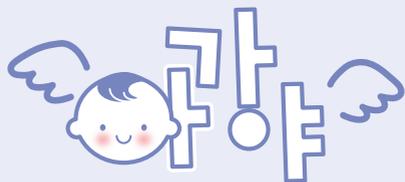




(사)한국난임가족연합회
KOREA FEDERATION OF SUBFERTILITY FAMILY



제10회 난임가족의 날

일시	2023년 11월 10일(금) 15시
장소	프레스센터 20층 프레스클럽
공동주최	 (사)한국난임가족연합회 KOREA FEDERATION OF SUBFERTILITY FAMILY
후원	 사단법인 한국보건정보정책연구원
	 보건복지부



게르베에서 우리는
지속적인 유대를 형성하여
인류의 더 나은 삶을
가능하게 합니다



인간 존중을
실천함으로

혁신적 솔루션을
지속적으로
제공함으로

지식 가치공유를
통해 발전함으로

환자의
건강에
집중함으로

진취적 선택을
적극 추구함으로

이것이 우리의 사명입니다

Guerbet |

차례

Intro
인사말 06

People & Family
난임성공수기공모당선작 13편 10

Activity
2023년 주요 활동 82

Column
난임예방 92

Epilogue
후원자 리스트 96
후원광고 100





Intro

| 2023년 아가야 |

인사말 06

| 인사말

안 · 녁 · 하 · 세 · 요

신선하고 따뜻한 햇살이 반가운 가을 날 이렇게 인사드리게 되어 반갑습니다. 아이 낳는 복지 환경 조성을 위해 노력을 다하는 사)한국난임가족연합회 입니다. 2005년 난임시술 건강보험 적용을 위해 전국 서면운동을 한지가 엇그제 같은데 벌써'제10 난임가족의 날'기념행사를 맞이하여 여러분들을 만나게되니 더욱 반갑습니다.

본 단체는 2005년 난임시술 건강보험적용을 촉구하는 전국 서면운동(청원인:박춘선 외 8,504명)으로 2006년 정부난임지원사업의 토대를 만들어내었으며, 2005년부터 '난임'용어 사용 반딧불이 캠페인을 통해 2011년 '난임'용어의 국어대사전등재와 2012년 '난임'용어의 법 개정 성과를 이루어 냈습니다. 또한 2017년 10월 건강보험적용 도입 및 확대개선, 2018년 난임휴가제 도입 등은 본 단체가 제도화를 이끌어내는데 큰 역할을 해왔다고 자부합니다.

또한 본 단체는 정부지원 난임부부지원사업과 난임시술 건강보험적용을 받고도 임신에 실패한 난임부부들을 위해 아가야 보듬이 지원사업을 2008년 4분기부터 시작하여 2023년 4분기까지 약 1,011명에게 체외수정시술비를 지원하여 161명이 임신에 성공하는데 도움을 주었습니다. 그 외에도 난임예방교육, 난임극복교육, 1박2일 힐링캠프, 댄넵 워킹투게더, 댄넵 통합관리 프로그램, 작심8주 만보걷기, 난임가족의 날 행사 개최, 난임바로알기 주간 캠페인, 난임성공수기공모전, 미세영양소 지원사업 등 다양한 사업으로 난임가족의 임신 및 출산 성공을 위해 노력해 왔습니다.

난임은 혼자 고군분투하는 것이 아닌 너와 나 우리가 함께 경제적, 사회적, 환경적 원인을 파악하고 장애 요인을 제거하여 좋은 방향으로 나아갈 수 있도록 노력해야 합니다. 아이를 안 낳으려고 하는 시대의 흐름 속에서 어떻게든 아이 낳고자 애쓰는 난임 부부의 목소리에 귀 기울이고 소통을 강화하여 현실에서 체감할 수 있는 정책들이 시행 되어야 합니다.

부모가 되기 위한 난임가족의 노력은 정말 존경스럽고 감동적입니다.
난임가족 여러분 지지말고 언제나 주먹 불끈 쥐고 화이팅 하십시오^^
난임극복 종착역은 그리 멀리 있지 않습니다.

부디, 여러분의 도전과 꿈이 잘 이루어지길 바라는 마음
'된다.된다. 꼭! 된다.' 난가연이 여러분을 언제나 응원하고 있겠습니다.

감사합니다.

2023년 11월 11일
(사)한국난임가족연합회
임직원 일동 올림



People & Family | 난임성공수기공모당선작 13편 |

- 끝까지 나를 믿고 도전하면, 봄은 반드시 옵니다 10
- 타오름달 스무닷새, 5개의 별이 우주가 되어 오다 18
- 난임을 극복하고 쌍둥이 엄마가 되기까지 24
- 5년의 기다림, 아이를 품기 위한 소중한 시간 28
- 세상에서 가장 고귀한 사랑의 열매 34
- 난임. 너를 만나는 그날까지 38
- 터널 끝에 만난 우주 42
- 포기하지 마십시오. 포기에도 때가 있기 마련입니다 48
- 1%의 기적을 만나다 56
- 우연히 내게 오나 봐 60
- 새로운 행복을 찾아서 66
- 괜찮아요, 엄마도 날 포기하지 않았잖아요 72
- 왼쪽의 기적 74

끝까지 나를 믿고 도전하면, 봄은 반드시 옵니다

대상(보건복지부장관상) - 진○○

아프고 또 아팠던 우리 부부의 서른 살 그 해...

2017년 5월, 학교에서 한참 교직원 회의를 하고 있는데 갑자기 남편으로부터 다급한 문자 한 통을 받았습니다. “○○아, 큰일났어. 전화 좀 받아줘.” 다시는 겪고 싶지 않은 그 순간이 우리 부부에게 찾아온 것입니다. 몇 달 전부터 이상하게 생식기 부분이 비대해지고 뻣뻣해지는 통증이 생겨 불편하다고 하던 남편이 바쁜 회사일로 미뤄왔던 병원을 다녀온 후 제게 다급히 전화를 걸었습니다. “○○아, 지금 동네 병원 비뇨기과에서 검사를 받았는데, 빨리 다시 대학병원으로 가보래. 아무래도 고환암 같대...” 수화기 너머로 들려오는 남편의 떨리는 목소리를 듣는 순간 하늘이 무너져 내리는 느낌이 들었습니다. 손이 바들바들 떨리고 극심한 공포감이 밀려왔습니다.

고환암 2기... 동양인은 십만명 중에 한 명 정도 걸린다는 희귀암에 속하는 그 생식기 암이 남편에게 찾아온 것입니다. 믿기지 않는 현실 앞에 유수의 대학병원 비뇨기과 여러 곳을 찾아다니며 남편이 정말 고환암에 걸린 것이 맞는지 확인하고, 또 확인했습니다. 고환암 진단을 현실로 받아들여야 했던 시간들은 우리 가족 모두에게 큰 고통의 나날들이었습니다. 남편은 왜 하필 자신에게 이런 희귀암이 찾아온 것인지 세상을 미친 듯이 원망했고, 시어머니께서는 너희가 결혼한지 이제 겨우 6개월 밖에 안 되었는데 이런 일이 생겨 제 친정 부모님께 너무나도 죄송하다고 하시며 병원 벽을 부여잡고 한참 동안 울 우셨습니다. 저는 남편이 없는 삶은 도저히 상상할 수가 없었습니다. 생각만 해도 아찔하고, 겁나고 숨이 막혔습니다. 그래서 제발 남편을 살려달라고, 제 곁에서 남편을 뺏어가지 말아 달라고 두 손 모아 하늘에 간절히 빌었습니다.

남편과 저는 대학교 1학년 때 처음 만나 10년 동안 연애를 하고 결혼을 했습니다. 20대를 온전히 함께 하며 서로의 꿈을 응원했고, 함께 꿈을 이뤄갔습니다. 결혼 이후에도 늘 그래왔던 것처럼 서로 배려하고 다독이며 행복한 가정을 꾸려나갈 수 있

을 것이라고 생각했던 우리 부부의 삶에 이렇게나 빨리 큰 시련이 찾아올 것이라고는 전혀 예상하지 못했습니다. 그래서 현실을 받아들이기가 더욱 힘들었습니다. 그러나 병원에서는 젊을수록 암세포의 분열과 전이속도가 빠르다고 했기 때문에 더 이상 지체할 시간이 없었습니다. 병원마다 공통적으로 반드시 이번 달 안에는 수술을 받아야 한다고 당부했습니다. 암 진단을 하루 빨리 수용하고 최대한 빨리 수술할 병원을 정하고, 치료 일정을 잡아야만 했습니다. 다행히 남편은 암세포 전이 검사에서 다른 장기기관으로는 전이가 되지 않은 상태였기 때문에 관리를 잘 하면 예후도 좋을 것이라고 했습니다. 검사결과가 나오기까지 살얼음을 딛는 아찔한 심정이었지만 “그래도 신이 우리를 완전히 버리지는 않았구나”라는 생각이 들면서 작은 희망이 생겼습니다.

남편이 치료를 받은 ○○병원에서는 수술 전 자녀의 유무와 정자 냉동 의사를 물었습니다. 고환 적출술을 해야 했기 때문에 자연임신이 어려워질 수 있다는 점도 상기시켜주었습니다. 그런데 산부인과 협진에서 이미 암세포가 가득 찬 남편의 고환에서 정자를 추출한다고 하더라도 암세포와 정자를 완벽하게 분리해서 냉동을 할 수가 없다는 이야기를 듣고, 정자 냉동은 하지 않기로 했습니다. 정자 냉동도 못했는데 혹시라도 아이를 갖지 못하게 되면 어찌지 하는 두려움이 엄습해 왔지만 일단 남편을 살리는 것이 먼저였기 때문에 먼저 남편의 치료에 집중하기로 했습니다. 다행히 수술은 잘 되었고, 아이 계획이 있는 점, 남편의 현재 상태 등을 고려하여 방사선과 항암치료 없이 추적관찰을 하며 향후 경과를 지켜보기로 했습니다. 만약 그때 방사선과 항암치료를 했더라면 정자의 DNA 손상이나 무정자증 등의 부작용으로 아이를 갖는 데 더 오랜 시간과 많은 노력이 필요했을지도 모릅니다.

아직도 그 시간을 생각하면 가슴이 먹먹해집니다. 춘천에서 부친까지 주말부부를 하고 있던 상황에서 주중에도 여러 번 남편이 있는 곳에 가서 병간호까지 병행해야 했기 때문에 몸도 마음도 너무나 지치고 힘들었습니다. 그때 우리 부부의 나이 서른이었습니다. 눈물로 하루하루를 보내며 그저 빨리 이 시간이 무사히 지나가기만을 바랐습니다.

수술 이후 찾아온 한 번의 기적, 하지만 다시 시작된 역경의 연속

수술 이후 남편은 극도로 예민한 성격으로 변했습니다. 평소 침착하고 다정다감한

성격이었던 남편은 쉽게 짜증 내고 화를 내었습니다. 아무리 좋은 말을 해도 다 부정적으로 받아들이고, 현실을 비난하기만 했습니다. 수술 이후 상실감이 컸던 남편은 매일 우울하고 죽고 싶다고 했습니다. 처음에는 다 이해하고 받아주려고 노력했지만 부정적인 감정이 계속 전이가 되자 저 역시도 감정 소모를 당하는 느낌이 들고 점점 지쳐갔습니다. 함께 있는 시간이 참 괴롭다는 생각마저 들 때 즈음 남편을 설득하여 여행을 다니자고 제안했습니다. 수술 이후 남편과 함께 간 첫 제주도 여행에서 저희 부부에게 자연임신으로 아이가 생기는 기적이 찾아왔습니다. 그러나 그 기쁨도 잠시 7주차에 접어들던 시기, 아기는 계류유산으로 떠나가 버렸습니다. 엄청난 출혈과 함께 손가락 두 마디만 한 덩어리가 왈각 몸에서 쏟아져 나왔습니다. 본능적으로 아이가 가버렸다는 사실을 직감했습니다. 급히 병원에 달려가니 불길한 예감은 틀리지 않았습니다. 의사선생님께서도 초음파를 보시더니 아이가 없다고 하였고, 저는 텅 빈 아랫배를 쥐어 잡고 진료실 안에서 주저앉아 오열했습니다. 그저 스쳐 지나간 잠깐의 기적이었구나... 아직 나이가 젊으니 앞으로 기회가 또 있을 것이라는 의사선생님의 말씀은 전혀 위로가 되지 않았습니다. 저와 남편은 다시 실의에 빠졌습니다. 신에게 농락당하는 기분이 들어 분노하고, 또 다시 세상을 원망했습니다. 시련은 왜 자꾸 우리에게 찾아오는 것인지 알 수 없는 답답함에 사로잡혀 한동안 빠져나오기 힘들었습니다. 그리고 다시 임신을 해야 한다는 생각에 자꾸만 마음이 조급해졌습니다. 유산 후 계속 자연임신 시도를 해봤지만 그 기적은 다시 찾아오지 않았습니다.

엄마가 되고 싶다는 간절한 소망

남편이 고환암 투병을 한 이후로 아이를 갖고 싶다는 간절함은 점점 더 커졌습니다. 남편을 꼭 닮은 아이를 낳아서 남편에게 ‘그래도 열심히 살아갈 이유’를 만들어 주고 싶었고, 잃어버린 웃음과 자신감을 되찾아 주고 싶었습니다. ‘엄마’라는 이름으로 모성애가 어떤 것인지도 느껴보고 싶었습니다. 여러 차례 시도한 자연임신을 실패로 받아들이고 겨울방학이 되자마자 병원을 찾아가 남편과 함께 난임 검사를 했습니다. 나팔관 조영술 검사 결과는 이상이 없었고, AMH 수치도 3점대 초반으로 괜찮았지만 정액검사 결과 남편의 정상 정자 수와 운동성이 많이 부족하여 자연임신이 어려울 것 같다고 했습니다. 병원의 권유로 인공수정 시술을 먼저 시도해 보았

지만 실패로 끝이 났고, 결국 시험관 시술을 하기로 결정했습니다. 그동안 자연임신 시도를 할 때마다 저희 부부는 매우 많은 스트레스를 받았습니다. 특히 남편이 마음 같지 않은 자신의 몸 상태에 좌절하고 자학까지 하며 자괴감을 느끼는 모습을 볼 때마다 마음이 너무나 괴로웠는데, 이제 더 이상 그 모습을 보지 않아도 된다고 생각하니 웬지 모르게 마음이 편안해지는 느낌이 들었습니다.

