줬고, 바쁜 와중에도 늘 친절해서 병원에 다니는 동안 참 마음이 편했다. 담당 원장님과의 초진도 내 자료들 꼼꼼하게 봐주시면서 이것저것 질문해주셔서 믿음이 갔고, 정말로 바라보는 시각 자체가 다른 느낌이었다. 초진 후 원장님께서 말씀해주신 부분은 다음과 같았다. 첫째, 자연임신이 계획하면 잘 되는 편이라 시험관 할 필요가 없다는 것, 둘째, 자연 임신이 잘 되는 편이므로 난자나 정자질 자체가 나쁜 것이 아니니 너무 걱정하지 말라는 것, 셋째, 시험관 유산율이 자연임신 유산율과 크게 다르지 않기 때문에 이번에 임신이 된다면 크눅산 용량을 늘리고, 면역 글로불린도 꾸준히 맞아서 지켜내자는 것. 그러면서 유산이 잦았음에도 왜 이전 병원에서 자궁내시경 및 자궁경 수술을 안했는지 의아해 하시면서 체크해보자고 하셨다. 방향성을 명확히 제시해 주시면서 먼저 적극처방을 해주신대서 든든한 마음이 들었다.

그 사이에 수태 산물 결과가 나왔는데 염색체 이상이 2개나 있었다. 이전 병원에서 결과 상담을 하면서 “OOO씨 난자 상태가 안 좋은 걸 어쩌겠어” 라는 말을 들었다. 평소라면 눈물을 쏟았을 말인데 그 말을 듣고는 ‘진작에 병원 옮기길 잘했지, 내가 옮긴 병원에서 임신에 성공하고 말거야’ 라는 마음을 다잡게 하는 말이기도 했다. 같은 질문을 옮긴 병원 원장님께 했더니 “유산이 될 수 밖에 없는 염색체 결과예요. 적극적으로 처방 했음에도 유산이 됐는데 그 결과가 정상이었다면 오히려 그게 더 걱정 아니겠어요?”라고 말씀하시며 다음에 건강한 배아로 임신을 하면 처방을 잘 해서 유지할 수 있을 거라고 믿음을 주셨다.

스케줄을 잡고 내시경 검사를 했는데 아니나 다를까 내 자궁벽의 상태는 정말이지 울퉁

불퉁하고 하얗게 유착도 되어있는 상태였다. 내가 배아라도 참 저기 비집고 들어가기 쉽게 생겼다. 싶을 정도로... 그렇게 자궁경 수술을 했고, 전-후 사진을 비교해가며 꼼꼼하게 설명해주셨다. 자궁내막 초기증세가 있으니 생리 두 번하는 동안 쉬면서 약을 먹고 다이어트를 하는 게 좋겠다고 추천해주셔서 신나게 만보걷기 하고 필라테스하고 식이조절하면서 다이어트를 했던 것 같다.

전에 이승주 기자님의 난임 관련 강의를 들으러 갔을 때 **임신은 본능의 영역이기에 노심초사하고 걱정하면 수태력이 떨어진다고, 내 담당 의사를 300% 믿어야 성공한다는 말을 들었었는데** 병원을 옮기고 나서 그 말이 무엇인지를 깨달았다. 병원 내 모든 사람들의 따뜻한 분위기가, 담당 원장님의 말과 행동이 나를 그렇게 만들었다. 이 병원에서는 뭐가 되도 될 거 같다는 강력한 믿음이 생겼다. 그래서인지 병원이 멀었는데도 여행 다니는 기분으로 즐겁게 다녔고, 빨리 원장님 얼굴을 또 보고 싶었고, 다이어트도 성공해서 칭찬받고 싶었다. 다이어트를 한 뒤에 진료를 보러 갔는데 두 달 정도는 자연임신 시도를 해보게 좋겠다고 하셔서 내가 인공수정도 병행하고 싶다고 말씀드렸더니 그럼 그렇게 해보자고 내 의견을 반영해 주셔서 인공수정 1차를 하게 됐다. 인공수정은 난임 진단을 다시 해야 된다고 해서 남편도 재검사를 했는데 정자상태가 0.5% 이하로 좋지 않은 상태였다. 그럼에도 불구하고 원장님은 건강한 정자랑 잘 만나면 임신이 되는 거니까 일단 한번 해보자고 하셨고, 나도 큰 기대 하지 않고 마음 편하게 진행하면서 다음 시험관을 고려하고 있었다. 그랬는데 어느 날 배가 쿵쿵, 테스트를 하니 임신이었다. 이상하게도 마음이 편해서 평소와 똑같이 지냈다. 초음파를 보러 가는 날 착상 위치가 괜찮다는 말을 듣고 한시름 뉘었고, 2주 후 심장소리를 듣고는 감동해서 영영 울었다. 그 모습을 본 남편의 놀란 토끼눈이 아직도 기억이 난다. 기뻐서 우는 거라고 원장님이라 돌이 눈물을 닦으면서 웃었다. 임신을 유지하면서도 걱정이 많았는데 원장님이 괜찮다고 안심 시켜 주셔서 10주차에 모든 주사와 약을 끊었고, 18주차인 지금도 건강하게 잘 키우고 있다. 태명은 유산, 조산 없이 딱 채워 태어나라고 ‘만출이’라고 이름을 지어줬다. 원장님 과 옮긴 병원 덕분에 나는 6년 만에 뱃속 만출이의 엄마가 됐고, 또 엄마가 되어가는 중이다. 예전의 나처럼 지금이 힘든 부부들도 포기하지 않고 **내 의사를 신뢰하고 따른다면 엄마가 그리고 아빠가 될 수 있다고 믿는다!!!**



## 봄

입선-윤00

마흔

마침내 나는 마흔이 되었고 내 인생에 더 이상의 이벤트는 없을거라 생각했다. 늘 이렇게 변화 없이 조용히 살 거라 생각했다.

마흔 둘

따뜻한 봄 날. 나에게 한 남자가 왔다. 나에게도 이런 일이? ...

마흔 셋

난임병원에 첫 발걸음을 했다. 고민과 고민을 거듭한 결과 더 이상의 방법은 없다 싶었다. 남편의 반대를 눈물로 설득했고, 결국 조용한 난임병원에서 첫 진료를 봤다. 의사 선생님의 의견도 남편의 의견과 비슷했다. 나이는 많지만 아직 결혼 한지 얼마 되지 않았으니 조금 더 여유를 가지라고...

봄이 되면서 배란 유도부터 시작했다. 이 시간이 우리 부부에겐 가장 힘든 시간이었던 거 같다. 남편은 내 눈물에 할 수 없이 동의한 것이지, 병원을 전적으로 신뢰하지는 않았고, 나는 모든 것이 처음인 상태에서 내 감정을 주체하지 못해 매일 매일 울었다.

몇 번의 배란 유도에도 아무 성과가 없자 인공 수정을 시작했다. 이쯤에서 직장을 계속 다녀야 하는지 그만 두어야 하는지 갈등이 시작되었다. 병원을 더 자주 가야하고, 시간 맞춰 주사를 맞아야 하고, 스트레스가 없어야 성공할 확률이 높다는 인터넷 기사들을 보며 나는 이것을 할 수 있을지 의문이 많았다. 나는 자신이 있었지만 과학적 데이터는 내게 나이가 너무 많다고 말했고, 아직 제대로 시작한 것도 아닌데 겁이 나기도 했다. 두 번의 인공 수정은 너무도 싱겁게 끝이었다. 그럴거라 예상은 했지만 그래도 알 수 없는 좌절감.... 피 검사를 하러 갈때마다 의사선생님은 “나이가 너무 많아서...”라고 말 끝을

흐렸고, 나는 반박할 수 없어서 속이 상했지만 울지 않았다. 이제 겨우 한 걸음 내딛은 것 뿐이란걸 알고 있었기에....

시험관을 시작하자는 의사 선생님의 이야기에 나는 망설임 없이 일을 그만뒀다. 오래 다닌 직장이었고, 아쉬움이 없는건 아니었지만 나에게겐 시간이 없었다. **홈쇼핑 쇼호스트가 “매진임박입니다”를 외치듯이 나의 나이는 “곧 폐경입니다”를 외치는 기분이었다.**

첫 시험관을 할 때의 그 비장함이란....

남편과 나는 운동을 시작했다. 과격한 운동은 하지 마라는 의사선생님 의견을 따라, 그동안 하던 등산을 그만두고 매일 만보씩 걷기 시작했다. 늦잠 대장 남편도 이쯤부터 일찍 일어나서 아침 운동을 같이 했다. 만보를 걷는건 생각보다 힘들었다. 그래도 아기만 가질수 있다면야 그깟 만보쯤이야 ..... 첫 난자 채취하는 날. 수면 마취하면 안 아플거라 예상했는데 너무 아파서 혼자 있는 회복실에서 한 시간을 울었다. 사실...육체적 아픔만이 문제가 아니었다. 이렇게까지 하는데 싶은 마음과 이렇게 했는데 안되면 어쩌나 하는 두려움. 회복실에 아무도 없는게 얼마나 다행이었는데...간호사가 링거를 살펴보러 왔다가 조용히 나가는게 느껴졌다. 나처럼 서럽게 우는 사람은 없었던 걸까? 결과가 좋으면 그 통증쯤 잊을 수 있겠지만 결과가 좋지 못해서 아직도 기억나는 그날의 통증... 한 번의 시험관을 더 하고도 결과는 좋지 못했고 나는 좀 당황스러웠다. 일까지 그만두면서 했으니까... 아무것도 안 하고 그것만 바라보며 지냈으니까. 이정도 했으면 삼신할매가 나를 기특하게 봐줘야 하는거 아닌가 싶었으니까. 내가 그 동안 병원에서 시킨거 안 한게 없으니까... 그 어떤 원망에도 결과는 바뀌지 않았고 나는 계속 해야 할지 말아야 할지 고민에 싸였다.

마흔 넷

정확히는 마흔 넷을 맞이하는 설 연휴를 2일 남겨두고 병원을 갈까 말까 고민에 쌓인 아침이었다. 시술을 시작하면서 정말 딱 3번만 해본다는 마음으로 시작했었고, 2번은 실패했으니 이 마지막 1번을 할 것인지 아니면 더 이상 울고 싶지 않으니 내 인생에 아이는 없다 결심할것인지 고민이 많았다. 아침 9시에도 결심을 하지 못해 샤워부터 했다. 샤워하고 기분이 그러면 조조 한 편 보러 가는거고, 그래도 기분이 견딜만 하면 병원으로 가

보는 것으로 생각하고 샤워를 하고 나왔다. 병원을 바꿔봐야겠다 싶었다. 너무도 무거운 마음으로 다른 난임 병원을 갔다. 역시나.... 유명한 선생님이라서인지 대기는 너무도 길었고, 괜히 왔다 싶을쯤 간호사가 내 이름을 불렀다.

선생님은 초음파를 보자마자 내 자궁근종을 지적했다. 결혼 전부터 알고 있었고, 전 병원에서, 다른 난임병원에서도 착상 위치는 아니니까 그냥 두자고 했다고 말해도 그 선생님은 무조건 수술하고 오라고 하셨다. 수술하지 않으면 진료 봐주지 않겠다고.... 순간 머리가 멍했다.

깊은 고민 끝에 진료보러 갔다가 다른 숙제만 안고 집으로 돌아와야했다. 물론, 돌아오는 그 차안에서 나는 평평 울었다. 그동안 난 뭘 한 걸까? 싶었다. 그 선생님이 지정해준 그 교수님에게 수술 날짜를 겨우 잡고 기다리는 그 한달, 회복하는데 기다린 그 석달이 시술 기간 중 가장 편안히 봄을 즐겼던 것 같다. 따스한 햇살 아래 환자복을 입고, 남편과 차를 마실 때 이대로 살아도 좋지 않을까? 싶었으니까..... 또 한 편, 이렇게까지 해서 인위적으로 무엇을 해야하냐는 어리석은 생각도 들었다. 사실은, 이렇게까지 했는데 안되면 어찌지? 하는 두려움이었던거 같다. 그래서 뭐라도 하나 붙들고 싶어서 다시 일을 시작했다. 이번이 마지막 일 것이고 일을 하면 실패하더라도 견딜수 있을거 같았다.

다시 난임병원에 진료를 보러갔다. 그 선생님은 스타일이 설명 따위는 없고 오로지 “나를 믿고 따라와라” 식이었다. 예전같으면 마음이 불편했을건데, 이번엔 선생님의 타협없는 태도도 괜찮았다. 무엇이 어찌되었건 될건 되고, 되지 않을건 안 될테니까...

근종 수술덕분인지 채취도 이식도 아프지 않았는데, 이식하고 며칠 후부터 쓰러한 통증이 계속 되었다. 늘 피검사보다 먼저 시작하던 생리인지라 이번에도 생리통인가 싶어 눈물이 났다. 이번이 마지막이라고 결정했는데 나는 이제 어떡하지? 싶었다. 배가 아파서 약을 먹고 싶지만 피검사 전에 또 약을 먹고 싶지 않아 꼭두새벽에 병원에 가서 검사를 했다. 10시쯤 결과나오면 바로 약먹을수 있을거 같아서...

당연히 “임신아닙니다”라는 전화를 기다렸는데“임신 되셨구요. 2차 피검은 일주일있다

오세요”라는 전화를 받았을 때 나는 자리에서 벌떡 일어났다. “네? 정말요?” 몇 번이나 되물으면서....

통증은 계속 되었고 2차 피검사도 안정적인 수치라고 해도 나는 불안했다. 이렇게 아프다는 사람을 본적이 없어서....지금 생각해보면 아마, 근종 수술하고 얼마되지 않아 임신한거라 자궁에 약간 자극이 간 건 아닐까 싶다. 임신 초기 내내 복통으로 초조하게 하루하루를 보냈다. 내 나이에 다시 임신 하는건 불가능 하다 생각했으므로 더 불안했나보다. 첫 초음파 보는날... 난 누워있다가 다시 상체를 벌떡 일으켰다. 아기집이 두 개 보인다고... 하나는 도태될지도 모르지만 두고 보자고... 너무 놀라서 진료를 보자마자 남편에게 전화를 했다. 남편도 놀라기는 마찬가지지..... 우린 생각지도 않게 갑자기 두 아이의 부모가 되게 생긴거다. 기쁘다기 보다는 너무 놀랐다가 현실적 표현이다. 지금도 그때를 생각하면 놀랐던 기억만 난다.

임신만 하면 다 잘 될줄 알았다. 임신이 어렵지 나머지가 뭐 어려운데 있을까 싶었다. 나의 큰 착각이었다. 12주까지 초기 유산의 두려움에 떨었다. 시험관 아기 유산율은 더 높다는 어느 자료를 보고는 가족이외에는 임신소식을 입도 폐지 않고 있었다. 12주가 무사히 지나고서야 회사에 임신 사실을 알렸는데... 휴~ 기형아 검사에서 7:1 13:1이 나왔고 나는 양수 검사를 결심했다. 그럴리 없겠지만 양수 검사가 나쁘면 어쩌나 싶어 또 걱정엔 싸여야했다. 담당 선생님에게는 괜찮을거라며 씩씩하게 검사실에 들어가서는 늑자마자 숨을 쉬지못해 선생님도 나도 당황했다. 임신하고부터 한 번도 바로 누워보지 못했던 나인데, 검사를 한다고 바로 누워서인지 숨이 쉬어지지 않았다. 그 어떤 고통에도 결과만 좋다면야 다 괜찮은거 아니겠는가? 검사 결과는 괜찮다고 나왔고 나는 또 산을 하나 넘은 느낌었다.

마흔 다섯

설 연휴가 지나고 첫 월요일. 30주 정기 검사를 하러갔다. 초음파를 보던 선생님의 손이 황급히 움직이더니 갑자기 입원하라고 했다. 쌍둥이중 하나가 심박수가 100이하로 떨어진다고.. 그제 뭘지도 모른채 산모 집중치료실로 갔다. 거기는 24시간 불이 꺼지지 않고, 화장실도 갈수 없는 진짜 위험한 산모만 모인 곳이었다. 갑자기 폐성숙 주사를 놓

고 지금 출산 해야할지도 모른다는 의사선생님의 말에 앞이 캄캄했다. 이제 겨우 30주. 1kg를 겨우 넘겼는데... 눈물이 났다. 하루 6번 10분씩 면회가 가능한 곳이었고 나는 남편 얼굴을 볼 수 없어서 더 불안했다.

이대로 출산 한다면 어떻게 되는 걸까? 란 고민도 잠시.. 2~3일동안 씻지도 못하고 화장실도 갈 수 없고 금식하며 지내고 나니 진짜 미칠거 같았다. 그동안 아이의 심박수는 안정적이었고, 병실로 가도 된다는 의사선생님의 허락이 떨어졌다. 병실로 가도 된다는 말은 2월생이 아니라 3월생이 된다는 말이었고, 나는 아기들과 봄을 맞을 수 있다는 말이었다. 그렇게 3주를 입원해 있으며, 임신을 유지할 수 있음이 너무도 감사했다. 조금이라도 더 오래오래 품어 건강한 아이를 낳고 싶은 엄마의 마음을 알았는지 아기들은 잘 견뎌주었고, 주 2회 외래를 하기로 하고 퇴원을 허락 받았다. 원인을 알 수 없어 더 불안하다고 의사선생님의 말을 뒤로한 채...