네 번의 유산과 유산 트라우마

난임의 종착역이라 불리는 ○○병원으로 전원 후, 바로 시험관 시술을 시작했습니다. 시험관 시술은 생각보다 힘든 과정이었습니다. 사실 몸보다는 마음이 더 힘든 과정이라는 표현이 맞는 것 같습니다. 저 역시도 ‘과배란-난자채취-배아 이식-피검사까지의 기다림’이라는 사이클을 네 번이나 반복했습니다. 첫 시험관 시술에서 운이 좋게 바로 임신이 되었습니다. 1차 피검사 수치도 130으로 매우 안정적이어서 이번에는 엄마가 될 수 있을 것이라 기대했습니다. 그러나 또 7주차가 되자 알 수 없는 출혈이 시작되었습니다. 아침에 먼저 일어난 남편이 얼른 일어나서 병원에 가라며 다급히 저를 깨웠습니다. 제가 자고 있던 이부자리가 또 피로 흥건하게 젖어 있었습니다. 병원에 가니 또 아기는 이미 가버린 상태였습니다. 두 번째 유산, 믿어지지 않았습다. 악몽을 꾸는 것 같아 내 몸을 푹푹 눌러보기도 했습니다. 소파술을 하면서 다음 임신 준비를 위해 배아염색체 검사를 신청하고, 습관성 유산 검사도 함께 받았습니다. 배아염색체 검사는 아무런 이상이 없었지만 습관성 유산 검사 결과 엽산 대사 이상, NK세포 수치 21, 혈전성향, 염색체 역위 등의 문제가 발견되었습니다. 자연임신이 안 되는 것은 남편의 문제였지만 임신 유지가 안 되는 것은 제 문제였습니다. 처음 유산이 되었을 때 습관성 유산 검사를 하지 않았던 것이 많이 후회가 되었습니다. 미리 알았다면 적절한 처방을 받고 아이를 지킬 수 있었을 것 같아 아쉬운 마음이 컸고, 지나간 아기에게도 미안하다는 생각이 들었습니다.

두 번째 유산 이후, 두 번 더 시험관 시술을 받았지만 두 차례 연속 또 7주차에 고사난자 계류유산이 되어 소파술을 받았습니다. 마음이 참 괴로웠습니다. 유산이 될 때마다 염색체 검사를 했지만 아무런 이상이 없었고, 고사난자 계류유산이 반복되는 이유는 알 수가 없다고 했습니다. 아마도 자궁 환경의 문제일 것 같다는 추측성 소견만이 있을 뿐이었습니다. 주변을 아무리 둘러봐도 인터넷 검색을 해봐도 7주차

유산을 네 번이나 겪은 사례는 쉽게 찾아보기 어려웠습니다. 온갖 케이스의 유산을 다 겪는 내 자신이 밍고 싫기까지 했습니다. 그리고 이제는 임신이 정말 두려워졌습니다. 유산 트라우마마저 생겨서 시술 후 7주차가 다가올 때마다 몸이 사시나무처럼 바들바들 떨리고 주체가 잘 되지 않았습니다.

계속 도전할 것인가 vs. 이제 포기할 것인가 : 선택의 기로에 서다.

네 번의 유산을 겪고 나니 시술을 지속할 것인가에 대해 진지한 고민을 하게 되었습니다. 지난번 시험관을 할 때도 현대 의학으로 사용할 수 있는 모든 약을 다 사용했기 때문에 객관적으로 임신 가능성에 대해 다시 생각해 볼 시간이 필요했습니다. 언젠가는 될 것이라는 막연한 희망에 더 이상 나를 옴아매고 싶지 않다는 생각도 들었습니다. 그동안 다닌 병원의 의무기록 사본을 떼서 유명한 난임병원 세 곳을 찾아가 정말 임신을 할 수 있는 상태의 몸인지에 대해 알고 싶었습니다. 지금의 주치의 선생님을 믿고 있었지만, 전문가들의 좀 더 다양한 의견을 들어보고 싶었습니다. “포기하기에는 너무 아깝습니다. 힘드시겠지만 다시 도전해 보시기를 권유하고 싶습니다.” 세 병원에서 모두 비슷한 이야기를 들었을 때 얼마나 큰 안도의 한숨을 내쉬었는지 모르겠습니다. 참았던 눈물이 또 한 번 왈각 쏟아졌고, 포기하지 않아도 되어서 감사하다는 생각이 들었습니다. 그리고 또 한 번 깨달았습니다. “나 정말 엄마가 되고 싶구나.”

처음으로 돌아가 다시 시작한 시험관 시술

네 번의 실패를 겪은 후 다시 시술을 시작할 때는 조금함을 내려놓고 최대한 몸과 마음이 편안해진 상태에서 진행하기로 다짐했습니다. 시술을 다시 시작하는 시점을 ‘임신이 다시 되었을 때 두려움 보다는 기쁜 마음으로 임신을 받아들일 수 있는 시점’이라고 정해두고 충분히 시간을 갖고 준비하기로 마음먹었습니다. 혈전 성향이 있기 때문에 매일 만보 걷기 운동을 하면서 몸을 최대한 순환시키려고 노력했습니다. 그리고 무엇보다 음식에 신경을 많이 쓰려고 했습니다. 외식은 최대한 자제하고 유기농 재료로 조미료를 쓰지 않은 집밥을 차려 먹었고, 단백질과 해조류를 중심으로 식단관리를 했습니다. 식재료를 구매할 때도 성분을 꼼꼼히 확인하여 식품첨가물이 들어간 음식은 사지 않으려고 노력했습니다. 특히 커피와 콜라 등 카페인이 들

어간 음식은 자궁을 차게 만들기 때문에 일절 먹지 않았고, 인스턴트 음식도 완전히 끊었습니다. 시간을 맞춰두고 매일 일정한 시간에 임신 영양제를 먹는 것도 잊지 않았습니다. 거창한 계획은 아니었지만 일상에서 소소하게 실천할 수 있는 것부터 차근차근 실행했습니다. 그런데 이런 노력을 하다 보면 내가 마치 임신을 위해 살아가는 사람처럼 느껴질 때가 있어 우울해질 수도 있습니다. 그래서 임신을 위해 무언가를 한다고 생각하기보다는 그냥 건강한 내 삶을 만들어 간다는 의미에서 하나씩 실천하려 했습니다. 그러다 보면 어느샌가 내가 건강해져서 임신을 받아들일 수 있는 몸과 마음 상태가 되는 것 같습니다.

포기는 내가 결정하는 것 : 주변의 말에 상처받지 마세요.

여러 차례 유산을 반복하다 보니 주변 사람들은 하나같이 제게 이제 그만 포기해야 되는 것이 아니냐는 말을 자주 하고는 했습니다. 덩크족으로 사는 사람들도 많고, 자식이 때로는 골칫덩이처럼 느껴질 때도 많은데 왜 그렇게 아기를 가지려고 몸과 마음 고생을 하며 애를 쓰려하는지 모르겠다는 말을 하시는 분도 있었습니다. 물론 제가 걱정이 되어 하는 말이라는 것을 잘 알고 있지만 이런 말을 들을 때마다 지나친 간섭처럼 느껴지고 미련한 사람으로 취급당하는 느낌이 들어 듣기 싫었습니다. ‘그럼에도 불구하고 내가 포기하지 않는 이유’를 매번 일일이 주변에 설명해야 하는 것도 참 고역이었습니다. 그냥 곁에서 묵묵히 응원해주면 좋으려만... 난임치료를 하다 보면 주변의 말들로 인해 종종 상처받는 경우가 생기기도 합니다. 하지만 그런 말들에 최대한 휩쓸리지 않으려고 노력했습니다. 내 인생의 주인은 ‘나’이기 때문에 모든 것은 ‘내가, 우리 부부가’ 결정하는 것이라 생각하고 그냥 한 귀로 듣고 한 귀로 흘려버렸습니다. 결국 임신과 출산이라는 꿈을 이루면 그때 포기하지 않은 내 자신이 무척이나 뿌듯하고 자랑스러워 질테니까요. 설령 꿈을 이루지 못하더라도 할 수 있는 만큼 다 해보면 적어도 그때 가서 후회는 하지 않을 것이라는 확신이 있었기에 포기하라는 주변의 말에 흔들리지 않을 수 있었습니다.

내려놓으려 하지 말고, 편안한 마음 가지려고 노력하기

임신을 준비하면서 가장 많이 들었던 말 중에 하나가 바로 마음을 내려놓으면 임신이 된다는 말이었습니다. 그런데 그 말을 들을 때마다 내려놓는 방법을 도통 모르겠

는데 어떻게 내려놓아야 할까라는 생각이 자주 들었습니다. 임신을 간절히 준비하는 사람 입장에서 마음을 비우고 임신에 대한 생각을 온전히 내려놓는 것이 과연 가능한 일인 것인지 저는 아직도 잘 모르겠습니다. 오히려 마음을 내려놓기보다 임신에 너무 몰두하지 말고, 알아서 될 대로 되라는 식으로 마음을 편안하게 갖는 것이 좀 더 효과적인 방법이라는 생각이 듭니다. 지난 시술 과정과는 달리 이번에 진행했던 시험관 시술은 또 다시 실패해도 다시 하면 된다는 생각으로 시작했습니다. 배아 이식 당일 보여주는 배아 사진을 볼 때마다 잘 붙어서 꼭 만나자고 속으로 간절히 기도했던 나만의 의식조차 하지 않았습니다. 대신 시술이 끝나면 남편과 무엇을 하고 놀지 생각하며 덤덤하게 시술을 받았습니다. 이식 후에는 피검 당일까지 아무 생각 없이 볼 수 있는 로맨스 드라마를 실컷보며 시간을 보냈고, 그동안 수시로 들어갔던 시험관 아기 카페나 맘카페는 아예 들어가지 않았습니다. 대망의 피검날, 1차 피검수치 289, 2차 피검수치 673! 그동안 한 번도 받아보지 못한 매우 안정적인 검사 결과였습니다. 조마조마했던 마의 7주를 넘어, 12주가 될 때까지 계속 주사를 맞아야 했지만 기쁜 마음으로 난임병원 졸업을 했고, 2023년 3월 그토록 기다렸던 아들을 만나게 되었습니다.

난임치료과정의 터닝포인트가 되어준 난가연 힐링캠프

2022년 5월 난임가족연합회에서 주관하는 된된꼭 1박 2일 힐링캠프에 참여하게 되었습니다. 시험관 시술을 앞두고 있었던 시점에서 난가연 힐링캠프는 저희 부부의 인생의 중요한 전환점이 되었습니다. 그동안 반복된 시술 실패에 몸과 마음이 피폐해진 상태였는데 아름다운 남이섬에서 좋은 공기를 마시며 받았던 다양한 난임 극복 교육과 흥미로운 프로그램은 지친 마음을 회복하는데 많은 도움이 되었습니다. 특히 우리 부부와 같은 길을 걷고 있는 다른 난임부부들과 함께 여러 이야기를 나누고 정보를 공유하며 서로 공감대를 형성했던 시간은 마음의 큰 위로가 되었습니다.

머그컵 만들기 공예체험을 하며 캠프 끝나고 돌아가서 토끼같은 아가를 낳고 싶은 소망을 담아 토끼 무늬 머그컵을 만들기도 했는데, 토끼띠 해 토끼같이 예쁘고 귀여운 아들을 낳게 되어 더욱 뜻 깊었습니다. 난가연 힐링캠프에서 경험했던 마음 회복 프로그램은 앞으로도 오랫동안 우리 부부의 인생에 좋은 기억으로 남을 것 같습니다.

다. 지난 3년 간의 난임치료 과정이 결코 쉽지만은 않았지만 그 험난했던 여정에 난가연을 만나게 되어 정말 많은 힘이 되었습니다. 난임가족을 위해 물심양면으로 애써주고 계시는 난가연 관계자님들께 다시 한번 감사 인사를 드립니다.

난임(難妊)을 난임(I'm pregnant)으로

3년 넘게 난임병원을 다니며 병원 한 구석에서 뒤돌아 서서 어깨를 들썩이며 흐느끼고 있는 마음 아픈 사람들의 모습을 여러 차례 보았습니다. 저도 지금껏 그중의 한 사람이었습니다. 또 다시 아기가 잘못될까 두렵고 떠나보내는 과정이 너무 아프고 힘들어서 아기가 생겨도 마음껏 기뻐하지 못했습니다. 아기가 떠나갈까봐 태명조차 쉽게 지어주지 못했던 모든 것이 조심스러웠던 힘들고 아팠던 지난 날들이 주마등처럼 스쳐 지나갑니다. 그리고 이제는 조금 더 편안한 마음으로 쓰라렸던 과거를 마주할 수 있게 되어 감사함을 느낍니다. 그 감사한 마음을 담아 이 글이 제가 겪었던 과정을 겪고 계시는 또 다른 난임부부들에게 조금이나마 위로와 희망이 될 수 있기를 바라며 이 글을 적습니다. 그리고 진심으로 응원합니다. 난임(難妊)이 난임(I'm pregnant)이 되어 아름다운 D라인을 마음껏 뽐내시는 그날이 될 수 있기를요. 저도 해냈고, 여러분도 해낼 수 있습니다. 우리 난임 부부들의 삶에 따스한 햇볕이 내리길 응원하고 또 응원합니다.



타오름달 스무닷새, 5개의 별이 우주가 되어 오다

우수상(한국난임가족연합회장상) - 이○○

난자채취 17번, 배아이식 10번, 유산 4번

2명의 천사를 안아보기 전, 2019년 3월부터 2023 1월까지 쉬지 않고 달려온 나의 시험관 성적이다. 2019년, 처음으로 난임병원을 찾았던 그 날이 아득하다. 생생하게 기억은 나지만 아주 오래된 기억 같다. 난임생활을 하며 남들과는 다른 시간의 속도로 살아왔기 때문일 것이다. 난자채취 후, 배양결과를 기다리는 시간, 배아 이식 후 임신수치 검사날을 기다리는 시간, 유산 후 다시 시술을 시작하기까지 반강제로 쉬는 시간... 하루가 일주일 같던 날들이었다. 나만 시간이 멈춰버린 듯한, 신기하고 괴로웠던 시간들... 소중한 보물들을 만난 지금, 아련하게 그간의 기억을 추억하고 싶지만 아직도 떠올릴 때마다 가슴이 저릿하다.

팔자에도 없는 시험관시술을 하며 힘겨운 시간을 견디고 있는 많은 분들, 아기를 잃고 말도 안 되는 슬픔의 무게를 가슴에 얹은 채 아기가 다시 오기를 기다리는 많은 분들에게 조금이나마 힘이 되었으면 하는 바람으로 이 글을 쓴다.

“내가 난임이라니!!”

2016년, 33살에 결혼을 한 우리는 2년간 피임을 했고 2018년부터 1년간 자연임신을 시도했다. 하지만 한 번도 두 줄짜리 임신테스트기를 볼 수 없었다. 30대 후반이 된 나는 급한 마음에 난임병원을 알아보았고 2019년 2월 첫 진료를 보았다. 각종 검사결과와 충격적이었다. 2016년에 복강경으로 제거한 내막증은 재발했고 내막증과 세트라는 선근증도 있었다. 난소수치도 실제나이보다 대여섯살 많은 1.3, 난관폐쇄로 인한 난관수종.. 신랑의 상태는 더욱 충격적이었다. 폐쇄성 무정자....그렇다. 씨 없는 수박... 하늘이 무너지는 기분이었다. 둘 다 자연임신은 절대 되지 않는 몸이었다. 다행히 남성호르몬 수치는 정상이니 고환에는 정자가 있을 것이라는 말로 위안을 삼아야 했다. 고환조직을 떼어내어 냉동 보관하여 사용한다고 했다. 내 인생은 왜 이러나 절망할 겨를도 없이 3월부터 시험관을 시작했다. 시험관이라도 할 수

있음에 감사해야 했다. 우리 나라에서 제일 유명한 메이저병원이었기에 서너번이면 될 줄 알았다. 그 때까지만 해도 내 앞에 이렇게 길고 험난한 길이 펼쳐져 있을 줄은 꿈에도 몰랐다.

우선 마음이 아프지만 겁쟁이 신랑을 수술대에 눕혀 고환조직을 채취하고 열심히 과배란 주사 맞으며 난자채취를 했다. 배아를 모아 난관절제 수술 후 동결이식을 하기로 했다. 호기롭기 시작한 신선1차는 분열실패로 배아를 만들지도 못하고 끝이 났다. 신선 2,3차로 4일배양 4개를 모았고 난관절제 후 동결1차 이식했으나 실패, 신선5,6차 실패... 반복되는 실패와 훌쩍 올라가는 차수에 놀라가며 어느덧 7차를 앞두고 있었다.

“처음으로 임신성공! 이후 반복되는 이별의 시간”

2020년 8월, 신선 7차 3일배양 배아 2개 이식 후 실패 차수와 똑같은 생리통 증상에 실패를 직감하고 피검사 후 검사결과 전화도 받지 않았다. 그런데 비임신 확인이나 하자 하며 그냥 해본 임신테스트기가 두 줄을 만들어 내고 있었다. 그게 나의 첫 임신이었다. 어머어머를 연발하며 두줄 임신테스트기를 들고 집안을 한참을 왔다갔다 하며 기뻐했다. 더 놀라운 건 하나가 아닌 둘! 일란성 아들 쌍둥이었다. 혼자 오기 외로워 친구를 데리고 온 것 같이라며 태명 짓느라 머리를 싸매고 있는 신랑을 흐뭇하게 바라보며 만끽하던 행복은 임신 19주에 끝나버렸다. 임신초부터 성장이 느리던 후동이 상태가 갈수록 좋지 않았다. 대학병원으로 전원해 2주 간격으로 지켜보았으나 뱃줄혈류가 좋지 않고 체중 차이가 50%까지 벌어졌다. 주수가 더 커져서 후동이 잘못될 경우 선동에게 영양이 갈 수 있고 후동이는 이미 혈류공급을 잘 받지 못해 각종 손상을 입었을 거라고.. 후동이를 보내주는 게 어머니라고 했다. 둘다 잘못되는 상황은 막아야 하기에 후동이를 보내는 시술을 했는데 시술 몇 시간 뒤 선동이 심박동이 느려졌다. 평소와는 다른 너무나 약하고 느린 태아 심음 도플러 소리가 병실을 지옥으로 만들었다. '선동아..심장만 뛰고 있으렴. 엄마가 어떻게든 해볼게..제발...'세상의 모든 신을 부르며 기도했다. 하지만 그 다음 날 새벽 선동이는 후동이 뒤를 따랐다. 출산을 한 산모와 같은 방이었던 난 병실에선 마음껏 울지도 못하고 복도를 걸으며 하염없이 울었다. 아기들을 보내주기 위해 유도분만을 시작했고 다음 날 새벽 숨이 멎은 아기들이 세상에 나왔다. 하필, 크리스마스 이브에 유도분만을 시작해 예수님이 세상에 오신 날에 우리 아기들은 하늘로 올라갔다. 유난

히 출게 느껴지던 성탄절 아침, 자그마한 상자에 담긴 가녀린 생명 둘을 추모공원에서 화장해 보내주었다. 공기보다 더 추운 마음이 얼어붙어 조각조각 깨어졌다. 혼자 오기 외로워 둘이 되어 온 쌍둥이는 가는 길도 외롭지 않게 둘이 함께 갔다.

지옥같은 시간을 보내고 2021년 4월 다시 시험관을 시작했다. 신선 8,9차로 배아를 모았고 7월 동결 2차 이식을 했다. 임신 성공했으나 12주에 심정지로 다시 이별,.., 2022년 1월, 동결 3차도 성공했으나 5주차에 다시 이별,..

2022년 3월 동결 4차에 성공하여 살얼음판을 걷는 기분으로 조심하며 지냈으나 이번에도 불안함이 이별을 가지고 왔다. 반복되는 출혈과 자궁수축으로 입퇴원을 반복했고 결국 용모양막염이라는 병명이 아기를 뺏어갔다. 염증으로 인해 나는 하루에도 몇 번씩 고열에 시달렸고 결국 양수가 터져 심장이 잘 뛰는 아이를 몸에서 빼내야 했다. 양수가 없어도 버텨볼 순 있으나 이미 아이가 감염되었기에 아기를 내보내지 않으면 내가 위험하다고 했다. 이게 무슨 애기인지? 분명히 귀로는 들었으나 머리로는 전혀 이해할 수 없는 애기였다. '염증만 치료할 순 없나요? 아기가 염증물질이라니요. 어떻게 가진 아기인데 이렇게 보낼 순 없어요.'라고 외쳐봤지만 아무 소용없는 나의 바램이었다. 사실 양수가 터지기 전 초음파로 보이는 아기의 모습에 난 불길한 느낌을 감지했다. 엄마와의 이별을 예감한 걸까.. 평소 잠시도 가만히 있지 않던 아기가 다리사이에 얼굴을 묻고 웅크린 채 미동도 없었다. 이번엔 아니길 바랬지만 하늘은 다시 줬다 뺏는 잔인한 장난을 하고 있었다. 다시 난 울음소리 없는 조용한 분만을 했고 왜 19주를 못 넘길까 하는 내 마음을 알기라도 한 듯 딱 20주가 되는 날, 아기가 세상에 나왔고 고열이 멈췄다. 날 살리고 대신 간 아가.. 효녀 내 딸... 비가 내리던 초여름의 어느 날, 오빠들이 세상과 이별했던 곳에서 여동생이 뒤를 따랐다. 이름도 없이 누구누구 태아라는 이름으로 화장되었고 그렇게 총 5명의 아기들을 가슴에 묻었다.

“마지막 배아이식, 마지막 임신”

유산 후 다시 임신시도까지 끝나지 않을 것 같은 지옥의 기다림이 시작되었다. 드라마에서나 있는 줄 알았던 유산을 4번을 했다. 게다가 중기유산만 2번.. 심지어 모두 원인불명이었다. 아기들은 하늘의 별이 됐고 나는 슬픈데 왜라는 질문에 아무도 대답이 없다. 의사들도 모른다 했다. 다음에 또 이렇게 될지 안될지 장담할 수 없단

다. 습관성 유산, 원인불명... 듣기만 해도 답답한 이름들이다. 내가 분만연습을 하려고 임신을 한 것인지, 하루에도 수십 번씩 화가 났고 자책감과 아기생각에 하루종일 눈물이 났다. 그래서 신랑과 함께 외출을 많이 했다. 늘 마음 한구석에 돌덩이를 올려놓은 듯 무거웠지만 최대한 임신 생각에서 멀어지려 애썼다.

그리하여 2022년 7월부터 다시 시험관에 돌입했다. 정자도 1통밖에 없었고 곧 지방으로 이사를 계획 중이라 시술 기회가 많이 없었다. 신랑 고향을 또 여는 건 미안해서 도저히 할 수가 없었다. 그래서 여러 번의 난자채취를 하여 한꺼번에 수정시킴으로 계획을 했다. 신선 10차~17차까지 난자채취를 하여 한번에 수정시켰다. 그중 상태가 좋은 2개를 신선이식 했으나 실패.. 동결부자를 꿈꾸었으나 수십 개의 난자 중 동결된 것은 4개.. 심지어 2개는 하루씩, 나머지 2개는 이틀씩 분열이 느린 아이들.. 그나마 가능성 있는 건 하루씩 느린 아이들이라고 했다. 마지막 시도라는 각오를 했다. 이사가면 병원을 다닐 수 없다. 정자도 다 썼고 배아도 없다. 오기와 눈물로 달려온 여정을 이젠 끝내야 한다. 결과에 상관없이..

2023년 1월, 하루씩 느린 아이 둘을 이식했다. 최선을 다했고 결과는 하늘에 맡겨야 했다. 내가 할 수 있는 건 하늘보고 기도하는 것 뿐.. 긴 기다림 끝에 임신확인을 했고 꿈인지 생시인지 모를 만큼 기뻐다. 심지어 두 아이가 모두 자리를 잡아 2개의 아기집이 생겨 더욱 우리를 놀라게 했다. 마지막 시도에 멋지게 성공하는 드라마 같은 일이 일어났다. '아가들아, 와줘서 고마워, 이번엔 꼭꼭!! 건강하게 만나자!'반복되는 유산으로 마음껏 기뻐할 수 없었지만 한고비 한고비 넘기며 만출을 조심스레 꿈꿨다. 이번엔 주실거야.. 분명히..

“타오름달 스무닷새, 5개의 별이 우주가 되어 오다!

- 야단법석 임신기간과 출산”

이벤트 없는 임신은 내 생에 없는 것인가.. 임신 기간 내내 출혈, 경부길이, 자궁수축으로 살얼음판을 걸었다. 15주에 폭풍하혈로 119를 탔고 16주부터 20주까지 짧은 경부길이로 절대안정, 30주에 다시 출혈과 자궁수축으로 입원을 하며 버텼다. 그러던 2023년 8월 25일, 35주 6일째 되던 날 양수가 갑자기 터져 119를 타고 응급수술로 아기들을 만났다. 늘 조용한 분만만 했는데 이번엔 우렁찬 울음소리를 2번이나 들었다. 눈물이 핑 돌았다. “아가야, 반가워, 나오느라 수고했어. 아이고, 진짜 작

다.” 첫인사를 건네며 이제야 길고 긴 험난한 길이 끝났음을 느꼈다. (지금은 쌍둥이 육아라는 전혀 다른 차원의 고난의 길을 걷고 있다.) 이른둥이라 2kg 조금 넘게 태어났지만 다행히 중환자실을 가지 않고 나와 함께 퇴원해 조리원도 같이 갔다. 너무나 감사한 일이다. 그렇게 타오름달 스무닷새, 하늘의 별이 된 5명의 아가들이 우주가가 되어 우리에게 왔고 나는 40살에 쌍둥이엄마가 되었다.

“난임생활을 겪으며 내가 느낀 것은...”

첫 번째, 임신은 노력과 보상이 비례하지 않는다. 아무리 노력해도 될 듯 말 듯하며 사람을 애태운다. 하지만 거꾸로 생각하면 굳이 엄청난 노력을 하지 않아도 성공하기도 한다는 것이다. 내가 할 수 있는 만큼 하고 결과는 하늘에 맡긴다 라고 생각하는 것이 도움이 되었다. 무얼 털어서, 하지 않아서 안되거나 아기를 잃는 것이 아니다. 지금까지 운이 너무나 없었기 때문이다. 하늘이 언젠가 한 명은 꼭 주신다.

두 번째, 임신생각과 멀어지시길... 시험관은 기다림의 연속이다. 특히 유산을 하게 되면 더더욱 기다림이 길어진다. 그 시간동안 가만히 있으면 하루종일 임신생각만 하게 된다. 제일 좋은 것은 일을 하는 것, 집에 있더라도 운동이나 취미, 소일거리등 관심을 다른 곳으로 계속 돌려 임신생각을 줄이는 것이 그나마 도움이 되었다. 뭐니 뭐니 해도 신앙이 최고다. 유산 후엔 신앙과 놀러도 많이 다니시길.. 임신하면 마음껏 다닐 수 없다. 출산하면 집 밖으로도 못 나가니 미리미리 돌아다녀 두셔라! 무심해야 생식체계가 잘 돌아간다고 한다. 괴롭게만 느껴지는 기다림의 시간도 소중한 내 인생이니 임신생각에 너무 얽매이지 말고 최대한 덜 괴롭게 지냈으면 좋겠다.

세 번째, 남들과 비교는 금물! 각자만의 속도로 포기만 마시길... 채취나 이식을 하기 전 커튼을 사이에 두고 나란 누워있을 때.. 바로 옆 커튼 너머로 들려오는 사연에 눈물 흘린 적 많았다. 공난포가 나온 사람, 난자가 생각보다 너무 적게 나온 사람... 얼굴도 모르는 사람의 한숨소리가 너무나 슬펐다. 시험관을 할 수 있음에 새삼 감사했고 느리지만 각자만의 속도로 고군분투하는 나와 그들을 응원했다. 주치의가 해준 말이 있는데 힘들 때마다 마음을 다잡는데 도움이 되었다. “전교 1등과 꼴찌에게 똑같이 공부를 해내라고 하면 되겠어요? 각자의 상황과 능력이 다른걸요. 한 번의 이식을 위해 1년간 채취만 하는 사람도 있어요. 남들 1번 할 때 나는 두 세번 하면 되는 거예요.” 그렇다. 내 속도대로 꾸준히 가면 된다. 조금만 더 가면... 저 앞 길

모퉁이를 돌면 아기가 기다리고 있기를..

많은 사람들이 얘기하는 마음 내려놓기는 끝내 되지 않았다. 그저 울고 싶을 때 맘껏 울고 도전해야 할 때 툭툭 털고 일어나 열심히 했다. 마음을 내려놔야 하면 내려놔야 한다는 생각에 또 집착을 하게 된다. 불쑥불쑥 올라오는 감정들을 그냥 내버려 두시길.. 영원한 건 없으니 그 또한 지나가고 사라진다.. 강해서 버틴 것이 아니라 버텼더니 강해져 있었다.

출산을 하게 되면 유산의 기억이 극복이 될 줄 알았는데, 무더지긴 했지만 지금도 떠나보낸 아기들이 생각에 눈물이 난다. 영원히 없어지지 않을 아기들만의 공간이 내 마음속에 생긴 것 같다. 그래서 유산한 분들을 보면 마음이 아프다. 저 분 마음속에도 없어지지 않을 아기만의 공간이 생겼겠구나 싶어서.. 너무나 진부한 얘기지만 시간이 어느 정도 해결을 한다. 잊혀지진 않지만 조금씩 무뎀진다.

이 길이 얼마나 힘든지 알기에 힘내라는 말조차 건네기가 미안하다. 이 길을 계속 가라 마라 감히 말할 수도 없다. 말뿐인 응원이지만 말로나마 힘이 되었으면 한다. 옆에 있으면 꼭 안아드리고 싶다. 임신이 지금 되던 다음에 되던 우린 모두 소중한 사람들이니 부디 조금 덜 힘들게 난임생활을 마무리 하시길 빈다. 이유여하를 막론하고 아기를 기다리는 모든 분들에게 아기천사가 찾아가길, 아기를 떠나보낸 분들에게 하늘의 별이 된 아기들이 하루속히 엄마 품에 안기기를, 아기와 우리 사이에 더이상 작별이란 말이 없기를 간절히 기도한다.