35주 외래 보던날.. 또 아이 심박수가 떨어졌고 덩달아 나도 기절해버렸다. 아이 둘 다 심장이 뛰지 않는다고 간호사들과 의사들이 내게 달려왔고 나는 눈을 뜰 수도 숨을 쉴 수도 없어서 그대로 수술실로 들어갔다. 내가 눈을 뜬을 땀 산모 집중치료실이었고 흐릿하게 남편의 뒷모습이 보였다. 10분간 면회시간 동안 나는 눈을 뜨지 못했고 면회시간이 끝나 남편이 나가는 뒷모습을 내가 본 것이다. 남편을 부르고 싶었지만 목소리가 나오지 않았다. 다시 잠에게 깨었을 때는 회진시간이었나보다. 담당 선생님이 “마지막이 히트네요.. 아이고~” 하셨고 나는 겨우 목소리를 속삭이듯 낼 수 있었다 “아기들은요?” “둘 다 자가 호흡하고 하나는 인큐베이터 들어갔습니다만 걱정마세요” 눈물이 주르륵 났다. 이렇게 내가 엄마가 되었다.

집중치료실에 있어서 아기를 볼 수 없었다. 혈압이 높았고 폐에 물이 찼다고 했다. 병실에 가서 겨우 내 딸을 처음 보던 날...

너무 신기해서, 이 아기가 내 아기가 맞는지 의심이 됐다. 분유를 먹어서 입 가장자리가 허영게 번져 있고 눈을 꼬옥 감고 있지만 내 눈엔 세상 가장 이쁜 아기였다. 딸을 만난 다음날 인큐베이터에 있는 내 아들을 처음 만났다. 보자마자 눈물이 쏟아졌다. 너무 작

아서 내 주먹만한 아기. 몸에 온갖 튜브를 칭칭 감고 빛을 가려 놓은 내 아기. 남들 눈엔 어떨지 모르겠지만 내 눈엔 그 모습도 너무 이뻐서, 너무 안타까워서 눈물이 났던 거 같다.

그렇게 우리의 첫 만남은 경이로움으로 가득했고, 우리 딸을 데리고 퇴원하는 날은 벚꽃이 피기 시작할 즈음이었다.

그 찬란한 시간...내 아이와 함께 있음이 너무 행복했다. 봄에 태어난 내 딸은 이름이 “봄”이 되었다. 그 봄. 꽃 놀이는 아들 면회를 위한 병원 주차장 벚꽃이 전부였지만, 내 아들은 인큐베이터에서 무럭무럭 자라주어 어떤 봄보다 아름답게만 느껴졌다. 3주가 지나고 2킬로가 되던 날 퇴원이 허락되었다. 내 인생 가장 아름다운 봄날이었다.

그리고 내 인생 진짜 봄을 두 아기가 가져다 주었다. 밤 수유할 때 그 힘겨움과 이유 없이 한 시간을 울어재끼는 그 시간도 내게는 아름다운 봄이었다.

## 별이가 우리에게 오기까지

입선-이00

2014년 9월 가을이 물들 때쯤~ 나와 남편은 백년가약을 맺었습니다. 그때는 아직 28살이라 어리다고 느꼈고 아직 아이보다 경제적인 면이 더 힘들기에 2년정도는 주말부부를 하면서 대출금을 갚아 나갔습니다.

어느 정도 안정이 되어 2017년도부터 산부인과를 다니기 시작했습니다. 하지만 산부인과에서도 제가 생리가 불순이 심했는데도 기다리면 나온다는 대답만 듣고 제가 듣고 싶은 말을 들을 수가 없었습니다. 한약도 수차례 먹었지만 .. 크게 효과를 보지 못했습니다. 저희 지역 근처 큰 산부인과 안에 있는 난임과를 다니기 시작했습니다. 거기서는 일단 과배란주사만 맞고 자연임신 시도를 했지만 6개월이 지나도 진척이 없어서 2018년도에 서울에 있는 난임전문병원을 다니게 됐습니다. 난임 전문의 쌤은 일단 **제가 고도비만이라 살을 10프로 정도만 빼고 생리 불균형을 고치고 나서 시작하자고 하셨습니다.**

그래서 3개월 동안 꾸준히 운동을 하고 이노시톨과 엽산을 먹고 살을 뺐습니다. 그리고 나서 인공1차를 시작하였지만.. 아쉽게도 실패가 되어 계속 병원을 다니게 됐습니다. 시험관 1차를 시작하게 되었는데, 과배란약이 제게 맞지 않는 건지 난포가 잘 자라지 않게 되었습니다. 그래서 어쩔 수 없이 인공으로 바꾸어서 인공2차로 가게 되었지만.. 인공도 실패하게 되었습니다. 2019년도에 시험관 1차를 시작했을 때는 비급여 과배란약을 사용했는데 그게 잘 들어서 난자가 9개 정도 나오고 3일 배양 2개 이식 냉동은 없었지만 실패를 하게 되었습니다. 그리고 나서 3달 정도 쉬고 다시 2차를 도전했습니다.

2차 도전할 즈음 난가연에서 하는 미세영양소 지원사업에 신청하여 교육도 듣고 강의내용대로 실천을 하고 있었습니다. 매일 만보걷기, 건강한 음식먹기, 물 많이 마시기를 꼭 지켰습니다.

2차에도 난자는 8개정도 나오고 3일 배양 2개 이식 냉동 없음으로 다행히 임신 수치가 보인다고 했습니다. 그때 전화를 받을 때 하염없이 눈물을 흘렸네요.. 이제 고생한게 끝이 났구나.. 하지만 아이는 불안정한 상태라.. 끝내 유산을 해서 하늘로 보내주고 말았습니다. 그때는 정말 하늘이 무너지는 심정이었습니다. 내가 그렇게 잘못하고 살았나 싶더라구요.. 나도 정말 갖고 싶은 하나가 아이일 뿐인데.. 세상은 내게 너무 잔인하다.. 싶을 정도로 맘이 무너져 내리는 시간이었습니다. 유산하고 쉬는 동안 난가연에서 하는 난임캠프도 다녀오게 됐습니다. 많이 생각하게 되는 시간이었던것 같습니다. 나와 같은 아픔을 가진 분들도 많구나.. 그리고 그때 강의를 해주신 분의 연구원님께 아직도 많이 감사드립니다. 배아강의에 대해 알려주셔서 지금까지 시험관하는데 많은 도움이 되고 있습니다. 2020년 마음을 추스르고 다시 병원문을 두들겼습니다.

난임 선생님께서는 다시 살을 빼고 시작하시는 걸 추천하셔서 만보걷기, 건강한밥상(나물위주), 물 2리터 마시기 매일하루 살을 빼기 시작해서 6월에 장기로 시작했습니다. 장기로 해도 난자는 8개정도 나와서 4일 배양 1개 이식 하고 3일 배양 2개 냉동을 하게 되었습니다. 3차로 시작한 4일 배양 1개 이식은 중간에 생리를 하는 바람에 실패로 돌아가게 되었습니다. 그리고 반착검사를 해보니 nk수치가 높아서 면역글로블린도 맞게 되었습니다. 냉동 1차로 시작한 3일 배양 2개를 넣은 것이 성공해서 지금 11주가 된 별이를 품고 있습니다.

**고도비만인 난임인 분들께 얘기드리고 싶은건~ 만보걷기, 식단조절, 물 2리터 마시기입니다. 세가지만 지켜도 난자질이 올라가고 몸이 가벼워지더라구요**

임신후에도 꼭 혈당관리를 내분비적으로 꼭 확인해주셔야 할거같아요 앞으로 더 시험관하시는 분들.. 저는 이렇게 생각했어요. 아가별에서 우리를 기다리는데 우리가 좀 더 노력하면 아이는 꼭 오게 된다는 것어요. 우리는 다 아기를 만날 겁니다.

## 난임, 반드시 끝은 있습니다

입선-김OO

난임으로 많은 어려움을 겪고 계시는 분들께 저의 성공수기가 희망이 되길 바라면서 부족한 글이지만 저의 얘기를 들려드리고자 합니다. 저는 결혼 9년, 난임병원을 다닌지 6년이 되던 지난 2019년에 예쁜 딸을 얻은 주부입니다. 이 아이를 만나기까지 저는 총 14번의 시험관 시술(1~7차까지 매번 냉동 없이 난자채취 후 신선이식, 8~13차까지 채취 후 냉동, 14차에 냉동이식)을 받았습니다. 지금 생각해보면 제 스스로도 어떻게 견뎠을까 싶을 정도로 길고 긴 시간이었습니다.

저는 2011년, 스물일곱에 결혼했습니다. 제 나이가 젊으니 언젠든 원하면 임신을 할 수 있다고 생각했는데, 너무나도 당연했던 믿음은 오래가지 못했습니다. 2012년 창원의 한 대학병원에서 산전검사를 받게 되었고 그때 자궁내막증이 있다는 사실을 알았습니다. 그 병변으로 양쪽 난소에 피떡이 가득 덮여 있다고 했고, 병원에서선 임신을 위해 수술을 추천했습니다. 일주일이면 퇴원할 수 있다기에 심각하게 생각하지 않고 수술을 받았습니다. 그 때 그 수술이 너무나도 길고 힘들었던 제 난임 역사의 서막이란 걸 알았다면 그렇게 쉽게 선택하지 못했을 것입니다. 그 수술로 저의 난소는 병변과 함께 잘려 나가, 저는 난소기능저하가 되었습니다. 병을 치료하려면 난소를 제거하는 것이 맞지만, 임신을 위해선 난소를 보존해야 한다는 사실을 그때는 몰랐습니다.

저는 종합병원이 아닌 난임병원을 가야했던 것입니다. 설상가상으로 저는 일주일 후에도 퇴원하지 못하고, 석달을 난소 염증으로 고름을 빼내는 시술과 하루에도 여러 병의 항생제링거를 맞으며 입퇴원을 반복했습니다. 그때 항생제 과다 부작용으로 먹지를 못해서 뼈만 남아 앙상해졌고, 고생을 하다 보니 치질도 생겨서 퇴원 후 두 번의 치질수술도 받아야 했습니다. 투병이 예상보다 길어지니, 병원에서도 제가 부담스러웠는지 난소 상태에 대해 확실히 인식할만한 언질을 주지 않았고 그렇게 저는 난소기능저하가 된지 모른 채 일상으로 돌아갔습니다. 그 후 저는, 난임병원이 아닌 동네 산부인과에 다니며

2년을 임신주기를 받았습니다. 난소기능저하가 된 제가 그렇게 가까운 시간을 허비하던 중, 자궁내막증 재발로 다니던 병원에서 두 번째 난소수술을 받게 되었습니다. 그 때 난관 포함 장기유착이 심하고 난관이 막혀있다는 사실을 알게 되었습니다. 주치의 선생님은 수술 후 난임병원을 권하셨고 2014년 봄, 첫 난임병원에 가게 되었습니다.

그때 저는 무지해서 용감했던 난임 초보였던 터라, 시험관 시술을 하면 무조건 임신이 되는 줄 알았습니다. 그래서 첫 난임병원(창원)은 집에서 제일 가깝고, 유명연예인이 시술에 성공해서 쌍둥이를 낳았다는 곳으로 정했습니다. 큰 기대를 가지고 두 번의 신선 시험관 시술을 하였고 저는 무참히 실패했습니다. 그때는 그 좌절감을 어떻게 해야 할지 몰라 몇날몇칠을 많이 울고 힘들어 했습니다. 그러나 이후 차수가 높아질수록, 실패에 익숙해져 시술에 조금은 더 담담하게 임할 수 있었습니다.

저의 두 번째 난임병원은, 난임인들의 종착역이라고 불리는 병원이었습니다. 그 병원에 삼신탈배로 불리는 원장님이 계신다하여 망설임 없이 찾아갔습니다. 2015년 봄이었습니다. 병원이 유명한 만큼, 환자도 넘쳐나고 바쁜 병원이었습니다. 원장님은 장군처럼 카리스마 있는 분이었는데, 진료만 잘 받으면 정말 좋은 결과가 있을 것 같아서 저는 원장님을 무한신뢰 하였습니다. 원장님은 첫 진료에서 저에게 난소수술을 한 번 더 하면 폐경이 올 수 있다고 하였고, 저는 그때서야 두 번의 난소수술이 저에게 어떤 결과를 가져왔는지 알게 되었습니다.

저는 이곳에서 5번의 신선 시험관 시술을 하였는데, 매번 1~2개의 난자를 겨우 채취하여 이식했습니다. 그 날은 하급 수정란 1개를 이식하는 날이었습니다. 사람은 많고, 원장님은 바쁘다보니 이식하는 사람들을 다같이 모아 개인의 수정란 정보(개수, 등급, 냉동여부)를 공개적으로 알려주는데 남들과 비교되어 속이 많이 상했던 기억이 납니다. 그것이 어찌 그리 성적표 같던지요. 같은 난임에도 빈부격차가 있는 것 같고, 같이 시술하는 사람들이 다 저를 가엾게 보는 것 같았습니다.

그 시절은 지인들과도 연락을 끊던 시절이었습니다. 특히 어린아이가 있는 지인과는 연락하기가 힘들었습니다. 저는 너무 마음의 여유가 없었고, 계속된 실패로 늘 주눅 들어

있었으며, 작은말에도 상처받았습니다. 정부지원은 이미 끝났고, 고차수가 되어간다는 부담감이 저를 무겁게 짓눌렀습니다. 마음이 불안정하니 시험관 진행중에도 남편하고 싸우는 날이 많았습니다. 하루하루가 살얼음판이었습니다. 그렇게 내리 실패하며 시술을 이어갔는데, 그 병원에서 다섯 번째 이식을 하고 그만 일이 생겼습니다. 저는 이틀 만에 고열로 종합병원으로 실려 갔고, 또 난소 염증(난관수종으로 인한 염증)이었습니다.

하필 그 날은 크리스마스 이브였는데, 입원 준비물도 챙겨올 줄 모르는 어리숙한 남편이 상심이 큰 저를 위해서 챙겨온 작은 트리를 보면서 숨죽여 울었습니다. 다행히 수술 없이 항생제 치료로 일주일 후 퇴원할 수 있었지만, 저의 7차 시술도 결국 실패로 돌아갔습니다. 퇴원 후 다시 난임병원을 찾았을 때, 원장님은 저의 난소나이가 48세라 임신 가능성은 10퍼센트고, 난관수종이 있는데 수술을 해야 한다고 했습니다. 분명 첫 진료 때 한 번 더 수술을 하면 폐경이 될 거라고 했고, 난관 수술을 하게 되면 난소에 영향을 주고, 저의 난소 기능은 이미 최악이고... 폐경이 되면 더 이상 시술을 할 수도 없는 것이었습니다. 난자중여 얘기도 나왔습니다. 너무나도 믿었던 곳에서 사형선고와도 같은 말을 들으니 무슨 정신으로 그 병원을 나왔는지도 모르겠습니다. 저의 노력은 배신당했고, 저는 그렇게 바닥끝까지 떨어져 최악의 상황이 되었습니다.

그렇게 연말을 보내고, 2017년 새해가 되었습니다. 저는 다시 새로운 병원을 찾아야 했고, 부산에 자연주기 시술로 유명한 선생님이 계신 병원이 있다는 사실을 알았습니다. 그리고 이 병원은 저의 세 번째이자, 마지막 난임병원이 되었습니다. 새로운 주치의 선생님과, 난관수종 수술 후 올지도 모를 폐경에 대비하여 다수의 수정란을 만들어 냉동하고, 수중 수술 후 이식하는 것이 최선의 방법이라고 의견을 모았습니다.

저와 남편은 시험관 시술은 여기서 하기로, 그리고 난관수종 수술은 서울로 가보기로 했습니다. 첫 번째 난소수술에 신중하지 못했기 때문에 이런 상황까지 왔다고 생각했고, 또 제 신체 상황이 너무 어렵기도 했습니다. 지방보다는 서울의 메이저급 병원에서 수술해보자는 생각으로 창원에서 서울로 상경했습니다. 그리고 난임으로 유명한 병원 두 군데서 상담을 받았고, 수술도 어려운 상황이니 시험관 시술로 바로 들어가는 제의를 받았습니다. 그 겨울, 길바닥에서 병원을 헤매며 몸도 마음도 너무 추웠습니다. 그 후 시

간이 많이 지나고 남편은 저에게, 병원을 찾아다니던 그 시간들이 뜬구름을 잡는 것처럼 무의미하게 느껴졌었다고 말했습니다. 희망을 찾겠다고 돌아다니고 있었지만, 저희에게 희망이 없었는지도 모르겠습니다.

그리고 집으로 돌아와 1년이 넘는 시간 동안, 6번의 채취 끝에 9개의 난자를 모아 냉동했습니다. 여섯 번의 채취 중에도 두 번의 실패가 있었는데 한번은 공난포로, 한번은 비정상수정으로 채취가 수포로 돌아갔고 그 때는 모든 것이 원망스럽고 힘들었습니다. 그리고 2018년 5월, 주치의 선생님께서 의뢰해주셔서 같은 병원의 원장님께 양쪽 난관절제술을 받았고, 난관수종도 제거되었습니다. 그리고 자궁내막증과 선근증 치료를 위해 생리를 멈추는 주사를 세 달 맞았고, 부작용으로 갱년기가 찾아와 잠 못 이루는 여름을 보냈습니다. 그리고 9월에 첫 이식을 하였고, 단 한 번도 착상조차 경험해보지 못했던 저는 아주 높은 피검수치를 받으며, 기적같이 임신부가 되었습니다. 그렇게 끝없이 징글했던 난임은 갑작스럽게 끝이 났고, 지금은 16개월 딸을 둔 엄마가 되었습니다.