난임이 만만치 않지만 우리 또한 만만치 않다. 이 싸움에서 무조건 우리가 이긴다. 결국은 해피엔딩이다!

난임을 극복하고 쌍둥이 엄마가 되기까지

장려상 - 김○○

딸아이를 결혼시킨 후 우리 부부는 손주를 볼 생각에 꿈에 부풀어 있었습니다. 사실 저희보다 앞서 자식들을 출가시킨 지인들이 손주 자랑을 할 때마다 그렇게 부러울 수가 없었습니다. 하지만 이제는 우리도 할아버지와 할머니가 되어 손주의 재롱을 지켜볼 수 있다고 생각하니 자연스레 입가에 미소가 번졌습니다.

하지만 결혼 후 딸 내외에게 2년 넘게 아이가 생기지 않았습니다. 딸아이의 나이가 적지 않은 데다가 평소 몸도 약했던 터라 아내는 걱정이 이만저만이 아니었습니다. 임신과 출산에 좋다는 보약까지 지어 먹으며 부단히 신경을 썼습니다.

어느 날 딸아이와 함께 산부인과에 다녀온 아내의 낯빛이 어두웠습니다. 난소 양쪽에 유착이 있고 혹도 있다고 했습니다. 종합해 보니 난소 상태가 좋지 않아 딸아이가 자연적으로는 임신하기가 어렵다는 얘기였습니다. 그 일로 난소 건강이 얼마나 중요한지 깨달은 딸아이는 그간 산부인과 검진에 소홀했던 걸 후회했습니다.

혹과 유착을 떼어내는 수술을 받은 후 딸아이는 수영을 다니며 몸을 튼튼히 했습니다. 또한 각종 영양제를 챙겨먹고, 자연식 위주로 식단관리를 하는 등 여러모로 철저히 임신 준비를 해나갔습니다.

하지만 좀처럼 아이는 찾아오지 않았습니다. 그러다 결국 현실을 받아들이고 난임 전문병원을 통해 시험관 시술을 준비하게 되었습니다. 딸아이는 의술의 도움을 받아 임신하는 것에 대해 큰 거부감을 보였지만, 무작정 아이가 찾아오기만을 기다리며 시간을 보낼 수는 없는 듯 했습니다.

딸아이가 시험관 시술을 진행한다는 얘기를 듣고 좋은 소식을 기다렸는데, 한참이 지나도 깜깜 무소식이었습니다. 아내에게 진행 상황을 슬쩍 물었더니, 1~2차 시술 결과 착상조차 되지 않은

채로 허무하게 끝났다면, 제게 모른 척하라고 몇 번이나 당부했습니다. 아내의 말에 따라 아무것도 모른 척 했지만, '아기나 '임신'이라는 단어만 나오면 유독 예민하게 반응하는 딸아이를 볼 때마다 아버지로서 너무 안타까웠습니다.

그러던 어느 날, 부엌에 있던 아내가 다급한 목소리로 저를 부르며 호들갑을 떨었습니다. 무슨 일이 일어났나 싶어 급히 부엌으로 갔더니, 아내가 휴대전화를 보면서 발을 동동 구르고 있었습니다. 아내가 보고 있었던 건 딸아이가 보내온 임신 테스트기 사진이었습니다. 제 눈에도 사진 속의 임신 테스트기에서 선명한 두 줄이 보였습니다. 3차 시험관 시술에서 드디어 임신에 성공한 것이었습니다.

다음날, 딸 내외가 집으로 찾아왔습니다. 딸아이는 자고 일어나면 모든 게 꿈일 것만 같아 밤새 한숨도 못 잤다고 말했지만, 표정만큼은 환해 보였습니다. 이제는 난임병원이 아닌 일반 산부인과에 다닐 수 있게 됐다며 밝게 웃는 모습에 안심이 되었습니다.

그 후 몇 주 동안 저는 머지않아 곧 할아버지가 된다는 기대감에 부풀어 지냈습니다. 하지만 산부인과에서 아기집 모양이 좋지 않다는 말을 듣게 되었다는 딸아이의 전화를 받고는 더 이상 마음 편히 지낼 수 없었습니다.

불안한 마음은 얼마 안 가 현실이 되고 말았습니다. 딸아이는 어렵게 찾아온 소중한 아이를 어떻게든 붙잡으려 안간힘을 썼지만, 뱃속 아이는 얼마 안 가 하늘의 별이 되고 말았습니다.

아내와 함께 딸아이를 찾아갔을 때 딸아이는 온 세상을 잃은 것 같은 표정을 하고 병실에 누워 있었습니다. 슬픔에 빠져 있는 딸아이에게 건강을 잘 챙기라는 말 밖에는 해줄 수 있는 게 없었습니다.

1년 정도 몸과 마음을 추스른 딸아이는 다시 용기를 내 난임 전문병원에 다니며 시험관 시술 준비를 시작했습니다.

하지만 기다림의 시간은 곧 조금함과 간절함으로 바뀌어갔습니다. 하루는 딸아이가 “다른 사람

들은 애도 쉽게 갖고, 낳던데 나는 왜 이렇게 힘든 걸까?”라고 푸념을 하면서, 마치 인생 최대의 목표가 임신이 된 것 같다는 말을 했습니다.

그러자 아내는 “아이 쉽게 갖고, 쉽게 낳는 사람은 아무도 없어. 쉬워 보여도 저마다 다 사연이 있어. 너희들 나올 때도 쉽게 나올 것 아니야! 그러니까 부모 되는 게 힘든 거지.”라며 딸아이의 상처 받은 마음을 다독였습니다.

아내는 “엄마도 힘들게 나를 갖고, 낳아서 키워줬구나. 고마워요!”라고 말하는 딸아이의 손을 잡고서 “그래! 너도 자식 낳아서 꼭 고맙다는 말 듣게 될 거야.”라며 포기하지 말라고 응원해 주었습니다.

마음을 편히 내려놓고 덕분에인지, 얼마 안가 딸아이에게 다시 큰 선물이 찾아왔습니다. 아기 집과 난황을 확인하고, 심장박동 소리를 들은 딸아이는 이번엔 어떻게든 아이를 지켜야 한다고 이를 악물었습니다. 혹시나 하는 마음에 외출도 하지 않았고, 몸에 무리가 될 만한 행동은 최대한 자제했습니다.

그리고 검진 날, 뜻밖에도 의사로부터 쌍둥이라는 소견을 듣게 되었습니다. “슬픔이 컸던 만큼 기쁨이 두 배로 찾아온 것 같아.”라고 말하는 딸아이를 보니, 간절히 원하고 바라던 언젠가는 꼭 이루어진다는 말이 실감되었습니다. 딸아이와 함께 병원에 다녀온 아내는 아기집 상태도 좋고 두 아이도 뱃속에서 다 잘 자라고 있다는 말을 들었다면서 무척 기뻐했습니다.

시간이 흐르면서 뱃속 아이들은 딸아이에게 더없이 소중한 존재가 되어갔습니다. 입덧이 너무 심해 잘 먹지도, 자지도 못하면서도 그 시간이 너무 벽차고 행복하다고 했습니다. 딸아이는 혹시 쌍둥이 중 한 명이라도 잘못되지는 않을까 싶어 행동에도 최대한 신중을 기했습니다.

딸아이는 그렇게 차근차근 엄마가 될 준비를 하며 하루하루를 머지않아 태어날 쌍둥이들에 대한 설레는 마음으로 채웠습니다. 30년 넘게 보아왔던 딸아이의 얼굴 중 가장 밝고 행복해보였습니다.

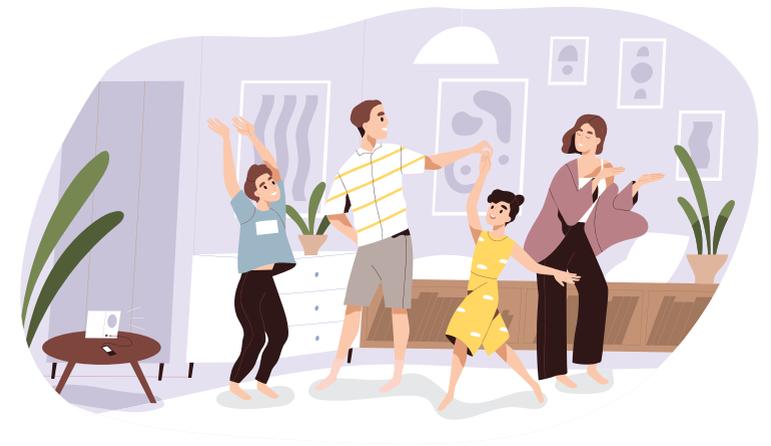
몇 개월 후 딸아이가 보내준 입체초음파에서 쌍둥이 손주들은 올망졸망한 모습으로 세상에 나

올 준비를 하고 있었습니다.

그리고 벚꽃이 흩날리던 어느 봄날, 딸아이는 오랜 시간 간절히 소망해왔던 대로 결국 엄마가 되었습니다. 손자와 손녀도 모두 건강하게 태어나줘서 더 바랄게 없었습니다.

병원에서 본 손주들은 입체초음파에서 보았던 대로 너무나 사랑스러운 모습을 하고 있었습니다. 저는 곧바로 사진을 찍어 휴대전화 화면에 저장한 후 지인들에게 전화를 걸어 자랑을 했습니다. 그제야 저는 마음껏 웃으며 좋아할 수 있었습니다.

엄마가 되겠다는 일념 하나로 지났던 과정을 견뎌온 딸아이, 딸아이의 곁에서 힘이 되어준 사위, 늘 노심초사하며 마음을 썼던 아내까지... 모두의 간절한 마음이 모여 세상 무엇보다도 바꿀 수 없는 소중한 생명을 잉태해 세상에 태어나게 했습니다. 임신과 출산이야말로 세상에서 가장 고귀하고 복된 일이라는 생각이 듭니다.



5년의 기다림, 아이를 품기 위한 소중한 시간

장려상 - 정○○

결혼을 하면서 우리 부부는 서두르지 않고 천천히 아이를 갖기로 계획했다. 신혼생활을 제대로 즐기고 싶은 마음도 있었고, 아내가 회사에서 중요한 프로젝트를 앞두고 있었기에 일을 성공시키고 승진을 한 후에 아이를 갖기로 약속했던 것이다.

그때까지만 해도 우리는 결심만 하면 아이를 갖는 건 시간문제일 뿐이라고 생각했었다. 하지만 아내가 프로젝트를 마치고 승진을 한 후 매번 배란일에 맞춰 자연임신을 시도해 보았지만 좀처럼 임신이 되지 않았다.

어느 순간부터 아내는 우리가 난임이 아닐까 걱정스러워했다. 혹시나 하는 마음에 산부인과에서 검사를 받아보았는데, 다낭성 난소증후군이라는 진단을 받게 되었다. 남의 일이라고만 생각했던 난임이 돌덩어리처럼 무겁게 다가온 순간이었다. 아내의 생리불순이 단순히 스트레스로 인한 일시적 현상인 줄 알았는데, 근본 원인이 따로 있었던 것이다.

아내의 친구에게서 난임전문병원을 추천 받은 우리 부부는 꾸준히 병원에 다니며 난임 치료를 받았다. 하지만 다낭성 난소증후군은 좀처럼 사라지지 않고 임신을 원하는 우리 부부를 끈덕지게 따라다니며 휘방을 놓았다.

의사선생님은 자연임신을 기다리기보다는 시험관 시술을 해보는 편이 낫겠다고 조언했지만, 아내는 고개를 가로저었다. 처형이 다섯 번에 걸친 시험관 수술로 고생만 하다가 임신을 포기했던 터라, 선뜻 결정을 내리지 못했던 것이다.

하지만 이제는 30대 중반이라는 나이를 고려해야 한다는 나의 설득이 이어지자, 아내는 고민 끝에 의학의 힘을 빌리기로 결정했다.

시험관 시술이 시작되자, 난자를 최대한 많이 채취하기 위해 호르몬 주사를 맞고 약을 투여해 과배란을 유도했다. 시험관 1차 때는 난자 6개를 채취하였는데 2개만 수정되었고, 배아 상태가 좋지 않아서였는지 임신이 되지 않았다.

처음에는 자연임신은 어렵더라도 시험관 시술만 하면 임신이 될 줄 알았다. 하지만 그것은 우리 부부의 착각이었다. 우리는 몸을 더 관리해 다음 시술에 도전해 보자고 의지를 다졌다.

시험관 2차 때도 똑같은 과정을 반복했다. 날짜와 시간에 맞춰 과배란주사와 난포성숙주사를 맞았고, 난자 7개를 채취해 2개가 수정되었다. 수정란을 이식한 후 아내는 심한 배통증을 느꼈고 몸 컨디션도 좋지 않았다.

하지만 아내는 시술의 통증보다는 임신 여부를 확인할 때까지 기다려야 하는 약 2주간의 시간을 더 힘들어 했다. 그리고 이번 결과 역시 1차 때와 마찬가지로.

“나도 언니처럼 고생만 하다가 끝내 임신을 못하면 어떻게 하지?”

1차 때와는 달리 불안감에 빠진 아내는 자신이 임신을 미뤄왔기 때문에 아이가 찾아오지 않는 것 같다며 스스로를 자책했다.

그때부터 나는 난임 관련 온라인 카페에 가입한 후 시험관 시술에 대해 공부하기 시작했다. 우리 사회에서는 내가 생각했던 것보다 훨씬 더 많은 사람들이 난임으로 인해 고통받고 있었고, 또 많은 이들이 난임의 고통 끝에 아이를 출산해 행복을 만끽하고 있었다.

시험관 시술을 한 선배들의 경험에서 우리나라는 조언들은 아내가 몸 관리를 하는데 큰 도움이 돼주었다. 아내는 선배들의 조언에 따라 난소기능을 끌어올리기 위해 수시로 산책을 하고, 요가를 했으며, 몸에 좋다는 음식들을 챙겨먹었다.

나는 시험관 실패 후 고통을 겪는 과정에서 남편의 따뜻한 눈빛과 관심이 가장 큰 위로가

되었다는 선배들의 조언에 따라, 아내와 시간을 함께 보내며 마음을 다독여 주었다.

우리 부부는 기대감과 부담감을 내려놓고 시험관 3차를 진행했다. 3차 때는 배아 상태가 좋아 작은 희망이 보였는데, 아나나 다를까 기적적으로 임신에 성공하게 되었다.

“너무 수고 많았어. 당신은 꼭 좋은 엄마가 될 거야!”

내가 선물한 꽃다발을 받은 아내는 세상을 다 가진 것처럼 기쁘게 웃었다.

임신 5주차에 명확한 아기집을 보고 8주차에 아이의 심장소리를 들었는데, 난임 진단 때 부터 지금까지의 고생스러움이 말끔히 씻겨 내려가는 것만 같았다. 쿵쾅거리는 아이의 심장 소리는 새 희망을 알리는 소리처럼 우렁차고 경쾌했다.