저의 첫 번째 성공요인은 저와 잘 맞는 병원과 주치의 선생님을 만난 것입니다. 병원은 친절하고 편안한 분위기였고, 주치의 선생님은 환자의 얘기를 충분히 들어주시고, 마음을 잘 헤아려주시는 훌륭한 분이셨습니다. 주치의 선생님과 긴 시간을 충분히 상담하는 것은 매우 중요하다고 생각합니다. 제가 두 번째 난임병원에서 주치의 선생님과 충분히 상담을 통해 난관수종을 조금 더 일찍 알고 치료했다면 덜 힘들지 않았을까 아쉬움이 늘 납니다. 그러나 병원도 선생님도 많이 바쁘셔서 그러지 못했습니다. 여러분도 병원을 옮기는 것을 두려워하지 마시고, 본인과 맞는 마음 편한 병원을 꼭 찾으시길 바랍니다.

그리고 두 번째는 마음이짐입니다. 대체로 모든 일이 열망하고 노력하면 이루어집니다. 그러나 임신은, 특히 난임환자에게 임신은 포기해야 이루어지는 것이었습니다. 물론 그 포기는, 시술을 포기하는 것이 아니라, 난임 시술로 갖게 되는 기대를 포기해야 합니다. 저도 처음에는 시술을 하면서 기대가 너무 컸습니다. 그래서 실패 후 오는 충격에 마음을 추스르기가 힘들고, 자학하는 마음이 커져 자존감이 없는 상태였습니다. 그러나 저의 학교 은사님께서 이런 못난 제 모습을 보시고, 삶의 형태가 다 다른데 혼자 살 수도, 자

식이 없을 수도, 또 있을 수도 있고, 다 같을 순 없다고 말씀해주셔서 그때 저도 무조건 자식이 있어야 한다는 생각을 내려놔던 것 같습니다. 그리고 나중에 후회하지 않을 정도, 내 마음이 충분할 정도의 시술을 하고 끝을 내야겠다고 마음먹었습니다. 그리고 천천히 9개의 수정란을 모았습니다. 그것으로 안 된다면 더 이상 바라지 않기로 했습니다. 그리고 9개의 냉동이 있다는 사실도 저를 편하게 해주었습니다. 매 시술마다 채취해야 하는 부담감이 있었는데, 실패해도 다음 냉동이 있다고 생각하니 부담이 없었습니다. 그렇게 첫 이식을 하였고, 저는 임신부가 되었습니다. 생각해보면 저는 그때 스스로를 억누르고 있던 스트레스를 많이 털어냈습니다. 난임환자는 암환자만큼의 스트레스를 가지고 있다고 합니다. 난임 최대의 적이 스트레스라는 것은 다들 아는 사실이지만, 관리가 쉽지 않습니다. 저도 임신에 대한 기대를 버리니, 스트레스 관리가 되었습니다.

저는 마지막 병원을 다닐 때, 그냥 나들이 간다고 생각하고 병원 주위의 맛집도 많이 다녔습니다. 쉽지 않지만 '나는 꼭 임신이 되어야한다'는 생각은 버리고, 마음의 평정을 유지하며 병원에 다니시기를 바랍니다. 그리고 자신의 마음을 다스리는 것만큼, 외부 스트레스를 줄이는 것도 중요한데 시술 중 지인과의 교류가 부담스럽다면 지인과 거리를 두는 것도 좋은 방법이고, 공감대 형성이 가능한 한 두 명의 난임 러닝메이트를 만드는 것도 추천 드립니다. 저는 난임 친구와 서로 위로 격려하고, 정보교환, 의논도 하며 그 시절을 버텼습니다.

그리고 마지막 세 번째는 음식과 생활습관도 궁금하실 것 같아 말씀드립니다. 임신에 성공했을 때는 이식후 추어탕, 아보카도를 매일 꼭 챙겨먹었습니다. 이식 전에도 특별한 운동 없이 일상생활을 하며 하루 30분 정도 걷고 집안일하는 것이 저의 운동이었고, 피곤을 잘 느끼는 편이라 이식하고는 집안일 정도만 하며 외출은 많이 하지 않았습니다. 몸에 부담을 주지 않고 편안하게 생활한 것도 좋았던 것 같습니다.

저는 정말 평생 자식이 없을 줄 알았고, 아이를 가질 수 없는 몸이라고 생각했습니다. 그러나 담담하게 시술을 이어가니 가능성 10퍼센트라던 저에게도 아기가 왔습니다. 난임은 넘지 못하는 벽이 아니고, 끝이 없는 터널이 아니었습니다. 그치지 않는 비가 없듯이, 시련의 비도 길든, 짧든 그친다는 것을 알았습니다. 후회하지 않으려 지금도 용기 있게

난임병원을 찾는 세상의 모든 난임부부들을 진심으로 응원합니다. 어렵고 어려웠던 저도 끝을 봤으니 여러분도 분명 행복해지실 거라고 믿습니다. 난임부부들 힘내십시오! 화이팅입니다!

## 난임, 출구는 있다

입선-윤00

“요즘 젊은 것들은 결혼도, 아이도 늦어”

2014년 32살의 나는 ‘요즘 젊은 것들’ 중 하나였다. 7년이라는 긴 시간을 연애했면서도 결혼을 미뤘던 나는, 35살을 넘긴 남자친구의 이별 통보 앞에서 결국 무릎을 꿇었다. 당시 남편의 나이를 생각했다면, 우린 결혼과 동시에 임신을 서둘렀을 거다. 하지만 난 결혼 후에도 여전히 ‘요즘 젊은 것들’이었고, 젊었기에 아직 가야할 길이 멀고 급했다. 더 빨리 더 오래 일하기를 주저하지 않았고, 젊음을 고스란히 일터에 바쳤다.

그리고 2017년 35살이 되어서야 비로소 임신을 생각했다. 난 더 이상 ‘요즘 젊은 것들’이 아니었다. 직장에선 커리어가 생겼지만, 여성으로서 나는 아이를 갖는다면 ‘노산’인 나이를 앞두고 있었다. 뒤늦게 발등에 불이 떨어졌다. 배란일 테스트기를 사고 체온을 재고 퇴근 후 아무리 졸음이 쏟아져도 ‘숙제’를 치렀다. 하지만 직업의 특성상 밤낮이 반대였던 나에게 임신은 세상에서 가장 어려운 숙제였다. 결국 산부인과의 도움을 받아 배란 유도제를 맞고 35살 겨울에 처음으로 임신을 했다. 그때까지도 나는 ‘조금 늦었을 뿐’이라는 안일한 생각을 했던 것 같다. 어렵게 찾아온 아기였지만, 여전히 일을 손에서 놓을 수 없었고 밤샘 작업을 하다가 하혈로 아이를 잃고 말았다. 예상치 못했던 유산의 고통은 컸다. 수술을 받고 누워있는 침대 너머로 갓 태어난 아기의 울음소리가 들려왔다. 그때 내가 놓친 것은 그 무엇보다 바꿀 수 없는 ‘생명’이었음을 온몸으로 깨닫게 됐다. 이날 나는 출구가 있는지도 모를 어둡고 긴 터널 속으로 들어서고 있었다.

2018년 누가 뭐래도 ‘노산’인 나이, 36살이 되어서야 10년 가까이 달려왔던 직장 일을 쉬고 임신 준비에 들어갔다. 유산의 아픔이 컸기에, 우리 부부 모두에게 임신은 그만큼 간절했다. 다행히 아이는 다시 찾아와줬다. 하지만 기쁨도 잠시, 병원에서 아기집이 잘 자라지 않는다는 소리를 듣게 됐다. 이전 임신 때도 비슷한 말을 들었기 때문에 그토록 잊

고 싶었던 악몽이 되살아났다. 그리고 이전과 같은 7주차에 유산 판정을 받고 또다시 아이를 보내야 했다. 대부분의 사람들이 그렇듯, 우리는 ‘반복 유산’을 받아들이기 어려웠다. 어느새 무엇보다 절실해진 아이를 포기할 수 없었기에 원인을 찾고 싶었다. 태아 염색체 검사를 의뢰했고, ‘4배수체 이상’이라는 충격적인 결과를 듣게 됐다. 담당 의사는 대체로 초기 유산이 염색체 이상에 의해 발생한다며 다음 임신을 준비하자고 했지만, 나는 두려웠다. 인터넷으로 온갖 자료를 뒤져봐도 나와 같은 경험을 한 사람을 찾을 수 없었기 때문이다. 원인을 알지도 못한 채 또 다시 임신을 시도할 순 없었다. 언젠가 찾아올 아이를 지켜야 했다.

이후 ‘우연’도 반복이 되면 사람을 망가뜨릴 수 있다는 것을 알게 됐다. 원인을 알 수 없는 반복 유산은 주변의 모든 것을 의심하게 했다. 각종 의약품부터 생활 속에서 사용하는 세제, 샴푸, 린스, 먹고 마시는 모든 것들까지. 가까운 가족이 건네는 위로의 말조차 가슴에 비수로 꽂힐 만큼 예민해지자, 나는 스스로 원인 찾기를 멈췄다. 그리고 태아 염색체 분야에서 가장 유명하다는 의사를 찾아갔다. 그토록 알고 싶었던 반복 유산의 원인은 ‘알 수 없음’이었다. 내가 받은 태아 염색체 검사 결과가 ‘오류’일 가능성이 크다는 얘기였다. 배양 과정에서 검체가 한 번 더 분열을 일으킬 경우 나올 수 있는 결과라고 했다. 나를 두려움에 떨게 만든 검사 결과가 오류였다니, 허탈했다. 원점으로 돌아간 기분이었지만, 안전하게 아이 갖기를 포기할 순 없었다.

우리 부부는 의사의 권유로 습관성 유산 검사를 받았고, 나에게서 ‘항카디올리핀 항체’와 ‘단백’ 수치에 이상이 있다는 결과가 나왔다. 임신을 했을 때 혈전이 생겨 아이에게 산소와 영양 공급이 잘 되지 않을 수도 있다는 것이었다. 습관성 유산을 겪는 산모 중 상당수가 원인을 찾지 못한다는 설명을 들었던 터라, 충격보단 오히려 안심이 됐다. 조금이라도 임신 유지를 하는 데 필요한 소중한 정보였다. 결국 유산 후 1년이 되어갈 무렵, 우리 부부는 시험관 기술을 시작했다. 정확한 원인은 알 수 없었지만, 아기집이 잘 자라지 않았던 두 번의 유산 경험은 사전에 건강한 배아를 선별하고 혈전 관리도 함께 하는 시험관 기술이 임신 유지에 좀 더 유리할지도 모른다는 기대를 갖게 했다. 그리고 어느덧 37살, 40살을 바라보는 우리에게는 더 이상 시간이 없었다.



든 난임 부부들이 그렇듯, 난임의 터널은 길고 끝이 없다. 끝이 보일 것만 같아도 또 다른 터널이 기다리고 있다. 2019년 우리는 시험관 시술 3차를 끝으로 임신 준비를 중단했다. 3년 가까이 임신에 매달린 결과는 참담한 실패였다. 시험관 시술은 쉽지 않았다. 매일 챙겨먹는 각종 영양제와 약, 주사는 어느덧 나를 환자로 만들었다. 시술에 영향을 줄 수 있는 모든 것들이 부담이었다. 임신에 나쁜 음식은 입에 대지도 않았고, 그렇게 좋아했던 커피와 술도 끊었다. 사람도 끊었다. 요가와 헬스, 수영을 하며 체력도 길렀지만, 문제는 어느새 상처투성이가 되어버린 ‘마음’이었다. 지하철에서 임신부 배려석을 보기만 해도, 유모차를 끌고 가는 부부의 미소만 봐도, 심지어 집안에서 창문 너머로 아이들 웃음소리가 들려와도 마음이 아팠다. 너무 간절하면 찾아오질 않는다더니, 너무 간절히 바랐던 게 잘못이었을까... 이제 임신은 나에게 너무 먼 일이 되어 있었다. 여전히 난임을 받아들이지 못한 채 나는 일터로 돌아갔다.

“속는 셈 치고 삶을 다 바꿔봐. 그럼 된다더라.”

한편 지인이 들려준 누군가의 성공담은 내내 머릿속을 맴돌았다. 결혼 10년차에 임신도 포기하고 집도 직장도 버리고 부부가 세계 여행을 떠났다가, 여행지에서 자연임신이 됐다는 것이었다. 성공을 넘어 ‘신화’ 같은 이야기였지만, 현대의학의 도움에도 성공을 거두지 못했던 나에게 풍문이라도 그냥 넘겨들을 수가 없었다. 어느덧 마흔을 넘어서는 남편은 나에게 어서 오라며 농담까지 건네고 있었다.

그런데 정말 마음을 비우고 있던 우리 부부에게도 기회가 찾아왔다. 남편에게 강원도로 이직할 수 있는 기회가 생긴 것이다. 서울에서 태어나 서울에서 자란 우리에게 새로운 도전이었지만, 오랜 아픔 끝에 단단히 묶인 마음은 하나로 통했다. 우리는 과감하게 이사를 가기로 결정했고, 앞뒤로 산이 보이는 조용한 곳에 집을 구했다. 비장한 각오는 내려놓고 되는데로 해보자는 마음이었다. 일도 병행했다. 프리랜서인 덕분에 일할 때는 서울을 오가며 남편과 주말 부부로 지내고, 실 때는 집에 돌아와 자연을 만끽했다. 남편이 출근하면 혼자 동네 뒷산에 올라가 시계도 보지 않고 내내 푸른 공기를 마셨다. 급한 마음을 내려놓기로 했다. 어느새 밤에 고민 없이 깊은 잠을 자게 됐다.

모든 게 잘 될 거라고 생각하던 무렵, 한밤중에 등에 통증을 느끼며 깨는 일이 잦아졌다. 가까운 산부인과에서는 ‘결석’일 수도 있다며 큰 병원으로 가라고 했고, 대학병원에서는 평생 있는지도 모르고 살았던 담낭에서 이상소견이 발견돼 정밀검사를 의뢰하게 됐다. 악성일 경우 암도 의심할 수 있는 상황이었다. 과거에 자궁내막증 치료를 받았던 경험이 있었기에 명의로 유명한 교수를 찾기도 했다. 여기저기서 이상소견이 발견됐다. 10년 가까이 달려온 사회생활의 피로감은 내 몸에 고스란히 쌓이고 있었던 것이다.

“아이 없는 인생, 아이 있는 인생... 이제 선택하세요.”

2020년 내 나이 38살, 의사는 나에게 아직 선택할 수 있다고 했다. 임신이 아닌 ‘임신을 시도하는 것’을 선택할 수 있단 얘기였다. 마흔이 넘어서면 더 힘들어질 테니, 10년이 넘도록 치료하고도 재발한 자궁내막증 수술을 하면 더 힘들어질 테니, 이제 그만 선택하라고 했다. 더 이상 선택할 수 없다고 생각했을 때 아직 선택할 수 있는 게 남아있다는 사실에 감사했다. 그리고 의사의 권유대로 병원을 바꿔서라도, 시험관시술을 해서라도, 서둘러야겠다고 다시 마음을 먹었다.

언제가 마지막일까, 난임이란 긴 터널에 출구는 있을까, 생각하며 달려온 지금 나는 임신 16주에 접어들었다. 새로운 난임 병원을 찾았고, 의사를 믿고 시험관 시술 4차를 시도한 끝에 얻은 결과였다. 누군가에겐 조금 빠를 수도, 조금 늦을 수도 있는 결과일 것이다. 난임 부부들 모두 그렇게 각자의 시간 속에서 싸우고 있는 걸 잘 알기에, 나의 고통이 가장 힘들고 무거웠다고 말할 순 없을 것 같다. 하지만 그럼에도 이 글을 쓰는 이유는 어둡고 긴 터널의 어디에선가 돌부리에 걸려 넘어져 울고 있을 난임 부부에게 이 말을 꼭 해주고 싶어서다. ‘출구가 있다’고, 정말 예고도 없이 찾아온다고, 병원을 바꾸고 이렇게 일찍 아이가 찾아올지 생각지도 못했다는 나에게, 의사는 이런 말을 했다.

“그동안의 실패 덕분에, 오늘 성공할 수 있었던 거예요.”

나에게 어둡고 길게만 느껴졌던 난임의 시간, 어쩌면 아직 끝나지 않았을지도 모른다. 출산의 그날까지도. 하지만 지난 시간이 나에게 남긴 가르침은 결코 가볍지 않다. 세상

에는 그 무엇과도 바꿀 수 없는 소중한 게 있다는 것, 그 소중한 '생명'을 만나기 위해 깊고 깊은 터널이라도 부부가 함께 걸어간다면 언젠가는 꼭 출구를 만날 수 있다는 것, 우리는 그런 깨달음 덕분에 더욱 단단해질 수 있었고, 누군가의 엄마가, 부모가 될 준비를 할 수 있었다는 것을 말이다.

돌아보면 직장에서 더 나은 미래를 위해 달려온 만큼 난임의 터널이 길어진 것은 아니었는지 자책도 하게 된다. 그러나 난임임에도 쉽게 일을 놓지 못한 것은 단지 개인의 성공 때문만은 아니었다. 세상이 변한 탓에 부부가 맞벌이를 해도 녹록치 않은 속사정이 있었다. 그래서 제때 결혼해서 제때 아이 갖고 제때 무언가를 해나가는 예전의 '평범한 삶'이 오늘의 난임 부부들에게는 상처로 다가오기도 한다. 결혼도 아이도 늦는 '요즘 젊은 것들'이 조금 늦더라도 결국에는 출구를 찾을 수 있도록 배려하는 좀 더 따뜻한 사회가 되기를 희망해본다.

## 누가 이기나 해보자! 절대 포기하지 말자!

입선- 조OO

2014년 11월 제 나이 31살, 신랑 36살, 5살 차이로 행복한 결혼 생활을 시작했습니다. 자연스럽게 생기는 아이를 맞이하고 싶었습니다. 누구나 그렇듯 결혼하면 곧 아이가 생기는 줄 알았습니다. 그렇게 1년 반 정도 지날 무렵, 피임을 하지 않았는데 아이가 생기지 않으면 난임일 수 있다는 글을 보고, 저 먼저 병원을 찾아 검사를 하였습니다. 결과는 이상무. 의사 선생님은 '아직은 어리니 마음을 초조하게 먹지 말아라. 여기 오는 예비 엄마들에 비하면 당신은 아직 어리고 문제도 없지 않느냐. 마음을 일단 편하게 먹고 배란 날짜만 맞춰보자'라고 하셨습니다. 저는 다행인지 불행인지 선생님 말씀을 잘 듣는 환자였고, 그렇게 배란일을 잡아 숙제를 하는 것도 이젠 기억이 나지 않을 만큼 지난날이지만 한손가락을 넘는 숫자만큼은 한 것 같습니다. **개중에 몇 번은 지방 출장 간 신랑을 쫓아가지도 하고, 제주도에 출장 가 있는 신랑을 쫓아 퇴근 후 혼자 비행기를 타고 쫓아가지도 하고, 그놈의 숙제가 묻지 싶었습니다. 그럼에도 매번 임태기는 잔인하게 한 줄을 보여줬고, 그럴 때마다 좌절이 있긴 했지만, 듣기만 했던 그 힘들고 고된 시술은 한게 아니었던터라. 시술만 하면 바로 아이를 가질 수 있다고 생각했습니다. 기다림은 지쳤고, 원인불명이지만 계속되는 실패로, 자연임신이라는 욕심을 버리고 인공수정을 두 번 시도 했습니다. 또 실패.. '그래! 인공수정은 원래 로또 같은 거래잖아. 시험관으로 하면 바로 성공할 수 있을 거야. 뭐 3번 안에 안되겠어?' 라고 속으로 마음을 다잡았습니다.**

저나 신랑 둘 다 검사에서 문제없이 나오고, 특별한 원인이 없었기에 시험관만 하면 성공할 것 같았습니다. 2018년 결혼 4년 만에 시험관 시술을 시작하였고, 생각보다 길어진 시술은 2020년까지 이어졌습니다. 그 사이에 맘카페를 들어가서 엄청난 정보를 얻고, 먹은 영양제만 해도 한가득. 밥보다 영양제로 더 배를 채우는 것 같았고, 우울해 하지 않으려 애썼지만, 하나둘 아이가 생기는 친구들을 보며 제 자신이 더 초라해졌습니다. 하루하루 닿지 않는 신기루 같은 보물을 잡으려 손을 뻗어내는 것 같았습니다. 인공수정을 한 병원에서 신선 1차, 냉동 1차, 신선 2차까지 세 번의 시술을 하였지만 모두 실패하였

습니다. 뭇 모르고 했던 1차 실패 전화 소식에는 비교적 담담했지만 두 번째 실패 전화에서는 집에 오던 버스 안에서 다른 사람의 시선 따위는 신경 쓰지 못할 만큼 평평 울었습니다.

**도대체 언제 끝날까.. 내 아이를 만나 볼 순 있을까?.. 문제가 없다는데 왜 안될까.. 문제가 없으니 오히려 더 답답하고 힘들었습니다.** 반복된 실패에 담당 선생님은 손을 바꿔 보는게 어떠냐며 먼저 주치의 변경을 제안 주셨습니다. 이미 이 병원에서 나에 대한 기록들이 많은데 옮기는게 맞을까? 란 고민을 하다가 항상 채취나 수정도 잘 나오는 편이라 이번에는 배양기술이 좋다는 다른 병원으로 옮기기로 마음을 먹고 상담을 했습니다. 상담을 해주신 선생님은 남편의 흡연 사실에 호통을 치셨고, 저는 그 말에 동감을 하면서도 너무 억울하고 화가 났습니다. 상담 후 나와서 신랑에게 전화를 하여, 왜 나만 노력해야 하나. 당신도 아이를 원하면 같이 노력해야 하는 거 아니냐 라며 전화로 다투고, "담배를 끊으면 말해라 그때 집에 가겠다"고 하고 친정집으로 향했습니다. 그렇게 일주일 서로 냉전 상태로 지냈고, 저도 화가 나서 지인들과 술을 먹으며 기분을 풀었습니다.

근데..... 누가 알았을까요.. 그때 전 임신한 상태였다는걸... 생리가 40일이나 없었지만, 그냥 늦어진 것이라고 생각했습니다. 너무 늦어져서 혹시나 하는 마음에 임태기를 했는데 두 줄이 나와 원래 다니던 병원에 급히 가서 피검사와 초음파를 하니.. 드디어 임신!! 그렇게 시술을 했는데도 실패하더니, 자연임신이 된 것이었습니다. 그러나 그 행복도 잠시, 9주차에 아이의 심장 소리는 점차 찾아들었고, 그렇게 아이는 우리 곁을 떠나 갔습니다. 원래 먹지도 않던 술을 그 주에 많이 먹어서 그런가.. 그때 내 우울감 때문에 그런가.. 온갖 원망의 방향을 저에게 쏟아냈습니다. 수술을 하고 몸을 회복하고 신랑 이랑 둘이 밥을 먹으며 영영 소리 내어 울었습니다. 우리만 왜 이렇게 힘들냐고.. 우리가 큰 욕심을 낸거냐고.. 내 앞에서 한번도 울지 않던 신랑도 소리 내어 울었습니다. 하지만 두 손 잡고 결심했습니다. 절대 포기 하지 말자. 포기하지 않으면 언젠가 우리에게 올 것이다! 라고.

그렇게 몇 달간 몸을 회복하고 새로이 가려던 병원에 갔습니다. 상담 받았던 선생님이

아닌 다른 선생님께서 진료를 받기로 결심하고, 명성대로 좋은 시술 방향을 정해주셨습니다. 기대감이 부풀었고, 잘될 것 같았습니다. 그 전 병원보다 채취도 잘 되고 배양도 잘 되었습니다. 2020년 1월 신선 3차, 3일 배양 2개를 이식하였고, 5일 배양 2개를 냉동 시켰습니다. 이번에 안되어도 5일짜리가 있으니까 든든했습니다. 이식 3차 안에는 되겠지 했는데 벌써 4번째 이식을 하면서 고차수를 향해 달려가고 있었습니다. 이게 뭐 좋은 거라고 경칩치만 늘어나는지.. 옷핀 내 현실에 실소만 나왔습니다. 그렇지만 포기하지 말자. 비용은 매 차수마다 부담스럽지만 일단은 돈 생각하지 말자. 돈은 벌면 되지만 아이는 시기가 있는거다. 절대 포기하지 말자. 하루에도 몇 번을 되뇌었습니다.

기대감으로 부풀었던 4번째 이식은 또 실패했습니다. 지치려 했지만 지치면 안되었습다. 아직 목표에 도달하지 않았으니까요. 병원을 옮기면서 문득 든 생각이, **이 실력 좋은 의사들이 이렇게 해주는데 나는 스스로 할 수 있는 일이 없구나. 내가 할 수 있는 일은 뭘까?** 라고 한 생각 끝에 운동이라고 생각했습니다. 20대엔 다이어트를 위해서 한 운동이라면 이제는 임신과 출산을 위해 건강한 운동을 하자라고 마음 먹었습니다. 일주일에 4번 이상은 가서 꼭 걷기 한 시간과 요가를 열심히 했습니다. 몸매를 가꾸기 위한 다이어트는 아니니 살이 빠진 건 아니지만 혈액순환을 위해서 열심히 했습니다.

이거라도 해보자! 운동이 시험관 시술에도 좋다고 하니 내가 할 수 있는 모든 것을 해보자! 라고 매일 마음 먹었습니다. 그러면서 함께 한 것이 내 배란일이 어떤지 파악하기 위해 매일 배란일 테스트기를 했습니다. 원인불명이기에 시험관 시술을 함께 하되 자연임신도 계속 시도하였습니다. 4번째 이식이 실패하고 다음 생리 후 배란일 테스트기를 하는데, 일반적으로 알고 있는 2주 후에 테스트기가 최고 수치를 찍지 않았습니다. 내 사이클을 파악해 보자! 하고 일주일을 더 했는데 그때서야 최고 수치를 찍고 그날 숙제를 치렀습니다. 항상 마음 한편으로는 포기하지 말자! 라고 마음을 다잡으면서도, 한편으로는 되겠어? 라는 부정적인 생각의 싹을 쳐내려고 했습니다. 그러고 2주가 지났고, 출근 준비를 하던 아침, 문득 임신 테스트기를 해보고 싶다는 생각이 들었습니다. 세상예나! 두 줄이 뜬 것이었습니다.

내 인생의 두 번째 두 줄. 거실 화장실에서 출근 준비를 하던 신랑에게 달려가 이거 두

줄 맞는지? 내 눈이 맞는지, 제대로 다시 보라며 제 눈을 의심했습니다. 사실을 확인하고 싶어서 세수만 하고 병원에 달려가니, 임신이 맞다고 했습니다. 세상예나.. 그러나 아직 누구에게도 말할 수 없었지만 이번은 꼭 지켜내고 싶었습니다. 작년에 겪은 고통은 친정엄마에게도 슬픔을 주었고, 좀 더 안정기가 되어 알리고 싶었습니다. 입은 근질근질, “임금님 귀는 당나귀 귀다”라고 외치고 싶을 정도로 임신 소식을 외치고 싶었습니다. 드디어 안정기가 되고 양가 어른들과 지인들에게 알렸습니다.

그 아이는 지금 저와 함께 조리원에 있습니다. 출생 13일차. 코로나 시국에 힘들게 세상과 우리 부부에게 와준 아이에게 고마울 따름입니다. 배냇짓을 하는 아이의 찡그림과 웃음, 자유자재 움직이는 팔과 다리, 내 손가락 길이만한 아이의 손과 발, 어느 하나 사랑스럽지 않은 것이 없습니다. **만약 제가 고된 시술과 우울감으로 포기했다면 절대 만나지 못할 행복이었을 것입니다. 오늘의 이 행복을 상상으로 그려보았지만 언제 현실이 될지 예측 할수 없었지만, 어느새 그 상상은 현실이 되었습니다.** 아이를 기다리는 많은 분들, 절대 포기 하지 마세요. 내가 할 수 있는 모든 것을 하셨으면 합니다. 그냥 하는 말이 아니라 운동은 필수이고, 견과류와 좋은 음식들을 많이 드셨으면 합니다. 절대 포기 하지 마세요. 진짜 간절히 원하면 됩니다!

## 이제 막 난임의 터널을 통과한 자가 그 다음 터널을 지날 모든이에게 건네는 위로

입선- 김00

2016년 11월 5일 8년 연애의 결실로 결혼에 골인한 우리. 신혼생활의 단꿈도 잠시, 갑자기 생리가 안나오기 시작합니다. 그렇게 3개월이 지나도 안나와 생리유도 주사를 맞고 큰 병원에가서 제 상황을 말하니 균검사 및 난소나이검사 등을 했습니다. **그 결과, 충격적이게도 난소나이가 47세, amh수치가 0,35였습니다. 그것조차 추정치일 뿐, '서둘러야 한다. 시간이 없다.'라는 말만 반복하며 그렇게 전 난임판정을 받았습니다. 그것도 제 나이 만 30살에, 결혼한지 1년도 채 되지 않은 그때. 너무 큰 충격에 여러병원을 찾았지만 제 결과지를 본 의사의 말은 안타깝게도 다 같았습니다.**

하루하루 난소가 늙어간다는 뼈아픈 말까지 듣고 먹구름 낀 마냥 너무 우울했고, 울다 지쳐 잠들었습니다. 삶을 포기하고 싶을 정도로 슬펐고, 나뿐 아니라 결혼한 지 반년 만에 어안이 병병해진 남편에게 부끄러웠고, 손자 기다리시는 부모님 마음을 너무 잘 알기에 가슴이 먹먹했습니다. '일에 스트레스를 많이 받은 탓인가, 내가 뭘 잘못했지, 검사가 잘못된 게 아닐까, 나 아직 젊는데, 아픈 곳 없는데, 젊다고 자만했던 내 탓이었을까? 이제 막 행복해지려는 순간 왜 나한테만 이런 일이 일어나는거지? 남들처럼 그냥 평범한 가정 이루고 사는 게 그렇게 큰 꿈이었던가?' 하늘을 원망하고 약한 마음을 먹었다가 남편에게 못할 말도 해보고 절망하고 또 절망하다 인공수정부터 시작해보기로 했습니다. 이 악물고 버틴 2주.. 난포가 딱 하나 컸는데 공란포일 확률이 높고 난소 위치 때문에 시술이 어렵다는 말을 듣고 또 한번 절망했습니다. 이제 절망하다하다 화가 나기 시작했습니다. '도대체 왜, 내가 그렇게 해도 뭐가 자꾸 안된다는건지... 시간은 없다는데 다음에 다음에.. 대체 나는 시술조차도 이렇게 안되는건지.' 너무 화가 나고 내 몸 상태를 왜 이제 알게 되었을까 후회만 가득하고, 생리도 잘 안나오니 시술하는 것도 힘들기만 했습니다.

결국 남편에게 '지금이라도 헤어지고 다른 사람을 만나는 것이 빠를 것 같다. 나랑은 2세

를 갖기 어려울 것 같다.'고 이혼을 말했습니다. 그렇게 무너져가던 나를 끝까지 붙잡아 주고 안아준 남편이 없었다면 저도 이렇게 글을 쓰진 못했을 겁니다. 남편은 제게 힘들었던 난임 기간 동안의 유일한 동아줄이었습니다. 아직도 그 순간 남편의 말이 기억납니다. '아이를 갖고 싶지만 만약 끝까지 노력해도 생기지 않는다면 우리 둘 행복하게 살면 된다. 너를 잃으면서까지 아이를 보고 싶진 않다. 내겐 너가 1순위다.'라는 말. 나를 계속 살아갈 수 있도록 해준 그 말이 아직도 너무 감사합니다.

그렇게 좌절하고 방황하던 시간을 보내고 해가 바뀐 2018년부터 다시 힘을 내서 시험관을 시작합니다. 남들보다 시간이 없다 라는 재촉에 시술 후 한두 달 쉬고 또 시술했지만 모두 실패했습니다. 병원에서는 '기본적으로 약에 반응이 약하다. 채취는 2~3개가 다다. 이식까지는 이루어지지만 늘 착상이 안된다.'라는 말만하고.. 그렇게 또 실패하자 그나마 기대에 부풀었던 마음이 나락으로 떨어졌습니다. 그전엔 '그래도 시술을 할 수 있다는 게 어디야, 채취한 게 어디야, 이식한 게 어디야'라고 마음을 다잡았는데 이번에도 실패했다는 전화를 받으니 정말 이 깜깜하고 어두운 난임이라는 터널에 끝이 있긴 한 건지, 내가 도대체 뭘 더 어떻게 해야 이 힘든 터널이 끝이 나는건지 하루하루 울면서 잠이 들었습니다. 그러다 한 카페를 통해 제 터닝포인트인 '난임캠프'를 알게 되었고, 폭풍같은 비를 뚫고 팔공산까지 갔습니다. 처음엔 '뭐하는 곳일까, 우리에게 득일까 실일까'엄청 반신반의하며 들어섰습니다. 우려와 달리, 엄청 즐거웠던 레크레이션 시간과 다양한 체험과 유익한 강의로 우리는 '이런 좋은 단체가 있는데 왜 우린 몰랐고 왜 이제야 알게 되었을까'하며 오랜만에 대학엔터 온 듯 즐겼습니다.

밤에는 둘러앉아 친구나 가족에겐 말 못 할 난임고민들과 하소연에 가까운 담소를 나누며 처음으로 내 상처를 남에게 꺼내보이고 울었다가 웃었다가 반복하다보니 어느새 상처가 조금은 아물어 있었습니다.