그런데 임신 13주차 때 허망하게도 아이의 심장이 멈추고 말았다. 염색체 이상으로 계류 유산이 된 것이다. 소파수술을 받은 후 집으로 돌아온 아내는 결국 바닥에 주저앉아 오열을 하고 말았다. 아이를 떠나보낸 정신적 충격이 심했는지, 자다가 소리를 지르며 깨어난 적도 여러 번이었다.

남편으로서 내가 해줄 수 있는 건 아내의 스트레스를 관리해주고, 몸이 회복되도록 돕는 일뿐이었다. 평소 아내가 좋아하는 음식점과 분위기 좋은 카페를 찾아가고, 경치 좋은 휴양림을 수소문해 함께 숲 산책도 다녔다.

우리 상황을 모르는 주위 사람들은 왜 아이를 갖지 않느냐며 걱정을 해주었는데, 생각해서 하는 말인데도 그 말이 점점 더 부담스럽게 다가왔다. 그래서인지 평소 활기차고 자신감이 넘치던 아내도 길에서 갓난쟁이 아이를 보거나 임신부를 볼 때면 크게 위축되는 모습을 보였다. 특히 본가에 갈 때면 부모님이 임신에 관해 아무 말을 하지 않아도 주눅 든 표정을 지었고, 친척들이 모두 모이는 행사에는 아예 참석조차 하지 않게 되었다.

무엇보다 형 내외가 늦둥이를 임신했다는 소식을 전해 듣고는, 마음껏 축하해주지 못하고

속상해하는 아내를 보면서 내 마음도 찢어지는 듯 아팠다.

우리 부부는 나중에 뒤돌아보았을 때 아쉬움이나 후회가 전혀 남지 않도록 계속해서 도전해보기로 했다. 하지만 4차에서도 좋은 소식을 듣지 못하고 쓴 고배를 마셔야 했다.

계속해서 이어진 5차 시험관 시술. 놀랍게도 채취된 열 개의 난자 중 5개가 최상급이고, 2개가 중상급이라고 해 예감이 좋았다. 아내는 마치 좋은 성적을 받아든 아이처럼 해맑은 웃음을 지었다.

그리고 우리 부부에게 꿈처럼 다시 아이가 찾아왔다. 한없이 기쁘면서도, 3차 때 뱃속의 아이가 잘못된 경험이 있었기에 불안감이 아내를 마음껏 웃지 못하게 만들었다.

더욱이 유산기가 심해 좀처럼 마음을 놓을 수도 없었다. 병원으로 달려가 다섯 차례나 유산방지주사를 맞았던 아내는 결국 2주 정도 병원에 입원까지 해야 했다.

15주차까지 유산기가 이어져 노심초사했는데, 다행히 16주차에 접어들면서 유산기가 말끔히 사라졌다. 우리 부부는 안정기에 접어들고 나서야 마음껏 기뻐할 수 있었다. 우리의 간절한 소망이 꼭 이루어지길 바라는 마음으로 '소망이'라는 태명도 지었다. 아이는 19주차에 태동으로 자신의 존재를 알리고, 우리에게 더없는 웃음과 큰 행복을 선물해주었다.

시간이 흘러 임신 28주차가 되었다. 제법 배가 불러오면서 더 이상의 좋지 않은 이벤트는 없을 거라고 생각하고 마음을 놓고 지냈다. 정기검진을 받던 날, 입체초음파로 아이의 얼굴을 볼 수 있을 거라는 기대에 부풀어 있었는데 초음파를 보던 의사선생님의 표정이 갑자기 어두워졌다.

그리고는 너무 당황스럽게도 자궁 입구가 열려 조산할 수 있으니 빨리 대학병원을 가보라고 말했다. 자궁경부무력증이라면서 아내에게 대학병원으로 가서 자궁 입구를 묶어주는 수술을 받아야 한다고 권고했다.

아내의 아랫배를 발로 툭툭 치는 게 자연스러운 태동인줄 알았는데, 그것은 아이가 경부 입구까지 내려왔다는 위험한 신호였던 것이다.

이미 얼굴이 새파랗게 질려버린 아내를 다독여 근처 대학병원 응급실로 달려갔다. 아내의 경부 상태를 본 담당의사는 경부 길이가 거의 남아있지 않아, 수술 성공 여부를 확신할 수 없다고 말했다. 듣기만 해도 너무 무서운 말이었지만, 겁낼 틈도 없이 바로 긴급수술이 진행되었다.

나는 수술실로 들어가는 아내의 손을 꼭 잡고서 “당신이 무서워서 떨면 뱃속 아이가 더 무서워할 거야! 힘들어도 떨지 말고 수술 잘 받고 와!”라며 위로해주었다.

수술이 진행되는 1시간여의 시간이 마치 억겁의 시간처럼 길게 느껴졌다. 수술실을 나온 아내는 나를 보자마자 눈물을 툭툭 흘렸다. 아내는 뱃속 아이가 불안해 할까봐 수술 내내 좋은 생각만 했다고 말했다. 나는 가늘게 떠는 아내를 꼭 안으며 수고했다고 다독여주었다.

천만다행으로 수술은 성공적이었다. 하지만 수술이 잘되었다고 해도 아이가 잘못될 위험은 아직 남아있어 출산까지 적어도 10주 이상 누워서 지내야한다고 했다. 나는 즉시 회사에 휴직계를 내고 아내의 곁을 지켰다.

아내는 24시간 중 23시간을 누워서 지냈다. 빨래와 청소, 식사준비며 설거지 등 집안일이 벅찼지만, 종일 누워만 지내는 아내의 힘든 날들에 비하면 아무 것도 아니라는 생각이 들었다.

5년여 걸쳐 시험관 시술과 임신, 유산, 그리고 다시 시험관 시술과 임신이라는 큰 산을 넘어온 아내. 아이가 잘못될까봐 23시간을 누워서 지냈던 아내. 그 힘들고 지난한 시간을 넘어서 드디어 아내는 한 아이의 엄마가 되었고, 나 또한 아빠가 될 수 있었다.

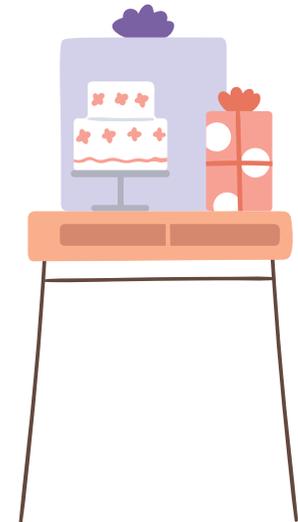
아내가 건강하게 소망이를 출산하던 날, 가슴 가득 차오르던 벅찬 감동은 아직까지도 내

머릿속에 생생하게 남아있다.

갓 태어나 배냇짓을 하는 아이를 향해 “안녕? 소망아! 너무 반가워~ 아빠야!”라고 인사를 했다. 기쁨의 눈물을 흘리는 아내에게 고생이 많았다고 말하자, 아내는 나를 보며 “내가 지금까지 살면서 제일 잘한 일이 뭐 줄 알아? 바로 당신을 만나 결혼한 거랑, 끝까지 임신과 출산을 포기하지 않은 거야! 우리 앞으로 더 행복하게 살자!”라며 웃었다.

우리의 임신과 출산 과정은 결코 평범하지 않았다. 하지만 그 지난한 과정은 모두 사랑스러운 아이를 품에 안기 위한 소중한 시간들이었다.

모든 부모들은 위대하고 박수를 받을 충분한 자격이 있다. 지금 이 순간에도 난임의 고통을 겪으며 임신을 위해 노력하고 있는 예비 엄마와 아빠들에게 힘내라고, 포기만 하지 않으면 꼭 임신과 출산은 현실이 된다고 말해주고 싶다.



세상에서 가장 고귀한 사랑의 열매

장려상 - 최○○

아들이 마음 따뜻한 며느리를 만나 단단한 가정을 이루었다. 부부 사이도 유난히 좋아 이제는 두 사람을 닮은 아이만 있으면 남부러울 게 없겠다고 생각했는데, 결혼 후 3년이 다 돼가도록 좀처럼 열매가 맺히지 않았다. 혹시 아이를 갖지 않는 이유라도 있는 건가 신경이 쓰이던 즈음, 아들 내외가 난임 치료를 받을 계획이라는 얘기를 꺼냈다.

마음처럼 임신이 되지 않아 걱정을 하던 중 난임 병원에서 검사를 받았더니, 아들은 정상적인 정자 수가 적고 운동성이 부족하다는 소견을 들었다고 했다. 며느리 역시 난소 기능이 저하돼 있는데다가 호르몬성 질환까지 겹쳐 임신이 어렵다는 소견을 들었던 것이다.

아들은 평소에도 건강했기에 한 번도 자신의 생식 기능에 대해 의심을 해 본 적이 없었고, 며느리도 생리가 규칙적인 데다가 자궁에 특별한 질환도 없었기에 임신이 어려우리라고는 한 번도 생각하지 못했다고 토로했다.

과거 나 역시 난임을 겪었었기에 아들 내외의 상황이 가볍게 느껴지지 않았다. 당시 시어머니는 무조건 여자인 내게 문제가 있을 거라며 대놓고 눈치를 주었고, 남편도 모르쇠로 일관해 서러움이 복받쳐 눈물 흘리는 날이 많았다.

친정어머니가 임신에 좋다는 한약을 어렵게 구해다 주기도 했고, 눈빛만 마주쳐도 임신이 된다는 사람의 속옷을 얻어오기도 했다. 친정어머니의 극진한 마음 덕분인지, 갖은 눈치와 마음고생 끝에 나는 결혼 후 6년 만에 간신히 첫 아이를 품에 안을 수 있었다.

난임의 고통을 누구보다도 잘 알기에 아들 내외, 특히 며느리에게 최대한 부담을 주지 않으려고 노력했다. 과거와 비교해 난임 치료기술이 눈부시게 발전해 임신과 출산에 성

공하는 난임부부가 많은 만큼, 의학의 도움을 받으면 큰 어려움 없이 아이를 가질 수 있을 거라고 힘을 실어주었다.

그러면서 아들에게 몇 가지를 당부했다. 아무래도 시험관 시술을 하게 되면 여자가 더 힘든 만큼 최대한 며느리가 스트레스를 받지 않도록 배려하고, 마음을 편하게 해주라는 것이었다. 또한 이번 기회로 자신의 몸 상태를 정확히 알게 된 만큼, 임신여부를 떠나서 서로의 건강을 위해 몸 관리에 힘쓰라고도 조언해주었다.

그로부터 서너 달이 지나서 아들 내외는 첫 번째 시험관 시술을 진행했다. 난포주사를 맞고, 난자를 채취하고 배아를 이식하는 과정이 결코 쉽지는 않았다. 그럼에도 며느리는 아이를 만나는 날에 한 발짝 더 다가선 것 같다며 반색했다. 나 역시 아들 내외에게 좋은 소식이 오길 바라는 마음으로 조용히 결과를 기다렸다.

결과가 나오는 날, 휴대전화 너머로 들려온 며느리의 목소리는 풀이 죽어 있었다. 결과는 굳이 듣지 않아도 짐작할 수 있었다. 시험관 시술이 한 번에 성공하기 힘들다는 걸 이미 잘 알고 있었던 나는 아들 내외에게 “그동안 고생들 많았다. 아이는 하늘에서 내려주시는 거야. 아직 때가 되지 않은 것뿐이니까 실망할 거 없어~.”라며 다독였다. 시험관을 끝낸 며느리는 3개월 정도 지친 몸과 마음을 쉬면서 새 에너지를 충전했다.

두 번째는 잘 될 줄 알았는데, 두 번째 시술에도 임신에 성공하지 못했다. 아무래도 두 번째다 보니 분위기는 첫 번째 보다 더 침울했다.

“너희들끼리 재미있게 살면 되지. 임신이 안 된다고 너무 힘들어 하지 마라!”라고 말은 했지만 현실이 너무 가혹하다는 생각이 들었다. 통증을 견디며 난자를 채취했음에도 임신이 되지 않았다는 말을 들었을 때 며느리의 감정은 얼마나 힘들었는지, 또 주변 친구들이 임신과 출산을 하고 아이를 키우는 과정을 지켜보면서 얼마나 속울음을 삼켰을지 생각해보자 가슴이 아팠다.

우울함에 빠져 얼굴에 생기를 잃고 웃음기를 잃어버린 며느리에게 “견딜 수 없이 아프

고 힘든 날에는 오히려 평평 울고 털어버려!”라고 위로해주었다. 하지만 며느리는 쉽게 예전의 모습으로 돌아가지 못했다. 어떻게든 힘이 돼주고 싶었던 나는 며느리와 밖에서 따로 만나 영화도 보고, 쇼핑도 하면서 기분을 전환시켜주기 위해 노력했다.

세 번째 시술에도 임신 소식을 듣지 못했던 아들 내외는 잠정적으로 시험관 시술을 중단한다며 어렵게 말문을 뗐다. 최대한 담담히 얘기했지만, 며느리의 눈가에 비친 눈물이 현재의 감정 상태와 고통의 무게를 말해주고 있었다.

나는 아들 내외에게 그동안 충분히 고생 많았다며 여행이라도 다녀오라고 등을 떠밀었다. 얼마 후 여행을 다녀온 며느리의 얼굴은 모처럼 밝아 보였다. 상처받은 마음이 어느 정도는 치유된 것 같아 다행스럽게 생각됐다. 아들 역시도 조금이나마 삶의 여유를 다시 찾은 것 같아 다행이었다.

아들 내외는 늘 그래왔듯 단단하게 일상을 다시 살았다. 1년 정도는 난임 병원에 다니지 않겠다고면서도 끝까지 아기는 포기하지 않을 거라고 말했다. 나는 그 선택에 “난임은 누구의 잘못도 아니니까 너희 부부가 함께 힘을 모으고 서로에게 든든한 버팀목이 돼주어야 해. 그러면 아기라는 밝은 빛이 반드시 너희를 찾아올 거야.”라며 응원했다.

하늘이 아들 내외와 나의 간절한 소원을 들어주신 걸까. 1년 후 네 번째 시험관 시술 결과, 드디어 임신이 되었다는 말을 전해 듣고 나도 모르게 주변이 떠나갈 정도로 크게 환호성을 내지르고 말았다. 마치 과거 마음고생 끝에 첫째를 임신했을 때처럼 가슴이 벅차고 두근거려 줌처럼 진정이 되지 않았다.

“그래, 우리 며느리! 내가 해낼 줄 알았다! 포기하지 않고 꼭 이뤄낼 줄 알았어!”

“네~ 어머니! 이게 다 어머니께서 믿어주시고 응원해주신 덕분이예요!”

얼마 후 아들 내외와 함께 산부인과를 찾아간 날, 뱃속 아기의 심장 박동소리를 듣고 너무 좋아서 하마터면 진료실에서 눈물을 흘릴 뻔했다. 그리고 얼마 후 예쁜 손녀라는

말을 듣고는 기쁨의 탄성이 터져 나왔다.