심지어 난임이야기를 나눈 분들과 친해졌다는 느낌이 들 정도였습니다. 난임가족연합회 회장님도 소탈한 언니처럼 느껴질 정도로 협회분들도 친절하시고 진심으로 우리의 이야기를 들어주시는 모습에 솔직히 감동도 받았습니다. '혼자가 아니구나...' 난임캠프를 다녀온 이후, 혼자 중얼거린 말입니다. 난 이 세상에 나 혼자만 불행하고 나 혼자만 이렇게

아파하고 나 혼자만 세상에 벌 받는 것처럼 마음 무겁게 살고 있었는데.. 그게 아니구나 라는 것을 느낀 뒤 세상이 조금은 달라진 듯 보였습니다. 다시 내일을 살아갈 힘을 얻었다고 하면.. 너무 거창할까요? 남편도 제가 좀 더 밝아진 것 같다고 하며 주위에 비슷한 고민인 사람들에게 난임캠프를 추천할 정도로 좋아했습니다. 그 뒤로도 기분은 나아졌지만 잦은 시술과 스트레스로 인한 난소의 무리인지 채취갯수는 날이 갈수록 줄고, 몸도 어딘가 이상함을 느꼈습니다.

주사 맞은 뒤 두드러기로 고생을 하기도 하고, 약 부작용인지 기분이 하루에도 수십번 바뀌고, 직장에도 시술 스케줄 때문에 몇 번 이나 고개를 떨구고 부탁드리면서 자존감도 더욱 떨어졌습니다. 그러다 결국, 퇴사를 했습니다. 너무나 사랑했던 일이지만, 스트레스 강도가 션편이었고, 더 늦어진다면 아이를 정말 가질 수 없을 것이라는 판단이 섰기 때문입니다. 퇴사를 하고 반복착상검사를 하고, 면역주사와 크녹산이라는 아픈 주사까지 추가해가며 노력한 결과 처음으로 4개 채취, 3개 수정, 2개 이식, 1개 냉동에 성공했습니다.

그런데 그 기쁨도 잠시, 제가 많이 사랑하던, 증손자를 너무나 기다리시던 할머니가 돌아가셨습니다. 할머니를 보내드리던 그날, 이식결과가 나오는 날에 임신했다는 전화를 처음으로 받았습니다. 하지만 그 기쁨도 잠시, 다음주에 피검수치가 떨어져 화유 인것같으니 약을 다 끊고 생리를 기다리라는 말을 들었습니다. '차라리 주지를 말지..'줬다가 뺏어가는 기분.. 이라면 이해하실까요? 이전보다 저는 더 크게 절망했고, 더 이상 나에게 이런 행운이 오지 않을 것 같고, 아직 보지도 못한 아이를 보낸 것만 같은 슬픔에 한참을 우울해하고 힘들어했습니다.

그러다 남편이 '이제 조금 내려놓고 우리 삶을 살자'며 안아주었을때, 그제서야 눈에 들어왔습니다. 항상 내눈치를 살피던 우리 남편, 딸이 혹시나 아이를 못 가질까 전전긍긍하는 우리 부모님, 오늘도 힘내라는 말밖에 못해 미안하다는 친한 내 친구까지... 마음이 쿵 하고 떨어지는 순간이었습니다. 혼자만의 세상에서 좌절하는 동안 세상은 너무 빠르게 돌아가고 있었고, 임신이 아니어도 내 삶은 계속 의미 있는 하루하루인데 더 이상 이렇게 슬퍼하며 살기 싫었습니다. 퇴사한 김에 놀러도 다니고, 즐겁게 하루를 보낼 일은

너무나 많은데 저는 난임이라는 터널 속에서 잠시 그걸 잊고있었습니다.

그래서 남편과 틈나는 대로 여행을 다녔습니다. 여행을 안가고 쉬는 달에는 난임시술을 했습니다. 심지어 여행가면서 주사를 챙겨 다니기도 하고, 시술을 특별하게 생각하기도 그냥 삶의 일부인듯 자연스럽게 시술을 시작하고 조금 덜 상처받으며 시술을 마무리했습니다. 그러던 중 즐거웠던 난임캠프가 또 한다는 소식을 듣고 남편과 망설임 없이 또 달려갔습니다. 그래봤자 두번째인데, 난임가족협회분들 중 낫익은 분들을 뵈니 반갑기도 하고, 협회장님께 인사하며 여유 있는 모습을 보이기도 했습니다. 여전히 즐거웠던 레크레이션, 만들기 수업, 삼신할배님의 강연 등 참여하다보니 그전엔 몰랐던 부분도 알아가고 감사하게도 유익한 정보도 많이 얻었습니다. 그 다음 달엔 온 가족이 스위스여행도 다녀오고 하루하루를 행복하게 살기위해 노력했습니다. 물론 매번 배란기는 신경이 쓰이고, 임테기로 매번 확인사살 당하며 조금씩 좌절도 큰 충격에서 작은 일상으로 받아들여지게 되었습니다. 그러던 중, 갑자기 일이 하고 싶어졌습니다. 어차피 시술도 안하도 설 거면 단기로라도 일을 하며 바쁘게 살고 싶었습니다.

그래서 3개월짜리 일을 구하자마자 출근한지 3일째, 임신테스트기에 2줄이 보이기 시작합니다. 심장이 너무 쿵쿵거리고, 너무 행복했습니다. 무엇보다도 시술을 하지 않았는데도, 자연임신 이라는게 너무 행복했고, '나에게도 이런 순간이 오는구나 역시 마음을 편하게 먹고 된다된다꼭된다 생각하면 진짜 되는구나'하며 이세상 모든 존재들에게 감사하다 외쳤습니다. 난임시술 해주신 원장님도 기적에 가깝다며, 0에 가까운 난소수치에도 자연임신이라니 너무 축하한다고 하셨습니다.

그러다 하혈이 조금씩 생기더니 유산방지주사 및 약을 쓰고, 남편이 연근가루가 좋다해서 챙겨먹음에도 불구하고 결국 또 화유하게됩니다. '너무 기뻐한 탓일까, 내가 조심하지 못해서 그런걸까, 내가 또 뭘 잘못했길래 또 나에게 이런 시련과 상처를 주는건지, 이렇게 자꾸 줬다가 뺏을거면 차라리 주지를 말지'라며 엄청 울고, 일을 한 탓인것만 같아 하루에도 수십번씩 후회를 하고 가슴을 쳤습니다. 자꾸 될듯 될듯 안되니 너무 아쉽고 답답해서 결국 다음달에 바로 시술을 하게 됩니다. 그런데 웬걸, 늘 시술해주시던 원장님의 부재에다 시술도중 방광이 찢려 소변에 피가 비치고 시술통증과 후유증도 엄청나서

힘들어서 더이상 못하겠다며 남편을 붙들고 영영 울었습니다. 이번엔 체취가 얼마나 되었냐는 엄마의 물음에도 ‘한개’라고 대답하려니 너무 화가나서 ‘몰라’라는 통명스러운 말과 함께 또한번 상처를 주고받았습니다.

‘그래도 1개라도.. 잘 될거야.’ 기도하며 잠들었지만, 다음날 결국 수정에 실패하여 처음으로 이식조차 못하고 이번 차수는 이렇게 끝이었다는 말에는 헛웃음과 함께 눈물도 나지 않았습니다. 이젠 내 몸에 미안해서, 이젠 더이상 못하겠다고 처음으로 제자신을 위로하고 안아주었습니다.

‘이제는 그만하자고, 얼마나 이 길고긴 터널을 지나야 소중한 아가를 만날 수 있을지는 모르겠지만, 그동안 할만큼 했다고..’ 망가진 내몸부터 추스려야 그래야 내가 살 수 있을 것 같아서 미친듯 일만 했습니다. 내 마음이 편해야하고, 적어도 스트레스는 받지말자 다짐하며 하루하루를 즐겁게 살려고 노력하니 점점 일도 잘 풀리고 주변에 인정도 받기 시작했고, 생각만 해도 숨막히던 출근이 즐거워지기 시작했습니다.

그렇게 일이 끝나갈 무렵, 열도나고 감기인듯해 약먹기전 혹시나하는마음에 임신테스트기를 해보니, 두줄이 흐릿하게 보였습니다. 여태 화유가 그랬듯 또 두줄이 흐려질지도 몰라 병원을 찾아가 피검을 하고, 아기집을 보고서야 임신확인증을 받았습니다. 그날은 2019년 11월 5일, 결혼 3주년이었습니니다. 선물처럼 찾아온 아이 태명은 선물이. 심장이 뛰는것을 보고도 믿기지 않아 초음파 사진을 얼마나 들여다보고 한참 울었는지... 혹여나 잘못될까 가슴졸이며 지켜온 날들 견디다보니 40주 4일이 되어 얼마전에 아이를 출산했습니다.

사실 아직도 믿기지 않아 아이를 볼때마다 가슴이 뛰고, 자는데 혹시 잘못될까봐 혼자 걱정하는, 아직 많이 부족한 3개월 초보엄마입니다. 하지만 이전과 달리 저의 하루는 너무나 감사한 하루입니다. 난임기간을 거치지 않았다면 알지 못했을 감정과 사랑, 그리고 남편과의 돈독한 추억까지.. 이젠 셋이서 쌓아갈 행복도 너무 기대가 되고 즐겁습니다.

고작 난임기간이 3년 남짓이라 이런 위로조차 건네는게 주제 넘는 건 아닐까 작성했다

지우고 또 지우며 고민했지만 내가 겪은 슬픔을 담담히 풀어내는 것이 사실 저에게‘힘들었지?’라는 위로를 건네는 말일지도 모릅니다. 적어도 저는 힘들었습니다. 정말 다 포기하고 싶을 정도로 다 너무 싫었습니다. 그런데, 나의 하루를 곳곳하게 살아가다보니 오더라구요, 바라고 바라던 그 순간이, ‘된다된다꼭된다’나지막한 다짐이 적어도 제 마음을 편하게 해주는 행복한 주문 같은 것이었습니다. “아직 길고 긴, 어두운 터널에 계신 모든 분들 힘 내십시오! 그리고 행복한 나의 하루를 만들어주세요. 늘 행복하시길 바라겠습니다.”

## 나는 그저...“나를 돕기 위해 최선을 다하는 고마운 사람”입니다

입선- 이00

안녕하세요! 난임가족 여러분~

저는 끝이 없을 것만 같았던 난임의 터널에서 빠져나와 이제껏 느껴보지 못한 행복과 충만함 속에서 9개월을 보내고, 이제 출산을 3일 앞두고 있는... 긴 시간동안 이00 환자였으나, 지금은 겸둥이 엄마가 된 여러분의 동지입니다.

춤처럼 나오지 않는 냉동에, 공난포의 늪까지 빠지게 되면서, 난자채취만 9번을 해야 했고, 3년에 걸친 난임 시술 기간 중, 자궁, 신장, 갑상선 이상으로 3번의 전신마취 수술을 받아야 했던 제가 이제는 엄마가 된다고 합니다.

겸둥이를 품고 있는 지난 아홉 달 동안, 기쁨에 잠을 청하다가도 자고 나면 이 모든 게 꿈이 될까 싶어 얼마나 속으로 눈물을 삼켰는지 모른답니다. “개구리 올챙이 적 시절 모른다!”는 이야기가 있는 것처럼, 지금의 제가 난임시술 기간의 저와 심리적으로 완전히 일치한다고는 말씀드릴 수 없지만, 긴 시간 같은 길을 걸으며, 같은 아픔을 나눈 동지들에게 작게나마 도움이 되고 싶은 마음만은 진심이기에 이렇게 글을 써나가게 되었습니다.

저도 난임의 터널 속에 있을 때, “어떻게 임신이 되셨어요?”라는 질문을 참으로 많이 했던 사람 중의 한 명이었습니다. 그리고 지금은 그런 질문을 참 많이 받게 되는 입장에 서게 되었습니다. 그러나 “무엇 무엇을 하면 임신에 도움이 됩니다!”라고 단정 지어 말씀드리기가 참으로 조심스럽다는게 솔직한 마음입니다.

임신에 성공한 사람들의 후기를 보면, 참으로 다양하고 많은 방법들이 제시되어 있긴 하지만 그만큼 난임 환자 개개인의 몸상태, 생활환경, 습관 등도 너무나 다양하고, 다르기에 어느 누구도 같은 효과를 장담할 수는 없는 것이 아닌가 생각합니다.

그래서 저는 제가 확실하게 도움이 된다고 장담할 수 있는 부분! 이미 모두가 알고, 느끼고 있는지만 쉽게 실천할 수 없었던 그 부분을 말씀드리고자 합니다. 비록, 이렇게 함으로써 난자 개수가 늘어나고, 공난포에서 헤어나오고, 없던 냉동 배아가 만들어지진 않았지만... 나와 아기를 포기하지 않고, 끝까지 달려갈 수 있는 동기를 찾는데 조그마한 도움이라도 될 수 있기를 바라며, 부족한 글이지만 써내려 가겠습니다.

· 우는 건 어쩔 수 없이 울되, 웃을 수 있는 걸 찾아야 해요!

고차수임에도 불구하고, 늘 긍정의 힘으로 잘 버텨왔던 저였지만, 마지막 성공 차수 때는, 유난히도 많이 울어야 했습니다. 난자채취 이틀 전, 이번엔 배우자가 6개라는 게 정신적인 충격으로 다가왔고, 애써 부정해왔던 “나의 현실”을 적나라하게 들여다 본 것만 같아 가슴이 너무나 아팠습니다. 그리고 늦은 밤, 마지막 주사를 맞다가 눈물을 툭툭 흘리며 신랑에게 말했습니다. “이 모든 게, 또 수포로 돌아가겠지...” 하구요. 늘 최선을 다했지만, 그 노력과는 상관없이 늘 같은 실패를 반복하고 있었기에, 그 때의 제 심정은 그야말로 “막막함” 그 자체였습니다. 그리고 그 날을 시작으로 매일 밤 울어야 했습니다. 반응 없는 야속한 임신테스트기를 끌어안고 울고, 피검사 전 날까지 증상이 없어서 울고, 아슬아슬하게 피검사를 통과하고도 울고, 임신테스트기가 다시 연해져서 또 울고, 임신에 성공했다는 결과를 듣고도 울고, 결국엔 그렇게 바라던 아기를 뱃속에 품고 있는 소중한 시간에도 이 기쁨이 언제 사라질지 모른다는 두려움에 신께 기도하며 또 울었습니다.

하지만 다행인 것은, 그렇게 울면서도 웃을 수 있는 마지막 빛 한 줄기를 스스로 찾아냈다는 것입니다. 그것은 공영방송에 혜성처럼 등장한 “팽수” 라는 캐릭터였습니다. 우는 와중에도 팽수 본방송, 재방송, 유튜브 방송까지 시청하고, 팽수 다이어리를 사고, 팽수 포스터를 방문에 붙였습니다. 그리고 가끔씩 그가 툭툭 던지는 응원의 말들에 큰 의미를 부여해가며 용기를 얻었습니다. 지금 생각해보면 조금 이상해 보이기도 하지만, 눈물을 툭툭 흘리면서 팽수가 나오는 프로그램을 시청하는 날도 많았습니다. 그만큼 팽수는 제게 남은 “마지막 긍정 한 줄기” 였습니다. 울다가도 “팽수 귀엽다! 팽수처럼 긍정이가 되어야지! 팽수 만나러 ebs 가야지!” 하면서, 또 웃었습니다. 어둡고 컴컴한 난임의 길을



헤쳐나온 저만의 방법이라 하기에는 너무나 볼 품 없고, 별 것 아닌 노하우인 것만 같아, 저 또한 '이걸 어디 가서 당당히 말해도 되는 건가?' 하는 의문이 드는 것도 사실입니다. 하지만 저의 이런 경험을 통해 "우리는 꼭! 웃을 일을 만들어서라도 해야 한다." 는 것을 이야기 하고 싶었습니다.

"즐거워서 웃는 게 아니라, 억지로라도 웃으면 우리의 뇌가 행복한 것으로 착각을 불러 일으킨다!"는 말을 우리는 믿어야 합니다. 정서적, 사회적으로 고립된 현실에 자존감을 상실한 채, 모든 걸 이대로 놓아버리고만 싶은 위태로운 감정! 긴 난임의 시간 동안 수도 없이 생각했지만, 그 누구에게도 털어놓을 수 없었던 그 감정! '정말 죽고 싶지 않은데, 죽어야만 이 모든 게 끝이 나겠구나!' 라는 생각에 한 번이라도 빠져 본 사람이라면, 더욱 더 웃을 일을 찾아 나서야만 합니다. 우리는 또 한번, 그렇게 우리를 살려야만 합니다. 그래야 미래의 내가 있고, 아기가 있고, 가족이 있을테니까요!

· 남 탯을 자꾸 하세요! 임신이 안 돼도 남 탯! 임신이 돼도 남 탯!

슬프게도 우리 난임인들에게는 "내 탯이오!" 라는 병이 있습니다. 난자 채취에 실패하는 것도 내가 나이가 많아서이고, 수정이 안 되는 것도 내가 가진 난자의 질이 나빠서이고, 유산이 되는 것도 내가 무언가를 잘못해서이고, 신랑이 우울해 하는 것도 내가 아기를 갖지 못해서이며, 부모님이 불행해 하시는 것도 내가 손주를 안겨드리지 못했기 때문이다 라는... 세상의 모든 부정적인 감정이 "못난 나" 로부터 시작된 것이라는 "근거 없는 자존감 상실의 병" 말이지요.

"하늘은 스스로 돕는 자를 돕는다!" 라는 멋진 진리의 말이 있습니다. 이것을 난임인들에게 비추어 본다면, 아기를 가지기 위해 인내하며 내댈었던 수많은 걸음걸음들이 얼마나 가치 있고, 위대한 모성이었는지를 금새 깨닫게 됩니다. 하지만 현실 속 수많은 난임인들은 이와는 반대로 "내 탯이오!" 라는 병에 스스로를 가두고, 불행할 수밖에 없는 하루하루를 버티며 살아갑니다. 이는, 태어나지도 않은 아기를 위해, 이미 태어난 나는 "혹사당하고, 상처투성이가 돼도 상관없다!"는 식의 [자기가학적인 논리] 가 투영된 것이라고 밖에 볼 수 없습니다. 이렇게나 노력하고 있는 나에게, 이렇게나 애쓰고 있는 나에게, 우

리는 왜 이토록 잔인해져야만 합니까!

우리 난임인들을 바라보는 사회의 시선이 달라지기를 바라는 것처럼, 우리들 스스로의 마음가짐 또한 달라져야 합니다! 내 자신을 자랑스럽고, 당당히 여기며, 따뜻하게 바라봐 줄 수 있어야 합니다.

스스로에 대한 부정적인 감정에 사로잡힐 때에는 이렇게 되뇌어 보세요! 내가 임신이 안 되는 것은, 나를 스트레스 받게 하는 사람들 탓이고, 호르몬을 교란시키는 환경오염 탓이고, 나를 정서적으로 고립시킨 사회의 탓이며, 삼신할머니를 비롯한 신들의 탓이라고! 그리고 내가 임신이 된 것도, 질리도록 먹은 전복 탓이고, 실력 좋은 담당선생님 탓이고, 힘든 시간을 함께 해준 남편의 헌신 탓이며, 내가 삶을 포기할 수 없게 한 가족들 탓이라고! 이렇게 밋도 끝도 없이 "남 탯" 을 마음껏 해보는 겁니다. 이렇게 남 탯을 한다고 해서, 절대 몸 관리에 소홀하거나, 대충대충 생활해 나갈 우리들이 아님을 그 누구보다 우리는 잘 알고 있잖아요! 그러나 내 탯이 시작되는 순간, 한도 끝도 없는 죄책감과 초라함에 빠져드는 게, 또 우리임을너무나도 잘 알고 있습니다. 그러니, 이제부터 내 탯은 그 어디에도 없는 겁니다. 나는 그저 "나를 돕기 위해 최선을 다하는... 고마운 사람" 입니다!

끝으로, 저의 긍정의 빛 한 줄기였던 펍수가 전한, 따뜻한 위로의 메시지를 여러분들과 함께 나누고 싶습니다.

"내가 힘든데, 힘내라고 하면 힘이 납니까? 그러니 힘내라는 말보다 저는 사랑해~~ 라고 해주고 싶습니다!"

이 땅의 모든 난임인, 난임가족 여러분~~ 당신이 어떤 모습을 하고, 어떤 과정 속에 있든... 정말 사랑하고, 또 사랑합니다!

## 된다 된다 어느날 꼭 된다!!

입선-김00

안녕하세요 저는 결혼한지 이제 꼭 6년되는 임신 16주된 고령(42세)의 산모입니다. 2014년 10월에 결혼한 저희는 제가 대학강사로 재직하고 있어서 방학에 맞추어 출산을 하려고 결혼 후 6개월은 배란주기에 맞추어 피임을 해왔습니다. 그때는 다들 그렇듯이 시도 하면 바로 임신이 될 줄 알았습니다. 너무나도 자신있게 2-3번 시도하고 안되니 갑자기 마음이 조급해졌습니다. 36살에 1살 연하의 남편과 결혼한 저는 당연히 저에게 문제가 있는 걸로 생각되어 더 조바심이 난 듯 합니다.

2015년 4월부터 분당00산부인과에서 배란일을 맞추어 낳을 받기 시작했고, 약 2-3개월 후 산과 선생님은 난임 쪽으로 가보라고 연계를 해 주셨습니다. 이때까지만 해도 난임 병원 가서 시술하면 또 바로 임신이 될 줄 알았습니다. 몸에 좋다는 한약도 먹고 계속 배란일 맞춰 임신을 시도해 봤지만 아기는 오지 않았고 결국 인공수정을 하게 되었습니다. 두 번의 인공수정 시도에도 임신이 되지 않자 선생님께서 자궁 안에 있는 폴립을 제거해보자고 하셔서 폴립수술을 하였고, 조금 쉬어야 할 것 같아서 한방난임에 지원하였습니다. 3개월간 일산 00대 한방병원에서 한약과 침치료, 뜸을 하고 난임으로 유명하다는 양재 000 한의원에 가서 남편과 저의 한약을 3개월치 더 지어 먹었습니다. 6개월의 한방치료에도 전혀 아기는 오지 않았습니다.

결국 다시 난임병원으로 가서 시험관 시술을 받기로 결정하였습니다. 6개월간 한약도 먹고 했으니 이제는 몸이 좋아졌겠지 하고 첫 시험관을 아주 기대에 차서 하게 되었습니다. 시험관은 인공수정보다는 임신확률이 훨씬 높을 거야 하는 기대에도 난소기능저하였던 저는 난자가 많이 자라지 않았고 첫 시험관에는 7개를 채취하였지만 2개 수정, 그것도 배아 등급이 중급, 중하급으로 별로 좋지 않았습니다. 결국 2개를 이식하였지만 임신은 되지 않았습니다.

결국 인공2번, 시험관1번을 분당00에서 하고는 전원을 결심하고 서울 00병원으로 옮기게 되었습니다. 처음 만난 교수님은 너무도 무서웠습니다. 자궁 뒤에 근종이 자궁보다 큰 게 있는데 한약을 이렇게 오래 먹으면 어떻게 하나고 호통을 치셨고, 남편의 정상정자 수치가 2%였는데 그것마저 1%로 떨어지자 도대체 뭐하는 사람이냐고 화를 내셔서 눈물, 콧물 쏙 빼고 왔습니다.

두 번째 시험관 시도에서는 난자 5개 채취 후 2개 수정, 그것도 중급정도의 배아를 2개 이식하고 수치 0으로 종결하게 되었습니다. 그 시기 함께 근무했던 선생님들이 하나 둘씩 다 임신을 하기 시작했고 친구들을 만나도 육아이야기, 나만 소외되어있나 하는 우울감에 정신적으로 너무 힘들었습니다. 그 이후로는 3개월에 한번씩 쉬지 않고 시험관을 계속하게 되었고 세 번째 시도에서는 과배란 약을 썼음에도 불구하고 난자 1개 채취, 다행히 그것이 수정되어 1개 이식했지만 임신은 또 실패했습니다. 00병원 안에서 담당교수님을 바꾸고 반복착상실패 검사를 하고 자궁경을 하였습니다. 저의 문제는 혈전이 있다는 소견이 나왔고 아스피린을 처방해 주셨습니다. 나이가 들어가면서 난소기능이 너무 떨어져서 그런거고 남편은 점점 더 정상정자의 숫자가 떨어져 갔습니다. 바로 시험관을 다시 들어가려 했으나 주치의 선생님께서 장기간 연수에 들어가는 날벼락... 결국 어쩔 수 없이 교수님 소개로 수지 마리아의 00교수님께서 전원을 하게 되었습니다.

수지00에서 만난 교수님은 흔드레 매력이 있는 분이었습니다. 지금까지는 단기 시험관만 해보자 하셔서 했는데 잘 안 되었으니 장기로 해보자고 하셔서 4차는 장기로 시작하였습니다. 장기시험관하는 동안 휴가를 가게 되었는데 더운 나라로 가는 바람에 로렐린 주사를 냉장해야하는데 어찌 될지 몰라 보냉백과 얼음을 구하러 다니며 휴가가서도 계속 주사를 맞았습니다. 가장 오랜기간 주사를 맞고 시도한 시술임에도 또 1개가 채취되었고 이마저 수정조차 되지 않아 이식조차 할 수 없었습니다. 그 때는 마지막 정부지원이었어서 너무나도 상심했고 더 이상의 희망이 없는 것처럼 느껴졌습니다. 시험관 시작하고 불과 1년도 되지 않았는데 이제 수정도 되지 않다니.... 너무 좌절한 나머지 모든 걸 포기하고 싶었습니다. 인공포함 6번째 시술이었는데 수치가 나온적도 한번도 없고 자비로 하기에는 부담이 너무 되어서 그냥 다 내려놓고 싶었습니다. 주치의 교수님께서 한달간 프로그노바 먹고 다시 시작해 보자고 하셨고 그냥 다 포기하기엔 너무나도 아

쉬움이 남아서 한달 동안 약 먹고 다시 병원을 방문하였습니다.

그 동안에 난소 기능은 이미 0점대 훨씬 밑으로 더 떨어져 있었고 5차에는 저자극으로 해보자고 하셔서 처음에는 약을 먹고 그 다음에 주사를 맞았습니다. 다행히 저자극이 잘 맞았는지 처음으로 난자가 10개나 채취가 되었고, 6개 채취, 배아등급도 상급으로 나와서 3개를 신선으로 이식하고 5일 배양 1개가 냉동이 되었습니다. 이번에는 정말 가능성이 있겠다 생각하고 너무 기대에 찬 나머지 기다렸지만 이번에도 0점으로 실패.. 자비로 한 시험관이라 비용은 450만원 정도 들었고 이전에 실패했을 때 보다 더 큰 좌절로 다가왔습니다.

시험관 시작하고 1년 동안 5번의 시험관을 하는 동안 남은 것은 12킬로가 붙어난 살 뿐이었습니다. 하지만 이제는 오기가 생겨서 할 수 있는 만큼 계속 해보자 이런 생각이 들었고 때마침 아가야 보듬이 사업이 선정되어 또 다른 희망을 가지게 되었습니다. 두달 동안 열심히 하루에 만보씩 걷고 4킬로 정도 감량하고 다시 처음으로 냉동으로 5일 배양 1개를 이식했습니다. 하지만 이번에도 0점으로 실패..

시험관 시술 6차까지 내리 실패.. 저는 착상이 안 되는 몸인가 하며 무엇을 더 해야 하지 하고 다시 식단조절해가면서 시험관으로 찢 살을 빼기 시작했습니다. 그 사이 주변 사람들은 왜 입양은 생각하지 않느냐며 저를 다그쳤고 난임에 대한 스트레스는 점점 더 오기와 집착으로 이어지기 시작했습니다. 원래 아가야 보듬이 사업으로는 처음 다녔던 분당00병원으로 갔어야 했는데 수지 00 선생님께서 전원 했다 다시 오겠다고 말씀드렸더니 너무 감사하게도 본인이 해 주실 수 있다며 한국난임가족연합회에 직접 연락해 주셔서 협약을 맺고 수지00에서 처음으로 아가야 보듬이 혜택을 받게 되었습니다. 이번에는 6개월간 하루도 빠짐없이 만보를 걷고 음식도 조절하고 다시 12킬로를 감량하고 시험관을 시작했습니다. 다시 시작된 시험관 7차는 2-3주 프로그노바를 복용하고 저자극으로 시작하였는데 이번에는 저번 차수와 같은 반짝 행운은 없었고 간신히 1개 채취하여 1개 이식했습니다. 하지만 이번에도 변함없이 실패..

정말 어디까지 떨어져야 할지 감이 잡히지 않았습니다. 아가야 보듬이도 실패하고 때마

침 국회에서 열린 난임지원토론회에 참석하였고 이후 추가 3회 50%로 지원이 확정되어서 딱 3번만 더해서 10번만 채우자 하는 마음으로 포기할 수가 없었습니다.

다시 지원 받고 시작한 시험관 8차.. 하지만 이번에도 1개 채취되었는데 그마저도 분열이 느려서 이식을 해도 기대할 수 없는 배아를 이식하고 기다렸지만 역시 큰 이번은 없었습니다.

채취되는 개수가 너무 적어서 신선이식보다는 모아서 하고 싶다는 생각을 했었고 서울 00병원에서 주치의 변경하고 한번도 시술은 못 해봤던 교수님이 생각나서 무언가 다른 처방을 해 주실까 하고 또 다시 00병원으로 전원을 하게 되었습니다. 이제 또 남은 정부 지원의 기회는 2번뿐이라서 뭔가 다른 처방을 해 주실 수 있다는 기대로 서울 00병원의 교수님에게 가보았습니다. 약 1년 3개월 만에 다시 뵈 교수님은 따뜻하게 맞이해주셨고 지금까지의 이력을 보시더니 모아서 냉동 이식하는게 낫겠다고 하셔서 그러겠다고 하고 난자를 모으기 시작했습니다. 9차, 10차 두 달 연속 채취로 간신히 3일 배양 3개의 상급 배아를 모아서 냉동시키고 한달간 다시 몸 만들고 이식하자 하고 냉동 2차 (시험관 11차) 이식 했지만 또 실패.. 이렇게 남은 정부지원도 다 써버리고 말았습니다.

신선이식은 한달 안에 모든 게 끝나서 힘들었지만 그래도 다시 금방 털고 시작해야지 했는데 냉동으로 모아서 하는 건 4-5개월의 시간이 걸렸는데도 실패하자 너무나 힘들었습니다. 이제 정말 그만해야하나 했다가도 포기를 할 수가 없었고 10차를 넘어가자 횡수를 세는 것도 헛갈리기 시작했습니다. 남은 건 카드 할부금.. 10번 넘게 해도 안되니 포기해야지 하다가도 그냥 포기하기엔 너무나 억울하다는 생각이 들었습니다. 점점 나이는 들어가고 시간이 금이다라는 생각이 들어서 한달만 쉬고 다시 달려간 차병원..

또다시 채취를 했지만 1개 채취되고 이번에도 수정조차 되지 않았습니다. 이제는 포기보다는 약에 더 받쳐서 생리가 끝나는 순간까지는 계속 해야겠다는 독기만 남았고 이번에는 무얼 또 하지 생각하다가 유명하다는 난임한의원에 갔습니다.

거기서 온궁치료도 받고 근중 때문에 한약은 먹지 않았지만 꾸준히 침과 뜸 치료를 받았습니다.

다시 시작된 난자 채취..

이번에는 3일 배양보다는 5일까지 키워보자고 하셨고 다행히 3개 채취, 2개가 5일 배양 되어 냉동시켰습니다. 그 당시 시댁에 일이 계속 생겨서 엄청나게 스트레스 받고 마음의 우울감이 지금까지 중에 최고조에 달했습니다. 결혼 후 6년 가까이 난임 스트레스도 스트레스였지만, 시댁에 대한 스트레스 때문에 더 아기가 생기지 않는다고 생각했었는데 이 혼인관계를 계속 유지해야하나 하는 큰 고민에 빠졌습니다. 남편과 둘의 사이에는 별 다른 문제는 없었는데 난임이라는 부분이 저의 자존감을 바닥으로 내려앉게 만들었고, 시댁문제는 남편과 제 사이를 점점 멀어지게 만들었습니다.

정말 이번이 마지막이다 라는 마음으로 또다시 냉동이식을 준비했고 횡수로는 시험관 14차, 총 신선 11차, 냉동3차였습니다.

지금까지 9번의 이식에도 별다른 임신 증상은 없었고 수치를 본적이 한번도 없었기에 이번에도 큰 기대를 하진 않았지만 사람 마음이 이렇게 많이 실패를 해도 아픈 상처를 점점 더 건드리는 것처럼 아파왔습니다. 처음으로 눈사람 모양의 배아 한개와 포배기 배아를 이식하고 기다렸지만 이번에도 아무런 증상이 없었습니다. 피검하러 가기 하루 전 부터 보이는 갈색피.. 거의 포기하는 마음으로 매도 먼저 맞자 하고 해본 임신테스트기.. 매번 한줄만 봤던 저는 잘못 본 줄 알고 다시 눈을 동그랗게 뜨게 되었습니다. 처음으로 본 두줄... 혹시 불량일까봐 다른 임테기를 또 해봐도 금방 두줄이 눈에 들어왔습니다. 갑자기 쏟아지는 눈물을 주체할 수 없었습니다. 매번 포기 하고 싶을 때마다 주치의 교수님께서서는 그러다 어느날 된다고 항상 쿨하게 말씀해주셔서 든든한 힘이 되었습니다.

첫 피검 수치는 440 혹시 다태아가 임신되었을까 하고 또 한번 기대에 부풀었지만 임신 5주차 확인한 결과 아기집은 하나였고 계속되는 출혈이 있었음에도 불구하고 아가는 안정적인 심장소리를 들려주었습니다. 8주차까지는 피고임이 계속 있어서 불안한 마음으로 계속 누워있었지만 지금까지 아주 잘 자라고 있습니다.노산에 불안함도 가득했는데 1, 2차 기형아 검사도 무사히 통과하고 지금 17주차가 되었습니다.

이 수기를 적으면서 지난 날을 돌아보니 지난 6년간의 시간이 어두운 터널과 같았습니다. 언제 여기서 벗어날 수 있을까? **항상 잠들면서 아침에 깨어나지 않았음 좋겠다는 생각을 수도 없이 반복했고, 인생에서 아무리 노력해도 되지 않는게 있구나 하면서 나 자신을 더 내려놓게 되었습니다.**

종교가 있었지만 하나님을 수없이 많이 원망했고 주변의 친구들과도 점점 거리를 두기 시작했으며 친정엄마하고도 난임 이야기가 나올 때 마다 짜증섞인 목소리로 투덜 되기 일 수 있습니다. 00에 가서 난임 우울증 치료도 받았었고 좋다는 한의원, 먹으면 임신할 수 있다는 음식, 이곳저곳 난임병원을 전전하며 나 자신의 삶을 즐기지 못하고 임신에 뭇 매고 있었습니다. 항상 생리가 시작되면 좌절감에 2주를 보냈고 다시 배란이 시작되면 임신이 되었을까 초조해하며 2주를 보냈습니다.