손녀는 며느리의 자궁에서 건강하게 뿌리를 내리고 무럭무럭 자라주었다. 비록 임신을 하기까지는 힘들었지만, 다행히 임신이 된 후로는 가슴이 철렁할 일이나 마음을 졸이는 일은 없었다.

그리고 열 시간이 넘는 긴 산고 끝에 사랑스러운 아이를 무사히 출산해 품에 안을 수 있었다. 두 사람을 쫓 빼닮은 손녀는 어떤 값진 것보다도 비교할 수 없는 세상에서 가장 고귀한 사랑의 열매였다.



난임. 너를 만나는 그날까지

입선 - 정○○

안녕하세요. 저는 지금 임신 6개월로 12월에 출산을 앞두고 있는 임신부입니다. 2019년 서른 살, 1년 8개월의 연애 끝에 결혼했습니다. 결혼 전 건강검진을 받았는데 난소에 혹이 있다는 소견이었습니다. 대수롭지 않게 생각했는데 수술을 해야 한다는 소식에 걱정했습니다. 평소 생리통이 심했는데 난소 혹 제거 수술 후 자궁 내막증까지... 결과는 자연임신이 어렵다는 진단을 받았습니다. 수술했던 병원에서 시험관 시술을 계속 시도해도 실패해서 이대로는 안되겠다 싶어 상봉에 있는 난임병원을 알아봤고 그중 집에서 가장 가까운 상봉 ○○○병원으로 갔습니다. 처음 진료 결과 갑상선 기능 이상, 뇌하수체 선종 등 임신을 방해하는 요소들이 많다는 것을 알게 되었습니다.

난임진단을 받고 시험관을 시작하면 바로 임신이 될 줄 알았습니다. 평소 생리주기가 불규칙적이긴 했지만 생리를 안 한 적이 없었기에 크게 걱정하지 않고 있었습니다. 남편 또한 정자 검사 결과 이상이 없어 시험관을 하면 금방 임신이 될 줄 알았습니다. 낫선 난임 주사는 호르몬의 변화를 오게 하였고 채취 후 이식 날이 다가올수록 남편에게 짜증을 많이 냈습니다. 이식 후 피검사 결과가 나오는 10일 동안의 시간은 인생에서 다시 기다리기 싫은 시간이었습니다. AMH 수치 0.19 극 난자 저하 기능을 가진 내가 과연 임신을 할 수 있을까? 너무 걱정되고 숨이 막혔습니다. 주변 가족들의 시선, 다니고 있는 회사, 친구들의 임신 소식이 들릴 때마다 모든 게 싫었습니다. 내가 당장 임신이 안되는 상황인데 진심으로 축하한다는 말이 나오지 않았습니다. 하루는 친척 언니의 임신 소식을 듣고 집에 와서 남편 앞에서 평평 울었습니다. 차마 엄마 앞에선 울지 않았지만 유일하게 나를 이해해 줄 수 있는 사람은 남편밖에 없다고 생각했습니다. 사실 남편에게조차도 말 못 한 부분도 많았습니다. 임신이 돼야 이 고통에서 벗어날 수 있지 않을까? 어떻게 해야 할까? 남편과 상의 끝에 회사를 반년 정도 휴직하기로 결정하였습니다. 일단 몸이 쉬고 회사에서 받는 스트레스가 줄어들게 되면 임신에 도움이 되지 않을까 생각했습니다. 하지만 집에서 혼자 있던 저는 더더욱 난임이라는 동굴 속에서 하루를 보냈습니다. 어떤 게 문제일까? 왜 나한테만 이런 일이 생기는 걸까? 점점 부정적으로 변해가고 아무 의욕도 생기지 않았습니

다. 몸 상태도 좋지 않아 난자를 채취해도 1~2개 정도 밖에 안 나오니 우울감은 더욱 심해졌습니다.

그렇게 시술을 한 회, 두 회 하다 보니 신선배아 9회 지원이 종료되어 자부담으로 시술을 진행하게 되었습니다. 1회차 비용이 300~400만 원 채취, 이식 등 끝이 없는 터널을 달리고 있는 느낌이 들었습니다. 반복적으로 안될 때 남편은 이제 포기하는 게 어떻겠냐고 말한 적도 있었습니다. 아마 제가 힘들어하는 모습을 보니 남편도 옆에서 어떻게 해줄 수 있는게 없으니 그랬었을 거 같아요. 하지만 저는 오기가 생겼습니다. “될 때까지 해보자!” 임신할 때까지, 아기를 안는 그 순간까지 포기하지 않기로 스스로 다짐했습니다.

하지만, 난임 여성들이 겪는 고통은 다양합니다. 어떤 영양제가 좋은지, 임신을 포기해야 아이가 생긴다는 주변의 걱정 어린 시선, 아기는 빨리 낳아야지 하며 인생 선배라고 훈수 두는 사람들, 결혼을 하면 당연히 아이를 바로 낳아야 한다는 생각은 저희 부부에게 또 다른 상처로 남았습니다. 낳고 싶어도 낳지 못하는 사람들에게 가장 고마운 사람은 아무 말도 하지 않고 묵묵히 기다려주었던 사람이 아닐까 싶습니다.

남편이 하루는 난임 오픈 채팅방 같은 게 있지 않냐고 물어봤습니다. 같이 힘든 상황을 공유하고 정보를 얻고 하면 나만 지금 힘든 게 아니고 나보다 더 힘든 사람이 있으니 충분히 긍정적인 마음으로 극복할 수 있을 거라 했습니다. 찾아보니 몇 개 단체 채팅방이 있어서 들어갔습니다. 채팅방에는 저보다 많은 차수의 분들도 계시고 난임과 관련된 많은 정보를 얻을 수 있었습니다. 나만 혼자 이렇게 힘들었던 게 아니구나 공감대를 얻으면서 확실히 예전보다는 마음이 편해졌습니다.

그러던 와중에 신선배아 9차까지 소진한 부부들에게 난임가족연합회에서 1회차에 대해서 지원해 주는 아가야 보듬이 사업에 대해 알게 되었습니다. 만약 단체 채팅방에 들어가지 않았다면 몰랐을 내용이었죠. 딱 저희 부부에게 해당되는 내용이라 바로 신청하였고 2022년 2분기에 선정이 되었습니다. 그런데 저희가 다니고 있던 상봉 ○○○병원이 아닌 신설동에 있는 서울 ○○○병원으로 선정이 되었습니다. 기존에 다니던 상봉 ○○○병원에 냉동배아도 있다 보니 전원 결정은 쉽지 않았습니다. 비용 부담도 되다 보니 저희는 병원을 바꿔하기로 결정하였습니다. 그때 난임가족연합회에서 추진하는 “된다! 된다! 꼭 된다!” 남이섬에서 진행되는 1박2일 힐링캠프 프로그램이 있었습니다. 남편이 보듬이 지원

을 신청하면서 찾아왔다고 집에서도 가까우니 한번 참여해 보는 게 어떨겠냐고 저한테 말했습니다. 처음엔 난임 부부들끼리 같이 모여서 프로그램이라니 신청은 해보라고 말만 했습니다. 그렇게 잇고 지내다 보니 22년 3회차 캠프에 선정되어 갔습니다. 난임 부부들을 위한 프로그램이 있었고 남편과 대화도 하며 자유로운 시간을 보냈습니다. 거기서 제 담당 주○○ 교수님을 처음 뵈었습니다. 난임에 관한 사소한 궁금증부터 자세한 상담까지 꼼꼼하게 설명해 주시면서 알찬 시간을 보냈습니다. 머그컵 만들기부터 참가하신 분들에게 영양제 후원까지 내년에 이런 기회가 있다면 다시 오고 싶다는 생각이 들었습니다. 하지만 한편으로는 난임에 익숙해지면 안 되고 이런 프로그램으로 힐링해서 빨리 난임병원을 졸업하고 싶다는 생각도 같이 들었습니다.

그렇게 옮긴 신설 ○○○에서의 첫 진료. 난임캠프에서 봤던 주○○ 교수님을 뵈고 눈물이 흘렀습니다. “얼마나 힘들었어요”라고 건넌 선생님의 말 한마디에 누구도 이해하지 못할 게 아픔이 느껴졌습니다. 신설 ○○○에서도 할 수 있는 검사를 모두 했습니다. 보듬이 지원도 하고 추가적으로 몇 번 더 시험관 시술을 시도해 봤지만 결과는 실패였습니다. 어떻게 해야할까라는 질문만 몇 번을 했습니다.

그렇게 반복해서 시험관 시술을 하던 중 날씨가 좋았던 4월의 그날입니다. 그날 이식 결과 통보와 동시에 상봉 ○○○에 있던 냉동배아를 신설 ○○○으로 옮기는 날이었습니다. 오전에 신설 ○○○에서 피검사를 하고 냉동배아 통을 들고 상봉으로 가서 냉동배아를 받아 점심을 먹고 신설 ○○○으로 오는 길이었습니다. 병원에서 결과 통보 전화가 왔지만 옆에 운전하고 있는 남편이 있어 차마 전화를 받을 수 없었습니다. 실망하는 나의 모습을 남편에게 보여주는 게 14번 동안 보여줬지만 항상 어려운 일이었습니다. 그렇게 냉동배아를 옮기고 결과를 들으러 병실로 갔는데 임신 수치가 85가 나왔습니다. 눈물이 맺히고 다시 한번 간호사 선생님께 여쭙봤습니다. 믿기지 않아 간호사 선생님께 피검수치 증명서류를 달라고 했습니다. 너무 당황해서 아무 말도 안 나왔습니다. 남편에게 급하게 전화해 내려오라고 말했습니다. 결혼하고 3년 반 동안 정말 많이 울었습니다. 너무나 고생해서 다시는 생각하기도 싫었던 그날 들이 주마등처럼 지나갔습니다. 남편과 같이 백화점에 가서 쇼핑하면서 기분 전환을 하려 했는데 수액처방으로 2시간 정도 누워있었습니다. 실감이 아직은 나지 않았습니다. 얼마나 기다렸는지 모릅니다. 아기를 포기하고 살면 어떨까? 시험관 시술을 하고 나선 화장실, 고속도로 휴게소, 시댁, 친정, 가족여행을 가도 주사를 맞을 생각만 했습니다. 임신에 도움 된다는 영양제도 먹고 할 수 있는 건 다했습니다. 1주일, 1주일 그렇게 피검사를 통과하고 드디어 난임병원을 졸업했습니다. 주○○ 교

수님께서 편지까지 써주셨네요. 친절했던 간호사 선생님들, 연구실 선생님들 전부 너무나 감사합니다. 공난포가 나와 집까지 오는 길에 아무 말도 안 하고 눈물만 흘린 적도 많습니다. 그런데 내가 임신을 하다니....

아이 태명은 도토리를 줄여서‘토리’라고 지었습니다. 누구보다 걱정하셨을 양가 부모님께 어버이날 선물로 초음파 사진을 보여드렸습니다. 돈도 많이 들고 너무 힘들어하는 저의 모습을 볼 때마다 “이제 시험관 시술을 그만하는 게 어떨겠냐”라고 부모님들은 걱정 어린 시선으로 말씀하셨습니다. 임신이 되었다고 말씀드리니 누구보다 좋아하셨습니다. 고생했다고 잘 키우라고 그 말이 얼마나 듣고 싶었는지 아무도 모를 겁니다.

지금 제 뱃속에서 토리는 밤마다 열심히 태동을 합니다. 얼마나 움직이는지 밤에는 놀라서 한 번씩 잠을 설치고 있네요.

기적처럼 와준 아기지만, 그냥 마냥 기다린다고 아기가 오는 것은 아니라고 생각합니다. 나와 맞는 병원과 선생님을 찾아 빨리 옮기는 결정, 임신에 방해되는 요소가 있으면 약 처방, 영양제 등 최대한 도움이 되도록 하는 방법, 휴직 결정 등 제가 남편과 3년간 난임을 위해 스트레스를 극복하려 한 작은 노력들이 모여 임신을 한 게 아닐까 생각합니다.

한편으로는 아쉬운 점이 있습니다. 아이를 낳겠다는 의지와 달리 난임지원정책이 현실과는 안 맞는 부분이 많다고 생각했습니다. 공난포가 나왔을 때 정부 지원금을 받을 수 없는 점, 개인마다 몸의 상태가 다른데 시술을 횟수로 제한한다는 점, 소득에 따라서 지원을 못 받을 수도 있고, 정부 지방이양 사업으로 지자체마다 난임 지원금이나 내용이 다른 점 등 난임은 정책적으로 개선해야 할 부분이 많다고 생각합니다.

남편은 저 덕분인지 모르겠는데 난임 정책에 관해 관심이 커졌습니다. 최근엔 난임 관련 정책제안으로 장려상을 받아왔더라고요. 난임으로 아내분들이 힘들겠지만, 옆에서 묵묵히 기다려주는 남편분들도 힘을 내셨으면 좋겠습니다.

저는 그렇게 생각합니다. 아이를 낳겠다는데 지역별, 소득별, 횟수별로 차별은 없어야 한다고 생각합니다. 많은 분들이 끝이 없는 마라톤을 달리고 있는데 이 고통을 개인들에게 부담하는 사회가 너무 답답하고 힘들었습니다. 저희 부부는 이제 아이를 키우겠지만 또 다른 난임 부부들이 편하게 아이를 키울 수 있는 사회가 되었으면 좋겠습니다.

많은 분이 답답하시겠지만, 부부가 서로를 탓하지 않고 최선을 다하면 꼭 아기는 찾아온다고 전해주고 싶습니다.

터널 끝에 만난 우주

입선 - 채○○

누구나 나와 내 주변에는 보통의 일보다 더 슬프거나 힘든 일이 생기리라 생각하지 않는다. 우리 부부 역시 건강한 성인 두 사람이 만나, 결혼하면 아기는 자연스럽게 생기는 일이라는 그 흔하디흔한 생각을 했다. 하지만 우리 부부에게 흔한 일은 결코 생기지 않았다.

결혼한 지 6개월이 지난 시점부터 피임을 끊고 아기를 기다렸다. 그리고 자연임신 시도 1년 동안 단 한 번도 임신테스트기에 두 줄을 본 적이 없다.

이때부터 끝을 알 수 없는 어두운 터널을 걷고, 또 걷고... 우주를 만나러 가는 터널의 시작이었다.

사실 우리 부부는 현실에 직면하기보다 사실을 부정했다. 난임 병원에서 받은 임신 준비 검사 결과를 받고도, '아예 불가능은 아니겠지, 1%라도 희망은 있겠지!'라며... 지금 생각해 보면 참 허송세월을 했다.

나는 임신 불가 위치는 아니지만 착상을 방해할 수 있는 근종 6cm, 남편은 정상 정자 1%. 담당 선생님은 검사 결과지를 보곤 자연 임신도 아니오, 인공수정도 아니오, 바로 시험관아기시술을 해야 한다고 하셨다.

우리 부부는 아이를 참 좋아한다. 그리고 우리와 인생을 함께 나눌 아이가 있다면 우리라는 작은 우리에게 더 큰 행복만 있을 거란 확신도 있었다. 그래서인지 더 무너졌는지 모른다. 검사 결과를 듣자마자 진료실에서부터 눈물을 툭툭 흘리며 밖을 나갔다. 이런 나를 보며 담당 선생님은 꼭 자연임신이 안 된다는 것은 아니라며 위로 아닌 위로를 하셨다. 단순히 순간의 위로일 뿐, 현실적인 해결 방법이 아니란 것을 알았다. 그리고 집으로 돌아와서 각종 블로그, 카페를 뒤지며 각종 사례와 정보를 얻었다. 그리고 알았다.

난임과 시험관아기시술 역시 누구나 겪을 수 있는 흔하디흔한 일이라는 것을...

하지만 주변 사례로는 듣지 못했던 남편 정상 정자 1%는 내게 꽤 충격이었다. 건강한 내 남편이 무엇 때문에 멸절된 정자가 몇 개 없는 걸까, 사실 원망도 컸다. 그렇게 잠시 남편이 꼴 보기 싫은 적도 있다. 휴대전화를 하체 주머니에 넣어서 다니는 것, 운동을 하지 않는 것, 과거 흡연을 오래 했던 것, 늦은 밤까지 잠을 자지 않는 것 등 온통 정자에 악영향을 끼는 일이라 생각했다. 부부싸움을 할 때면 '내가 누구 때문에 지금 이 고생을 하는데!'라며 상처 주는 말까지 뱉곤 했다. 그러면서도 저녁 식사 때면 요거트에 견과류와 영양제, 토마토, 아사이베리 등 좋다는 건 꼭 챙겨 먹었다. 미워도 다시 한번, 미워도 내 남편이란 생각으로. 이러면 자연임신도 가능할 거란 생각으로 시험관아기시술을 미루고 또 미뤘다.

내 주변에서 일어나지 않는 일을 한다는 것에 대한 막연함, 몸과 마음이 고통스러운 시간을 보내야 한다는 걱정과 두려움, 그리고 아주 혹시라도 인생은 모르는 일이라는 기대와 현실 부정. 한 달 한 달을 조금하계, 그렇게 1년이 지났다.

하지만 그렇다고 해서 우리 부부에게 희망이 없는 건 아니었다. 자연임신이 흔한 일이라고 생각했던 것과 달리, 난임 병원에 방문한 우리에겐 이제 시험관아기시술이 흔한 일이 됐으니, 이제는 시도하지 않을 이유가 없었다. 더군다나 자궁 상태가 좋으면 정자는 미세수정으로 건강한 녀석들만 골라 배아를 만들고, 이식까지 잘 이어진다면 임신 성공 확률이 높다고 믿었다. 난임 카페나 블로그를 통해 정보를 얻고 다시 조금해졌다. 하루하루가 좌절이던 나에게 생각을 조금만 바꾸니 희망이 되었고, 하루빨리 시험관아기시술에 도전하고 싶었다. 그리고 자궁 상태를 점검할 수 있는 날을 잡아 바로 병원에 방문했다.

나는 자연주기 동결 이식을 하기로 하고 배란과 이식이 잘 되기 위한 주사와 약을 꾸준히 맞고 먹었다. 내가 내 배에 주사를 놓고, 시간 맞춰 약을 먹을수록 고차수 분들이 대단하다 느꼈다. 주사를 맞을 때마다 심호흡을 반복할 만큼 떨리고, 혹시 내가 잘 못 놔서 약 효과가 없으면 어찌지? 하는 걱정도 끊이지 않았다. 빨리 이 시간이 지나가기만을 바랐다.

그리고 드디어, 내 인생 첫 난자 채취 날. 전신 마취를 하기 때문에 남편 동행이 필수다. 남편 정자 검사 날을 제외하면 난임병원은 늘 혼자 갔다. 갈 때마다 떨리고 눈물이 날 것 같은 날이 많았다. 일반 병원과는 달리 왜 그렇게 분위기가 무겁고 처지는지….

이날은 남편이 함께 긴장해 주기도 하고, 힘을 불어넣어 주기도 해서 힘든 수술임에도 잘 이겨냈다고 스스로 다독여 주기에 충분했다. 내시경 검사 외에 수술을 목적으로 하는 전신 마취는 인생에서 처음이던 날. 살면서 참 다양한 경험을 하는구나…. 싶었다.

단백질이 많은 음식을 주로 먹고 주사를 꾸준히 하며 이식 날만을 기다렸다. 우리 아기를 만날 수 있다면 이 정도 고통은 뭐 별거 아니란 생각이 들면서도, 가끔은 서러움에 눈물을 흘리며 시간을 보냈다. 하루 지나고 또 하루가 지나고….

그렇게 배란이 되고, 이식 날이 됐다.

남편이 휴가를 내고 같이 가기로 했다. 남편이 있어서 이날도 괜찮을 거로 생각했는데 병원으로 출발하기 전부터 긴장이 많이 됐다. 집 소파에서 한 번, 병원으로 가는 차 안에서 한 번, 이식 전 탈의실에 한 번, 이식 침대에서 또 한 번…. 눈물이 났다. 긴장도 되고 잘될 거라는 기대도 되면서, 또 흔한 일이라는 걸 알면서도 '왜 나일까.'라는 생각도 했던 것 같다. 탈의실에 들어가 바들바들 긴장하는 내 모습을 본 간호사님이 '잘될 거예요. 이상 없어서 의사 선생님이 부르신 걸 거예요.' 하면서 꼭 안아주셨고 찢끔씩 나오던 눈물이 팡 터져버렸다. 그날만 생각하면 지금도 눈물이 팡 돌 만큼 참 따뜻하고 감사하다.

채취 결과 8개의 5배양 배아가 나왔고, 나는 35세 미만이라 1개만 이식이 가능했다. 이식실에서 처음 본 나의 배아는 달걀형으로 모양이 아주 깔끔하고 예뻐다. 벌써 팔이 안으로 굽은 건지, 그동안 봤던 어떤 배아보다도 눈에 띄게 예뻐다. 이식하는 순간 '우리가 많이 노력할게, 잘해보자. 꼭 붙어줘….'를 속으로 반복했다.

이날의 긍정적인 마음과 간절함이 통했을까. 이식 3~4일째에 착상통처럼 느껴지는 콧콧콧 통증이 조금 있더니, 7일째에 인생에서 처음으로 임신테스트기에 선명한 두 줄을 봤다. 눈물이 팡 돌아 자는 남편을 깨워 얼싸안고 한동안 두 줄을 뻔히 봤다. 그리고 이식 날로부터 10일 뒤, 임신을 확인하는 1차 피검사를 했다. 결과는 173.1로 안정적으로 임신 확인을 받았다. 수치도 좋고 컨디션도 좋아 우리의 마음까지 잘 통했다고 생각했다.

그런데 끝이 아니었다.

2차 피검사도 문제없을 거로 생각했다. 잠시 그게 당연한 순리라 여겼다. 아니었다. 보통 2차 수치는 1차 수치에 비해 2배가 올라야 하는데, 2차 결과 221.2, 3차 결과 437.8로 시기에 비해 미미한 수치였고, 4차 역시 시기에 비해 낮은 수치였다. 4차 피검사가 있던 날 처음 본 초음파에서는 아기집도 보지 못했다. 같은 날 이식한 산모들은 아기집이 크게 크게 자라고 있던 시기에 반해 아무것도 확인하지 못한 나에게 의사 선생님은 자궁외임신을 언급하셨다. 착상 실패보다 더 두렵다는 자궁외 임신…. 이틀에 한 번, 나흘에 한 번 피검사로 병원에 방문하던 나는 하루하루 피가 마르는 것 같았다. 우리에게 내려진 현실이 너무 가혹하기만 했다.

그래도 포기하기는 이르다고, 끝날 때까지 끝난 게 아니라는 것을, 나이 서른 넘어 시험관아기시술을 하며 배웠다. 남편은 2차에서 3차면 끝날 피검사지만 나에게겐 5차 피검사가 있던 날, 처음으로 작지만 또렷한 아기집을 봤다. 드물게 늦은 착상이 생길 수 있단다. 집으로 가는 지하철에서 눈물이 펄펄 났다. 내 뱃속에 집을 지어준 것만으로도 감동이고 감사했다.

입덧은 없지만 식욕도 더 좋아지고, 조금은 무기력하기도 한 것이 내가 생각해도 난 임신이 확실했다. 갑자기 음식 냄새가 나는 것 같으면 그 음식이 먹고 싶기도 했고, 남편은 밤낮 할 것 없이 뛰어나가 음식을 사다 나르고 있다. 야밤에 부탁하면 미안한 마음도 드는데, 남편은 이런 심부름을 해보는 게 소원이었던단다. 함께 하는 시간이지만 나만큼 고통스럽지 않고, 나만큼 와 닿지 않을 거로 생각했는데, 그동안

말만 안 했지 남편도 참 많이 힘들었을 거다. 둘 다 힘들어서 지쳐있고 둘 다 슬퍼하기만 했다면 절대 없었을 오늘. 나와 아기를 위해 조용히 힘이 되어준 남편이 참 고맙다.

이식 동기들에 비해 일주일 정도 늦지만, 어느덧 12주가 된 우리 아기의 태명은 '우주'다. 난임 병원을 졸업하고 일반 산부인과에 다니며 스스로 무럭무럭 자라준 덕에 주수보다 더 큰 태아가 됐다. 연애 시절, 나를 우주만큼 사랑한다는 남편의 말에 우린 나중에 결혼해서 아기가 생긴다면 태명을 우주로 하자 이야기했다. 우주만큼 사랑해서, 우주만큼 크고 튼튼해지라고 짓게 된 내 뱃속의 사랑, '우주.'

앞으로 만약 주변에서 아기 문제로 망설이는 부부 중 남성 난임이 주원인이라면, 가능성은 아주 높으니 시험관아기기술은 어쩌냐고 권하고 싶다. 어김없이 흘러가는 시간과 서로에게 주는 상처를 조금이나마 줄이는 방법이라 생각한다. 서로를 원망하고, 현실을 부정할수록 아기를 원하는 간절함은 쉽게 통하지 않을 수 있으니.

누구나 겪을 수 있는 혼란 일기기에, 누구나 위기는 있을 수 있다. 그래서 누구나 부모가 될 수 있다. 내 좁은 생각보다 더 크고 넓은 상상을 하며 스스로 하루하루를 만들어 가는 아기를 위해서라도 엄마는 포기하지 않는다. 세상에 태어날 우주의 모든 아기를 위해, 예비 엄마아빠들이 난임이라서 하는 절망보단 난임이지만 희망을 얻었으면 좋겠다. 할 수 있는 한 포기는 없다고, 우리 부부를 긴 터널의 끝으로 안내해 준, 이제 12주! 내년 꽃 피는 봄날에 태어날 우주와 우리 부부는 희망을 믿는다.



포기하지 마십시오. 포기에도 때가 있기 마련입니다

입선 - 김○○

제 임신 성공수기 공모 출전에 앞서 3가지를 먼저 말씀드리고자 합니다.

첫 번째, 정부지원사업인 '체외수정시술'에 따른 의료비 지원을 받지 못한 저에게 시술의 기회를 주신 '한국난임가족연합회'에 깊이 감사드리며

두 번째, 아이 낳을 권리, 행복추구 권리를 누리고 있지 못한 난임 부부들에게 저와 같은 고통 보다는 제 경험이 힘이 되어 꼭 된다, 반드시 된다, 무조건 된다'라는 희망의 메시지를 주고 싶어 성공수기 글을 용기 내서 올립니다.

세 번째, 정부지원 4차례 시술 실패에 낙담하고 기회조차 없을 때 '사단법인 아가야'를 소개시켜 주신 난임연구원 김○○ 선생님께 감사 인사와 함께 은혜에 보답하고자 이 글을 올립니다.

글을 쓰고 있는 저도 지난 시절 시술받던 그때의 슬픔과 간절함이 다시 한번 회상되고, 이 글을 읽고 계신 난임 부부들에게도 저희의 간절함이 부모의 존재로 거듭날 수 있다는 자신감을 불어 넣어주고 싶습니다.

2009년 10월 24일, 저의 이상형인 '리어카 끌 수 있는 남자'를 만나 결혼하게 되었습니다. 연애기간이 짧았던 저희는 주변에서 혼전임신 아니냐는 의심과 함께 신혼생활을 즐겼습니다. 신혼생활을 즐기자 라는 합의된 의견으로 1년동안 피임을 하게 되었습니다. 지금 생각해 보면 피임이 난임부부의 지름길이 될 줄 모르고 아까운 허송세월을 보낸게 아닌가 후회 됩니다. 결혼 전에는 혼전임신을 반대했던 사람입니다. 그렇지만 지금은 사랑하는 남,녀가 만나 서로에게 책임지고, 부모 될 자격이 있는 성인남녀라면 혼전임신은 큰 선물이라 생각합니다. 몸과 마음이 상하면서 난임이란 판정을 받기 전에 건강한 신체를 가졌을 때 후다닥 임신하여 '엄마 아빠 자녀'라는 한 가정을 이루길 바랄 뿐입니다.

2009년에 결혼해서 2018년7월19일 9년 만에 소중한 저희 황○○을 저희 품에 안게 되었습니다. 결혼하면 자연스레 임신이 될 줄 알았습니다. 저의 친언니를 비롯해서 난임으로 고생하는 친인척 및 주변지인들도 없었기에 '난임'이란 단어도 생소했고 정보도 없이 혼자 이겨내는 싸움을 해야 했습니다. 그래서 저의 글로 하여금 난임 부부들이 꿈과 용기를 가졌으면 합니다.

'한국난임가족연합회 박○○상임대표'님이 오래도록 정부랑 싸워서 이겨낸 것은 '난임'도 생명을 위협하는 증증질환이라고 인정을 받았기 때문입니다. 다른 악성 병명 진단 받은 환자들도 몸과 마음이 아픕니다. 난임 또한 마찬가지입니다. 난임으로 인해 주변의 따가운 눈초리, 원만치 못한 대인관계 및 대인기피증, 산부인과 내원시 배부른 임신부들 보며 늘 부러운 시선으로 바라보며 그들 앞에서는 한없이 작아지고 뒤로 숨어지는 우울질환까지 셋트로 마음의 상처를 받습니다. 그러니 난임부부도 증증질환의 환자나 다름없습니다.