**내 인생에서 내 삶은 없고 임신에만 집착하는 모습을 보이면서 지나가는 산모만 봐도 눈물이 나고 텔레비전에서 아이들이 나오는 프로그램이나 임신부가 나오는 장면은 보지도 못했습니다.**

연예인의 임신소식이나 친구들의 임신소식에도 나를 점점 더 비하하며 점점 더 나락으로 나를 빠뜨리고 있었습니다. 절대 안 될 것 같은 임신이... 어느날 정말 교수님 말처럼 되었을 때... 그 간의 상심과 우울감이 눈 녹듯이 녹아내렸고, 매일매일 감사하는 삶이 되었습니다. 그간의 해왔던 노력들이 출산까지 무사히 이루어지길 기도하며, 세상의 모든 난임부부들이 끝까지 포기하지 않고 저처럼 꼭 성공하기를 간절히 기도합니다.



# • 아가야

## Activity

| 2020년 주요활동 |

아가야 프로그래밍 지원사업 .....	90
힐링캠프 .....	92
아가야 보듬이 지원사업 .....	96
난임 한방 지원사업 .....	97

## ■ 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

63명 모임참석(1월~10월)

### 2. 미세영양소 지원사업

#### ♥ 추진배경

- 체외수정시술 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 9개 제공
- 연간 여성용 미세영양소 1개월분 41개 제공
- 연간 엽산제 3개월분 159개 제공

### 3. 임신·배란테스트기 지원사업

#### ♥ 추진배경

- 체외수정시술 전 준비과정에서 자연주기 임신을 시도하도록 유도
- 체외수정시술 중 배란 및 임신 체크에 도움을 줌

#### ♥ 추진내용

- 난임부부 임신·배란테스트기 제공
- 연간 임신테스트기 3개월분 104개 제공

### 4. 여성위생용품(면생리대) 지원사업

#### ♥ 추진배경

- 여성이 신체적, 정신적 큰 변화를 겪는 임신, 출산 시기에 환경호르몬과 유해환경으로부터 여성의 건강을 보호하고자 함.

#### ♥ 추진내용

- 여성에게 여성위생용품(면생리대) 1세트 50개 제공

# 2020년 One Day 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

- 난임은 여성만의 문제가 아닌 부부가 함께 극복해야 하는 문제라는 인식을 부부가 공유하는 소통의 장을 만들어 줌.
- 난임상담가와 난임전문의 강의를 통해 올바르고 적절한 정보 제공으로 난임부부가 합리적인 임신 및 출산 계획을 세울 수 있음.
- 보조생식술 실패로 인한 두려움과 공포를 전문적인 상담, 힐링 프로그램, 동료 멘토링을 통해 난임부부에게 희망과 용기를 주어 임신을 위한 새로운 도전을 할 수 있음.

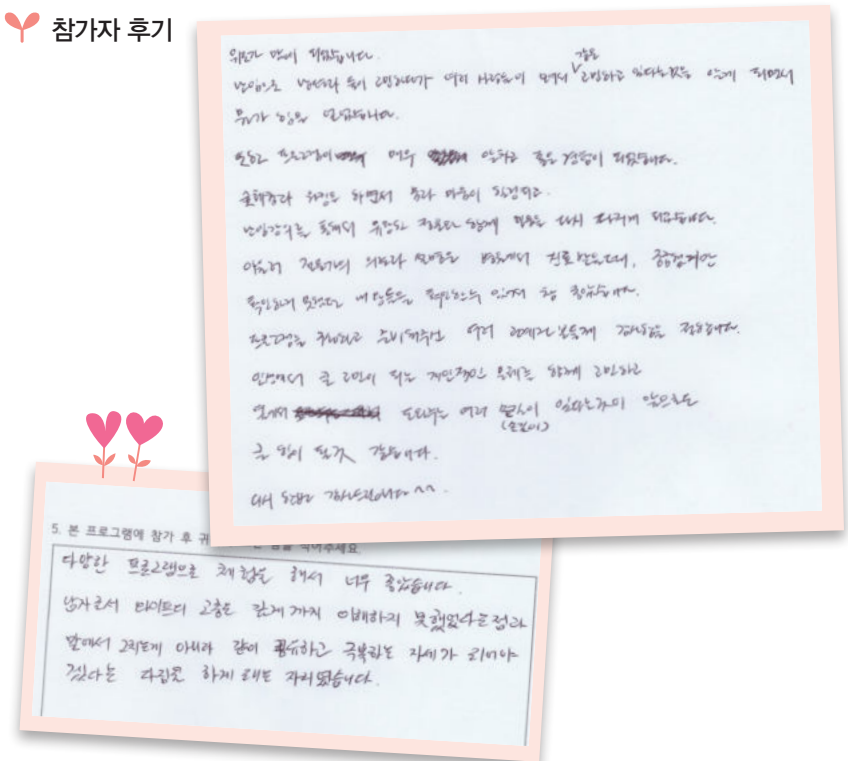
## 대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 전국 난임가족
- 모집방법 : 현재 난임을 겪고 있는 난임가족은 누구나 신청 가능
- 선정기준 : 선착순 우선 원칙 및 난임부부참여자 우대
  - 대상 수 : 80명
  - 장 소 : 힐리언스 선마을
- 행사일정

구분	월	모집기간	일정	장소
1차	5월	2020.04.01 ~ 05.22	2020년 05월 23일 (토)	취소
2차	7월	2020.06.01 ~ 07.03	2020년 07월 04일 (토)	
3차	10월	2020.09.01 ~ 10.16	2020년 10월 17일 (토)	



## 참가자 후기





본 프로그램에 참가 후 귀하가 느낀 점을 적어주세요.

너무 좋은 곳에서 함께 좋은 저녁 분위기 나눠 주셔서 정말로  
 감사 너무 유익한 것 같았습니다.  
 두번에라도 꼭 임팩트 크기가 될 수 있는 성명께 감사드립니다.

본 프로그램에 참가 후 귀하가 느낀 점을 적어주세요.

1일 프로그램 이어서 별과 가예 열려 있습니다.  
 김명준으로부터 인이까지 전하게 이루어졌습니다.  
 양인 프로그램으로 매우 만족스러웠고  
 '주인' "그누너" 전문지도 매우  
 좋습니다  
 리온 테너 에 대한 ~~말씀~~ 가지이 안이온나타고  
 매우 긍정적으로 너무 재미있게 진행해  
 주시길 함께 보정해 주셔서 너무 감사했습니다  
 여러 준비 해주신 [남가연] 형님이  
 다시 한번 감사드립니다



5. 본 프로그램에 참가 후 귀하가 느낀 점을 적어주세요.

신라 술 체험 Program 모두 좋았습니다. ~~어떤~~ 차이를  
 느낄 수 있습니다.  
 해교로 보충도 내용도 좋게 받을 수 있는  
 시간이 있다면 좋겠습니다.  
 많은 관심과 참여 부탁드립니다.  
 순이연과가 정말 수 많은습니다.



너무 양한 프로그램이었고 원장이 믿어주셨습니다  
 특히 남편은 난해 대해 이리가 좋게 견제해서 더 도움 많이받은  
 감사드립니다.



똥.똥.꼭!  
 항상 마음복은 ~~이~~ 생각하던 단이입니다.  
 오늘 프로그램은 남편과 참여 하였는데 신상이 남편에  
 대하여 프로그램도 많은 도움을 주셨지만 재학생연  
 학생에서 유독 더 많은 도움을 받았습니다.  
 한강과도 즐거운 시간 보내고 갑니다.  
 항상 감사드립니다.



프로그램 스케줄이 알차고. 술제형 활동. 테라피를  
 하면서 힐링이 되었습니다.  
 회장님-1 교육하신 내용 정말 사랑과 마음이 담긴 것 같고  
 실천해볼것입니다.  
 술주변 각상우 과장님도 질응답이 심심해서  
 답변해 주시고 여러가지 정보를 받을 수  
 있어서 도움이 너무 되었습니다



5. 본 프로그램에 참가 후 귀하가 느낀 점을 적어주세요.

비슷한 시간에 여러 있는 몸들과 같은 공간 같은시간을  
 공유할 수 있는 기회가 제에게 도움이 되고 유익가 되는  
 계기가 되었던 것 같습니다.  
 프리랜서 준비는 무뎀 ~~신하~~추신 나가면 값값과 여러문  
 감사하리 감사드립니다.



## (사)한국난임가족연합회 공익사업 아가야 보듬이 지원사업

### 추진배경

- (사)한국난임가족연합회에서는 아이소망 난임가정에 체외수정기술비를 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 체외수정기술의 기회를 공익지원 함
  - 사회공헌 업무 협약을 체결(난임전문병원9, 기업3, 2008년)
- 사회적 약자를 지원하는 모범적인 의료봉사 네트워크 구축
  - 현재 전국지역 25곳의 우수병원 협약
  - 연간 연100쌍 체외수정기술 지원하고 있음(난임전문병원25, 기업3, 2020년)

### 성과

- 사업명 : 아가야 보듬이 지원사업(체외수정기술비 지원사업) : 지속사업
- 지원사업 결과(기간 : 2008년 4분기 ~ 2020년 3분기)
  - 지원수혜자 : 820명 || 임신성공자 : 149명

#### ▶ 파급효과

- 공익사업을 통한 아름다운 사회공헌의 실천
- 난임가족 氣살리기 생명사랑 기여

### 참여병원



두메향기는 (사)한국난임가족연합회 지정 연수원입니다.

## 난임한방 지원사업

### 추진배경

- 체외수정기술 전 난소기능강화를 위한 한방지원 치료를 통해 안전한 임신을 기대함

### 추진내용

- 선정대상 : 난임가족
  - 연령 및 소득 제한없음(아이소망 난임가족 누구나)
- 지원내용 : 체외수정기술 전 난소기능강화 한약 및 침, 뜸, 좌훈 등 2개월 지원

### 성과

6명 (1월 ~ 10월)

### 참여 한의원

SHE'S 난임해결 슈즈한의원 강남점, 신촌점

수한의원

경희보듬이한의원 여성건강 지킴이



# 혼자고민하지 마세요! 걱정하지 마세요!

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

## 난임교육센터

난임가정 DD맘을 돕기 위한 정서적 지원입니다.

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



## 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

- 시술 실패시 어떻게 해야 하나요?
- 시술 진행시 어떻게 해야 하나요?
- 난임병원 처음 방문하는데 두려워요?

### ♥ 식습관 교정

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

### ♥ 같이 대안을 찾아봐요

- \* 동료 멘토링
- \* 소규모 자조모임
- \* 대안가족찾기 등

### ♥ 감정(마음)코칭

- 대처·대응방법 (가족, 친지, 친구, 동료, 주변, 자기자신 등)
- 감정조절 훈련법 지도
- 명상 등

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



# • 아가야

Travel

| 아가야 여행정보 |

지리산 둘레길 ..... 102

## 지리산 둘레길

대한민국 최초의 국립공원이자 최대의 국립공원으로 지리산 곳곳에 걸쳐있는 옛길, 고갯길, 숲길, 강변길, 논둑길, 농로길, 마을길 등을 환(環)형으로 연결한 길

3개도(전북, 전남, 경남), 5개시군(남원, 구례, 하동, 산청, 함양), 21개 읍면, 120여개 마을을 잇는 295km의 장거리 도보길

10월의 가을. 참 걷기 좋은 날들의 연속이다.

연초부터 시작된 코로나19 때문인지, 덕분인지... 새파랗고 깨끗한 하늘을 매일같이 보고 느낄 수 있는 요즘, 날씨 참 좋다고 모두가 입을 모아 말한다. 유난히 짝딱하고 견디기 힘든 한 해를 보내고 있지만, 계절은 무럭무럭 살찌우며 제 갈 길을 가고 있다.

단체에서는 5년동안 1박2일 힐링캠프가 연 2회 이상씩 성황리에 잘 마무리 되었는데, 올해는 코로나19의 영향으로 고민이 많았다. 무엇보다 난임으로 받은 상처를 어떻게 치유할 수 있을지가 큰 이슈였다.

그래서 1박2일 대신 one day 힐링캠프를 진행하였다. 1박 2일동안의 프로그램을 하루, 꼬박 8시간에 다 났다보니 빠듯한 일정이지만 모두가 긍정적인 소감을 적어주셨다. 프로그램을 진행하는 입장에서 매우 고맙고 뿌듯한 순간이다. 그러나, 참여하셨던 분들이 집에 돌아가고 나면 캠프에서 보여준 마음을 얼마나 유지할 수 있을지 항상 궁금했었다. 올해 초부터 본격적으로 시작한 워킹캠프 프로그램은 이러한 마음을 8주동안 잘 유지할 수 있게 고안된 국내 최초의 난임 극복 프로그램이다. 수차례의 시험관을 시도하신 분들이 대부분인데, 신기하게도 8주간의 프로그램을 통해 자연임신의 결과를 보여주기도 하였다. 난임이라고 시험관하러 병원가면 다 해결이 될 줄 알았는데 실제로는 그렇지 않은걸 주변에서 체감하고 있으니, 참으로 인체는 신비롭다는 말 밖에 할 말이 없다.

난임이라는 단어 하나가 주는 깊은 생채기는 문득문득 마음을 요동치게 만들고, 안전하게 출산을 할 때까지는 감내해야 할 업으로 여겨지고 있다. 올해는 유난히도 힘든 한해

였다. 바이러스가 사람을 이길 수도 있겠다는 막연한 불안함에 휘감겼던 시기도 있었다.

시험관을 시작하면, 하루가 멀다하고 여러번 가야하는 난임클리닉은 다른 병원들보다도 감염관리에 신경이 쓰이고 예민해진 방문자들은 서로 눈치보기 바쁘다. 생리가 시작되고 나면 병원가기 급급하고, (짧게는)보름간의 사투를 하다보면 꼭 다음번은 마음의 안정을 찾은 후 시작하고 싶은 마음이 굴뚝같다.

신다는 것이 얼마나 중요한지, 이번 코로나를 겪으며 많은 사람들이 느꼈을 것이다. 그래서 이번에는 지리산 둘레길에 대한 정보를 찾아봤다.

지리산둘레길은 도보여행의 둘레길 지원지이다. 고개를 넘고 숲길을 지나 마을과 마을을 이어가며 지리산을 순례한다. 등산객에게는 국내의 유명산을 종주하는게 로망이라면, 쉬엄쉬엄 걸어가는 도보여행자에게는 지리산둘레길 완주가 상징성과 만족도, 성취감에서 최고이지 않을까?

# 지리산 둘레길 구간 정보

위치: 3개도(전북, 전남, 경남), 5개시군(남원, 구례, 하동, 산청, 함양), 21개 읍면, 120여개 마을을 연결

구성: 21개 구간



※ 구간별 자세한 정보와 지도는 공식 홈페이지 이용  
<http://jirisantrail.kr/>

구간명	거리	소요시간	난이도
주천-운봉	14.7km	6시간	주천 - 운봉 : 중 운봉 - 주천 : 하
운봉-인월	9.9km	4시간	운봉 - 인월 : 하 인월 - 운봉 : 하
인월-금계	20.5km	8시간	인월 - 금계 : 상 금계 - 인월 : 상
금계-동강	11km/ 12.7km(벽송사경유)	4시간/ 5시간(벽송사경유)	금계 - 동강 : 중 동강 - 금계 : 중
동강-수철	12.1km	5시간	동강 - 수철 : 중 수철 - 동강 : 중
수철-성심원	12km / 15.9km (선녀탕 경유)	4시간/ 6시간(선녀탕경유)	수철 - 성심원 : 하 성심원 - 수철 : 중
성심원-어천-운리	13.4km/ 7.3km(순환)	5시간/ 3시간(순환)	성심원 - 운리 : 상 운리 - 성심원 : 상
운리-덕산	13.9km	5시간 30분	운리 - 덕산 : 상 덕산 - 운리 : 상
덕산-위태	9.7km	4시간	덕산 - 위태 : 중 위태 - 덕산 : 중
위태-하동호	11.5km	5시간	위태 - 하동호 : 상 하동호 - 위태 : 상
하동호-삼화실	9.4km	4시간	하동호 - 삼화실 : 하 삼화실 - 하동호 : 하
삼화실-대축	16.7km	7시간	삼화실 - 대축 : 상 대축 - 삼화실 : 상
하동읍-서당	7km	2시간 30분	하동읍 - 서당 : 중 서당 - 하동읍 : 하
대축-원부춘	8.5km/ 순환로 경유 10.2km	6시간	대축 - 원부춘 : 상 원부춘 - 대축 : 중
원부춘-가탄	11.4km	6시간	원부춘 - 가탄 : 상 가탄 - 원부춘 : 상
가탄-송정	10.6km	6시간	가탄 - 송정 : 상 송정 - 가탄 : 상
송정-오미	10.4km	5~6시간	송정 - 오미 : 상 오미 - 송정 : 중
오미-난동	18.9km	7시간	오미 - 난동 : 하 난동 - 오미 : 하
오미-방광	12.3km	5시간	오미 - 방광 : 중 방광 - 오미 : 중
방광-산동	13km	5시간 30분	방광 - 산동 : 중 산동 - 방광 : 중
산동-주천	15.9km	7시간	산동 - 주천 : 중 주천 - 산동 : 상

# 지리산 둘레길 안내센터

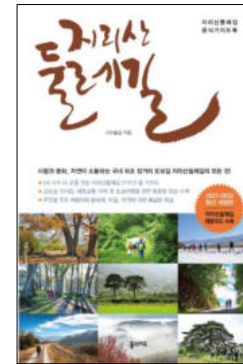
구간지도 및 지역정보 제공, 체험프로그램 소개와 다양한 주제의 전시를 진행

이용시간 : 9:30 ~ 18:00(점심시간: 12:30 ~ 13:30)

휴관 : 매주 월요일

구간명	거리	소요시간	난이도
남원인월센터	063-635-0850	063-626-0850	전라북도 남원시 인월면 인월2길95 (55715)
남원주천센터	063-930-0800		전북 남원시 주천면 외평 2길 5(55802)
구례센터	061-781-0850	061-781-0851	전라남도 구례군 구례읍 서시천로 90-11 (57635)
하동센터	055-884-0854	055-884-0859	경상남도 하동군 하동읍 중앙로 52-4 (52326)
하동삼화실안내소	055-883-0858		경상남도 하동군 적량면 동촌길 21-2 (52320)
산청성심원센터	055-974-0898	055-974-0899	경상남도 산청군 산청읍 산청대로1381번길 17 (성심원) (52227)
산청중태안내소	055-973-9850	055-973-9851	경상남도 산청군 시천면 송하중태길 280 (52240)
함양센터	055-964-8200		경상남도 함양군 마천면 금계길 5 (50056)
사단법인 숲길	055-884-0850	055-884-0859	경상남도 하동군 하동읍 중앙로 52-4 (52326)

# 공식가이드북



제목: 지리산 둘레길 2021 ~ 2022

저자: (사)숲길

출판사: 꿈의 지도

## 장시간 걷기를 위한 Tip

1. 장거리 걷기에는 배낭 무게를 줄여야 한다.
2. 하루 세끼 주식은 탄수화물 위주, 간식은 에너지로 바로 쓰일 수 있는 초콜릿과 같은 단당류를 준비한다.
3. 휴가철, 휴일, 휴가 시즌에는 숙박을 미리 예약한다.
4. 걷기 중 어깨와 허리 통증, 무릎과 발목 관절 통증을 방지하기 위해 스트레칭을 미리한다.

\*(사)한국난임가족연합회는 걷기 자조모임을 지원합니다.



# • 사가야

Food

| 난임 극복에 도움이 되는 음식 레시피 |

건강프로젝트 ..... 110

# 건강 프로젝트

- 난임 예방을 위한 맛있는 건강 레시피 -

릴리룩연구소 장은숙 소장

사랑하는 남편과 나를 반반 닮은 사랑스런 아이. 어느 날 어느 때 라고는 단정 지을 수 없지만 몸과 마음이 허락하는 한 아이는 꼭 만나게 될 것입니다. 조급하거나 불안한 마음보다는 10달 동안 아이가 자라게 될 엄마의 몸과 자궁을 풍요롭고 튼튼하게 준비할 때라고 생각해 보면 어떨까요? 자궁(子宮)은 10달 동안 태아가 자라는 집이자, 엄마가 먹는 건강한 음식으로 몸이 만들어 지고 부모의 마음가짐을 그대로 배우는 곳이기 때문에 아이를 갖기 전부터 준비해야 할 것은 건강한 자궁을 만드는 것입니다. 자궁에 좋은 음식들과 건강한 식생활로 준비된 좋은 때에 건강한 아기를 꼭 만나시기를 바랍니다.

## #파인 파워 보울

파인애플 속에 브로멜라인이라는 효소가 풍부하게 들어 있어 자궁 염증을 완화시켜주며 항염 작용이 뛰어나 자궁의 건강을 지켜줍니다. 또한 풍부한 섬유질로 소화를 촉진시켜 소화가 잘 되도록 도와줍니다.

### 🍷 재료

[재료] 바나나 1/2개, 파인애플 1/2컵, 코코넛 밀크 1컵, 레몬즙 1작은술, 스피룰리나 분말 1작은술

[토픽] 건조한 복분자, 블루베리, 코코넛 플레이크

### 🗣️ 만드는 법

1. 바나나와 파인애플을 작게 잘라주세요.
2. 고속 블렌더에 모든 재료를 넣고 잘 섞이도록 갈아주세요.
3. 그릇에 담고 토픽용 재료를 올립니다.



## #브로콜리 꼬치 샐러드

자궁 내막을 튼튼하게 하고 원활한 배변 활동으로 체내 신진 대사를 증진하고 노폐물을 빠르게 배출시키는데 도움이 되는 초록 채소들로 브로콜리, 양배추, 시금치, 케일 등이 있습니다. 임신을 준비하는 동안 녹색 채소들과 친해지는 것이 좋으며 (엽산보충) 견과류를 챙겨먹고 (비타민 E) 인스턴트 음식을 멀리하고 하루 30분씩 걷기 등 유산소 운동과 편안한 마음과 편안한 수면이 큰 도움이 됩니다.

### 🍷 재료

[재료] 표고버섯 2개, 파프리카 1개, 브로콜리 1송이, 파인애플 슬라이스 2개

[소스] 데리야키 소스, 검은깨

### 🗣️ 만드는 법

1. 표고버섯은 얇게 잘라 주고, 브로콜리는 줄기를 제거 후 송이 부분만 사용하고, 파프리카는 꼭지와 씨앗을 제거 후 파인애플과 함께 3cm 직사각형 모양으로 썰어주세요. 2. 1을 타르트 틀에 단단하게 눌러 크러스트를 만들어 보세요.
2. 손질한 재료들을 버섯-브로콜리-파인애플-파프리카 순으로 꼬지에 끼우고 데리야키 소스를 발라준 후 프라이팬에 약한 불로 구워주세요. 4. 토픽용 재료를 올리고 냉동실에 3~4 시간 정도 굳힌 후 드세요.
3. 완성된 꼬지에 한 번 더 소스를 바른 후 검은깨를 뿌려 줍니다.





## #비트 스무디

비트는 자궁의 혈액 흐름을 도와주어 배아의 착상 확률을 높여줄 뿐만 아니라, 노화로 인한 난임을 극복하는 데 도움을 줍니다. 토마토의 8배에 달하는 항산화 작용을 하며, 베타인이라는 색소가 포함되어 있어 세포 손상을 억제하며 철분이 많아 빈혈이 있는 분 또는 남성의 정자수를 증가시키는 효과가 있습니다.

비트를 그냥 먹기는 힘들 수 있으니 즙이나 바나나 등 취향에 맞는 다양한 과일과 함께 스무디로 만들어 부부가 함께 드시기를 추천 드립니다.

### 🍴 재료

키위 1개, 비트 1/4컵, 냉동 딸기 1컵, 레몬 1큰술, 물 1컵

### 👩‍🍳 만드는 법

1. 모든 재료를 손질한 후 고속 블렌더를 사용하여 갈아주세요.





# • 아기가야

Sponsor

| 후원자 |

후원 참여 방법 ..... 116

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. 한소공 1박2일 힐링캠프 지원사업을 위해 셋째. 아가야 프로그래너시 지원사업 위해 넷째. 난임교육 및 상담센터 운영을 위해 다섯째. 아가야보듬이(한방)지원사업을 위해 여섯째. 난임인식개선 캠페인을 위해 일곱째. 전국자조모임 지원사업을 위해 여덟째. 8주헬스 통합관리 지원사업을 위해 아홉째. 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

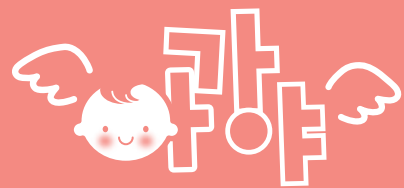
※ 한국난임가족연합회는 기획재정부에 등록된 기부금지정 단체입니다.

정기후원 단체/기업



정기후원 개인 나눔을 함께 해주셔서 진심으로 감사드립니다.

- 강미숙 강옥경 강옥순 강은미 강은영 강혜림, 강희영, 고경준 고인애, 고정분 고혜원, 광미자, 객은정 구미숙 권송희 권순빈 권용대 금정혜 길은주 김경인,김경환 김경희 김근영 김남수 김남의 김대기 김동국 김동우 김레아 김명희 김명희 김미나, 김미연 김미정 김민수 김민희 김범규 김병환 김보민 김상열 김서현 김석률 김선기 김선미 김선연 김선정 김성남 김성미 김성훈 김세경 김세영 김수진 김신애 김연경 김영선 김연희 김연희 김영 김명 김명득 김영미 김영선 김영숙 김영희 김옥현 김외옥 김용귀 김용훈 김유진 김윤식 김은경 김은민 김은신 김은주 김재천 김점수 김정미 김정수 김정숙 김정애 김정우 김정은 김정희 김종대 김종만 김종석 김주연 김주희 김지수 김창구 김천봉 김태연 김해자 김현진 김협 김형준 김형기 김혜정 김혜진 김호경 김홍래 김화선 김환 김효선 남궁정식 남규태 남지애 남희선 노영주 노지영 류원재 류희조 명혜정 문미란 문선아 문성대 문인숙 문인희 문정현 문화숙 민병엽 민은영 박건선 박경애 박근배 박나원 박미연 박미향 박미혜 박병무 박상미 박선희 박성진 박세나 박세란 박수경 박순영 박승배 박시용 박시현 박영란 박영주 박은숙 박은주 박은희 박재홍 박점자 박정옥 박주영 박준이 박지수 박지영 박지훈 박지희 박진 박진석 박춘선 박하균 박현자 박현진 박홍식 박희경 박희숙 방정호 배동일 배성욱 배시연 배정순 백경미 백상열 백은정 백정임 비셋알렉산더 서수형 서자봉 서정숙 손미경 손서연 손은영 손자경 손지영 송봉석 송은아 송은정 송주영 송준호 송지민 송현주 신미란 신상희 신순옥 신정섭 신정일 심민선 심수미 심정수 심효연 심효진 안경수 안병현 안성주 안영선 안은미 안정은 안정은 양경아 양선경 양승일 양혜순 양희석 엄미향 엄진영 여현경 예병완 오미경 오옥순 오은애 오정민 오현주 우원실 유기은 유미영 유상우 유선영 유선희 유숙경 유순이 유정민 유지숙 유지영 유진선 유진열 유진열 유춘화 유태영 유화진 유희선 유수영 유승현 윤언진 윤영삼 윤정호 윤종훈 이현주 이건욱 이경은 이경희 이금숙 이나경 이명 이명희 이미은 이병선 이서영 이선화 이소연 이소영 이수진 이승미 이승백 이승환 이승희 이예진 이용환 이우화 이운영 이원정 이윤경 이윤희 이은비 이은자 이인실 이재광 이재성 이재은 이재환 이재훈 이정미 이정수 이정아 이정애 이정옥 이주혁 이주혜 이지연 이지영 이지영 이지형 이지혜 이태원 이현아 이현정 이해란 이흥주 일로시스템 임미숙 임복희 임은경 임은주 임은혜 임혜신 장미라 장미화 장서연 장선화 장수아 장영윤 장완주 장은영 장은영 장현정 장혜선 장효진 전보현 전승윤 전인호 전종원 전총섭 전현주 정경미 정경술 정미정 정상환 정석구 정세희 정유미 정유정 정윤아 정은경 정은병 정재홍 정주화 정태조 정진영 조경애 조미선 조성삼 조수연 조영애 조영환 조은주 조인주 조인화 조지수 조팽연 조현 조현미 조혜정 조혜진 주은주 주진경 지성희 진현숙 차은정 차지연 천미화 최경숙 최대환 최미진 최상우 최승용 최영미 최은식 최유진 최재선 최정화 최창기 최현숙 최현진 최혜선 추정희 하은주 하희정 한광민 한미정 한성호 한우정 한현근 허국화 허미숙 허미정 허재혁 현재희 홍성규 홍원준 홍윤미 홍은주 홍재희 홍정현 황선영 황영경 황영희 황원영 황혜정 비공개 후원자 등



난가연은 난임가족 여러분을 응원합니다.



1947

# NEW YORK

Unlock the power of Nature from within



1947년 뉴욕 맨해튼에서 탄생한  
프리미엄 비타민 솔가



## 한의학이 희망입니다. 한의 난임(難妊) 클/리/닉

난임치료에서 가장 중요한 것은  
부부의 서로 사랑하는 마음입니다.



한의 난임클리닉은 임신을 방해하는  
근본원인을 파악하여 생명의 근본인  
자궁 및 생식기 본연의 활력을  
강화해주는 치료를 통하여 부작용 없이  
난임의 문제를 해결합니다.

※ 서울특별시한의사회는  
2020 서울시 한의약 난임치료 지원사업을  
시행하고 있습니다. (문의: 02-960-0811)



과연 행복, 걱정, 걱정, 걱정

# 몸과 마음도 쉬어야 해요~

부부의 몸과 마음을 건강하고 편안하게 만드는 것이 난임 개선의 첫 단계라고 합니다. 힐리언스 선마을에서의 건강한 4대 습관을 통해 면역력을 강화하고 몸과 마음의 변화를 느껴보세요.

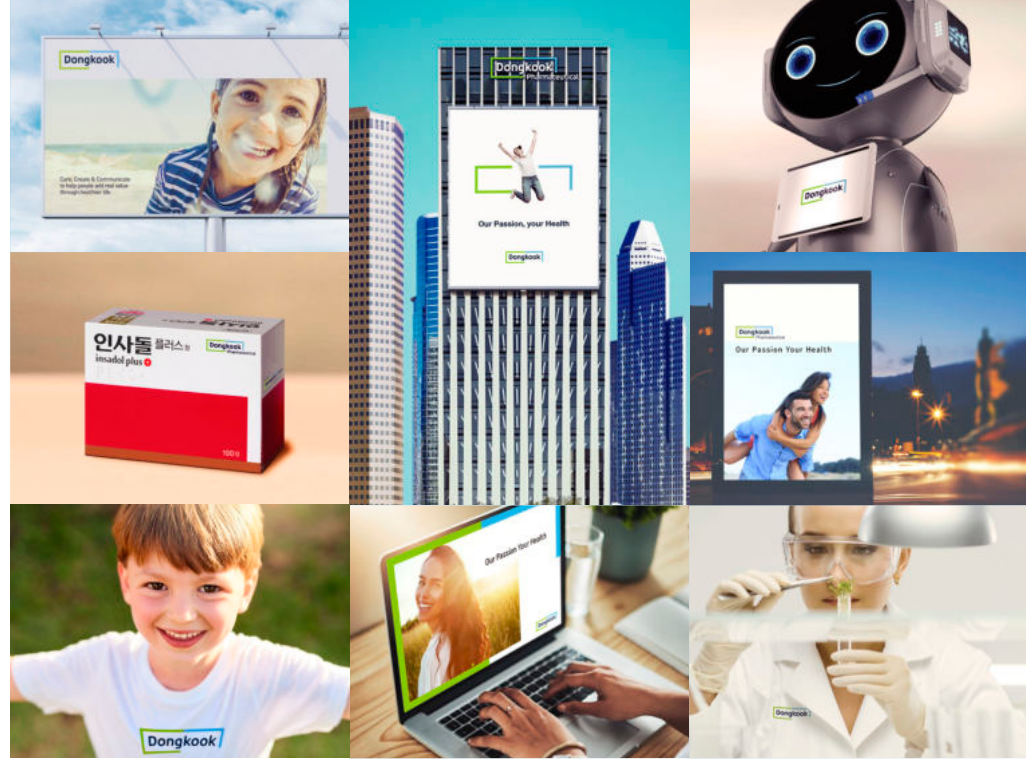
※ 4대습관 : 운동, 마음, 생활리듬, 식습관

예약상담 : 1588-9983  
www.healience.com



Our passion, your health

고객을 향한 새로운 50년을 시작합니다

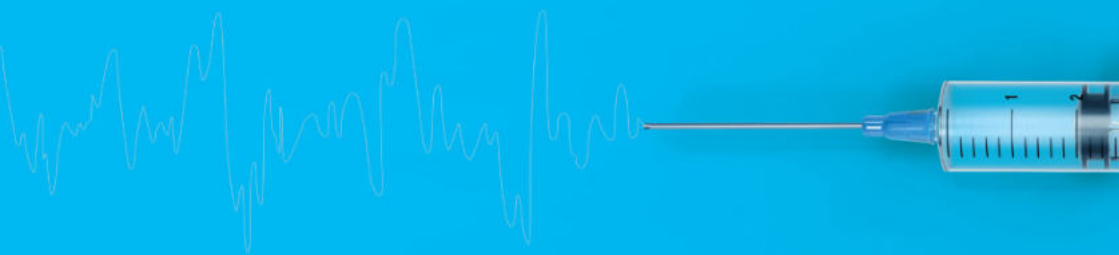


동국제약이 새로운 모습으로 당신께 한 발 더 다가옵니다

‘d’과 ‘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 디로 당신께 인사 드립니다.

# 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