저는 처음 2012년 2월에 첫 신선배아 체외수정시술을 받았습니다. 1차에서는 묻지도 따지지도 않고 실패. 바로 그해 3월에 2차를 진행하였습니다. 2012년 3월, 33살의 나이로 첫 임신이란 큰 기쁨을 맛보았습니다. 그렇지만 3개의 배아가 잘 자라 이식하였지만 1개의 배아를 인위적으로 없애는 선택적 유산 과정에서 다른 배아들도 두려웠는지 우르르 쏟아져 유산이 되었습니다. 유산 또한 출산의 고통과 같은 것이라 하여 안정을 취하면서 본격적으로 임신하기 위해 다니던 직장까지 그만두게 되었습니다. 직장을 다니면서 시술 받기엔 쉬운 과정들은 없었습니다. 배란 주사 맞으러 다니면서 난포가 얼마나 잘 자라고 있는지 초음파로 확인해야 하는 시간적 과정이 있어 직장 다니면서 근무 중에 시간 쪼개기는 쉽지 않았습니다. 2차 시술에선 임신 성공 확률이 있겠다 싶어, 본격적인 임신을 하기 위해 강한 의지로 퇴사를 결심하게 되었습니다. 퇴사하면 병원도 자유롭게 다니며 일에 대한 스트레스도 없을 듯 싶어 임신이 될 줄 알았습니다.

13년 5월에 다시 3차 신선배아 체외수정시술에 들어갔고 그 또한 실패에 이어 13년 9월에 4차 신선배아 체외수정시술을 받았습니다. 경사스럽게도 임신이 되었고 매주 우리 아기의 초음파 보는 긴장감으로 정상 혈압이었던 저는 고혈압으로 긴장의 연속이었

습니다. 임신의 즐거움도 잠시 태아의 머리에 부종이 있다는 의사의 소견이 있었습니다. 몇 주 지켜보자는 의사의 소견과 더불어 서울○○○○ 태아전문 교수님의 진료를 받게 되었습니다. 저희가 그토록 기다리고 기다리던 태아는 ‘파타우증후군’으로 엄마 몸 안에서 버티기도 어렵고 출산까지 도달하지 못할 것이라고 하여 선택하라 했습니다. 그때 당시 저희 아이는 17주, 17주는 태아가 아닌 사람으로 본다하여 유도분만을 시작하여 장례를 치러줘야 했습니다. 저희는 그렇게 아이를 떠나 보내야만 했습니다. 태어나서 임신도 처음 해봤지만 하늘로 간 아이의 부모였기에 성심성의껏 마음을 다하여 슬픔으로 떠나 보내야 하는 현실이 싫었습니다.

그 후로 몸과 마음을 추스르고 자녀 갖기를 포기했습니다. 그동안 4차례 시술 받고도 임신은 되었지만 출산까지 도달도 못하고 저희 부부에게는 자녀 갖는게 욕심인가 생각했습니다. 또 임신하기도 어려울뿐더러 임신이 되더라도 정상적인 아이가 아닌 하늘로 보낸 아이처럼 장애아이가 임신이 되면 어쩔까 하는 걱정이 앞섰습니다.

임신을 하기 위해 직장을 포기하고 경력단절여성이 된 제 자신이 싫었지만 그래도 최선을 다했기에 불가항력이란 상황에 임신이란 큰 관문을 통과하지 못하여 아쉬움만 컸습니다. 전 그렇게 인생의 낙오자처럼 살아왔습니다. 집에서 놀면 뭐하나 싶어 재취업을 하였습니다. 취업의 관문은 또 좁았습니다. 면접에서는 왜 아이가 없냐 라는 질문들이 쏟아졌고 저는 또 유산했던 경험들을 이야기 하고 아이 포기 했습니다.라고 면접관 질문에 답하였습니다. 그러면서 상처 치유가 된줄 알았지만 기억들이 생각나서 면접관 앞에서 울기도 하였습니다. 기존에 받았던 직급, 연봉을 인정받기엔 쉽지 않았습니다. 이래서 임신, 출산으로 인한 경력단절 여성들이 생기며, 임신 포기하면서 출산률 감소라는 말이 나오는구나 싶었습니다. 인생의 쓴 맛이라고 생각하며 마음을 내려놓고 최저 임금이라도 일 할 수 있음에 감사하는 마음을 갖으며 경력직이 아닌 신입으로 재취업을 하였습니다.

그 후로 어른들은 저보고 이름이 안 좋다. 개명을 해보라고 권유했습니다. 당시 저는 신앙이 있더라 어른들의 유교적인 얘기는 별로 듣고 싶지 않았고, ‘김○○’이란 이름으로 30년 넘게 살았는데 개명하면 까다롭고 복잡한 행정절차에 개명은 쉽지 않고 귀

찮아졌습니다.

그러다 ‘어른들 말씀은 하나도 틀린게 없다’라는 생각으로 저의 이름을 가만히 풀이해 보았습니다. 제 이름이 ‘김○○’인데 이름의 사전적 의미가 천당도 못하고, 지옥도 못하는 영혼들이 있는 곳이라고 들었습니다. 그 이름이 찝찝하여 2016년에 ‘김○○’이란 이름으로 개명을 하게 되었습니다. 개명 후 자연임신이 되었지만 계류유산, 대체 무엇이 문제인지, 제 자궁 상태가 안 좋았던것인지, 병원에서선 습관성 유산은 아니라 해서 안도했지만 출산까지 도달하지 못한 답답함과 그래도 자연임신은 하였기에 작은 희망의 불씨를 발견하게 되었습니다.

하지만 더이상 ‘신선배아 제외수정시술’ 정부지원 받을 수 없고 경제적 여유도 없어 비급여 항목으로 가득한 시험관 시술을 받을 수는 없어서 마음을 정리하였습니다. 그러면서 푸들 강아지 2마리를 입양하게 되었습니다. 별이 달이, 신랑과 별이달이를 자식삼아 행복하게 살자 했습니다. 그래도 저희 부부는 별이달이에게 엄마, 아빠라는 호칭을 하고 싶지는 않았습니다. 이게 저희 부부에게는 마지막 자존심이였을지 모릅니다. 그래서 별이 달이에겐 언니, 오빠로 호칭하고 있습니다.

주변 지인들 돌잔치를 가면서도 부러움의 연속이었고 돌잔치에 가서도 축하행사에 한껏 기뻐해주고 박수쳐주고, 자식 없는 내 마음이 아프다 하여 돈봉투만 털링 보내는것도 예의는 아니라고 생각했습니다. 본인 아이 데리고 온 친구들 모임에서도 한껏 표정이 굳긴 했지만 겉으로 표현하기는 어려운 상황들이었습니다. 세상에 나만 아프거 같고 나만 슬픈거 같고 나만 낙오자 같은 기분이 들었습니다.

그러던 중 4차례 시험관시술 받았던 병원에서 근무하였던 난임연구원 선생님으로부터 솔깃한 얘기를 들었습니다. ‘아가야’라는 연합회에 ‘보듬이지원사업’이 있다는 정보를 받았습니다. 보듬이지원사업은 ‘한국난임가족연합회’에서 난임시술 건강보험적용을 모두 받고도 임신에 실패한 난임가정에 제외수정 시술비를 지원하는 사업입니다. 그 지원사업에 제가 바로 적임자였습니다. 와우.. 이런 사업도 있구나.. 여기서 저는 한줄기 빛을 봤습니다. 그렇지만 제가 된다는 보장도 없고 전국 각 도에서 1명씩 지원해준다

는 이야기를 듣고 비희망적이라고 마음을 내려 놓았습니다. 하지만 2016년 9월1일 '보듬이지원사업 3분기'에 선정되신 것을 축하드립니다. 라는 안내를 받게 되었습니다. 칼을 뽑았으면 썩은 무라도 썰어야하고, 여자로 태어났으면 출산이란걸 해봐야 하지 않겠어? 하며 다시 엄마가 되고 싶었고, 시댁에서도 출산을 해서 어른으로 인정 받고 싶었습니다. 다시 저의 의지는 활활 불타고 있었습니다.

보듬이지원사업 선정됨과 동시에 교육을 받게 되었습니다. 각 도에서 1명씩 선발된 난임부부들과 처음만나는 자리는 서먹서먹했습니다. 그렇지만 똑같은 고통을 받고 있는 부부들이라 서로 경계할 필요가 없었습니다. 교육을 받으면서 누구나 아는 얘기지만 잘 못된 식습관, 잘못된 생활습관이 난임부부가 되는 지름길이란 사실을 다시 한 번 알게 되었습니다. 교육은 참으로 유익했습니다. 협찬 해주는 제약회사에서 나눠주는 영양제를 공짜로 받아 좋았고, 피가 되고 살이 되는 유익한 교육을 받아서 좋았고, 공통된 아픔을 같이 나누는 동지들을 만나서 좋았습니다. 그동안 난임병원 다니면서도 알지 못했던 기본적인 상식, 그리고 건강한 정자, 건강한 난자로 되기 위한 내 몸 관리법들을 알게 되었으니 다시 한 번 용기를 낼 수 있었습니다.

4차까지 시술 받았던 병원이 아닌, 다른 병원에서 5차 시술을 받았습니다. 솔직히 4차 까지도 실패하였는데 처음 시술 받는 병원에서, 처음 만나는 의료진한테 시술 받는게 임신이 될까 싶었습니다. 난임환자들 사이에서는 의료진과의 공감과 운빨이 중요하다는 얘기를 들었기 때문입니다.

2013년 9월 마지막으로 시술 받고 시간이 많이 지나서인지 난소기능도 저하된 상태인데 다행히도 3개의 난포가 자라 성숙난자 채취하여 미세수정을 하게 되었습니다. 2017년 11월 25일 임신반응검사 결과 207.8 안정적인 수치로 임신에 성공하였습니다. 이 어려운 걸 제가 또 해냈단 말입니다.

기쁘면서도 주변 아무에게도 임신 소식을 전하지 못하였습니다. 혹시나 잘못 될까 두려움이 앞섰으며, 아주 아주 조심스러웠습니다. 그렇지만 저만의 컷트라인인 17주 이상 지나도 저희의 태아는 무탈하게 잘 자라 주었습니다. 너무도 감사하고 세상이 아름답

답고 소중한지만 기쁨을 표출하지는 못하고 초음파 확인하러 갈 때 마다 안 좋은 얘기를 들을까 싶어 신경이 예민했던 저는 늘 혈압 상승으로 내과 진료 소견서를 받았습다. 고위험군 산모에 속하는 생물학적 나이 39살. 혹시나 아픈 아이를 출산할까 하는 걱정에 많은 검사를 시행하였습니다. 다른 임신부들은 간단한 기형아 검사를 하였지만 전 비용이 들더라도 더 명확한 검사를 해야 한다는 생각에 사로잡혀 양수검사도 하였습니다. 검사결과 기다리는 하루하루가 길게 느껴졌고, 드디어 담당 장○○선생님께서 친히 전화를 해주셨습니다. 김○○산모님 아무 이상 없습니다.

저도 이제 본격적으로 산모라는 호칭을 들을 자격이 되고 산모수첩도 한 장 한 장 넘길수 있었습니다. 제가 불안해 하고 있다는걸 아는 것처럼 친히 전화까지 해주셔서 감사했지만 검사결과를 더 듣고 싶어 묻고 또 물었습니다. 이제부터 뱃속에 있는 '해님'의 용품을 슬슬 준비하였습니다. 제 소원이 무엇인줄 아십니까? 유모차 끌고 다니는 것이 소원이었습니다. 유모차 끌고 다니는 엄마들 보면 너무나도 부러웠습니다. 우와~~ 제 인생에 이런 뜻 깊은 시간이 주어지다니 믿기 어려웠지만, 그래도 조금이나마 희망적인 생각을 하며 그래도 지난 유산의 아픔들이 많았기에 마냥 좋아하지는 못했습니다. 양수검사 후유증일까요?? 노산이라 양수검사로 인해 양수가 원활히 채워지지 않아 부족해진 양수로 태아가 활동하기 힘들 수 있다하여 37주에 제왕절개로 출산을 하였습니다.

2018년 7월 19일 10시 38분, 몸무게 3.1kg 신장 49cm 혈액형 A형 황금개띠 황○○. 천하에 제 출산 소식을 알리고 싶었습니다. 자랑하고 싶었습니다. 그렇지만 저도 난임으로 아픔을 겪었던 사람인지라 남모르게 아파하고 있을 난임부부들이 있을꺼란 생각에 조용히 기쁨을 즐겼습니다. 건강하게 자라 저희의 품으로 와준 해님이 황○○이 대견하고 감사하며 너무나 소중했습니다. 게다가 30대의 끝자락인 39살에 엄마라는 호칭을 듣게 해주고 출산의 경험을 맛보게 해주어 더 의미가 컸습니다. 포기하지 않고 끝까지 해낸 황○○의 엄마 김○○에게 잘 했다고, 그동안 고생 많았다고 쓰담쓰담 해주고 싶었습니다.

난임으로 저 혼자만 힘들고, 혼자 이겨내야 하는 숙제 같지만 한 아이가 탄생하기까지

는 아빠 또한 몸과 마음이 아팠을 것입니다. 부부는 난임이란 출발점에서 같이 출발하여 서로 노력해야 출산이란 도착점에 함께 도달 할 수 존재입니다. 여자가 아픈 만큼, 남자도 아플 것입니다. 저도 처음엔 신랑이 좀 미웠습니다. 왜 나만 이렇게 힘들고 아파해야 했는지 말입니다. 그렇지만 저희 신랑도 4번째 시술에서 떠나보냈던 아이 장례 치러 주면서 김정색 정장 차림으로 한 줌의 재가 되어 항아리 안에 담겨 돌아온 아이를 보는 것 자체가 마음이 찢어졌다고 합니다.

요즘 저희 아이가 엄마 꿈은 뭐야? 라고 물어보더라구요..
전 바로 대답합니다. 황○○의 엄마 되게 소원이었어.. 라고요..

어렵게 어렵게 체외수정시술 5번 만에 얻은 아이라 황○○만 옆에 있으면 감사하다고 생각했지만 요즘 황○○이 형 키우고 싶어, 동생 키우고 싶다는 말에 한 번씩 둘째를 생각하곤 합니다. 그렇지만 여자 나이 44살. 어렵겠다는 생각이 앞서 욕심 안 부리고 황○○만 건강하게 키우려고 합니다.

여기 저기에서 남모르게 아파하고 있을 난임부부 여러분..
여러분도 할 수 있습니다.

無에서 有를 창조할 수 있습니다.
아무 때나 포기하지 마십시오.

성공에도 때가 있습니다. 포기에도 때가 있기 마련입니다.



1%의 기적을 만나다

입선 - 김○○

안녕하세요. 올해 제 나이는 47(만45)세이고 남편은 51세(만 50)입니다. 저희는 올해 결혼 8년 차이고 시험관을 진행한 기간은 만 5년 입니다.

시험관을 처음 시작한 나이도 늦은 편이었는데 40대 중반에 끝이 났습니다. 40대에 시험관을 한다는건 굉장히 많은 악조건과의 싸움입니다. 제일 중요한 시간이 내 편이 아니죠..

시험관 초창기엔 난자가 6~10개씩 채취되기도 하고 5일 배야도 나왔는데 막판엔 2개 정도만 채취되고 공난포도 나왔습니다. 시간이 길어질수록 몸이 점점 안좋아지고 채취 결과나 수정 결과가 안좋아지니 늘 시간이 얼마 없다는 초조함과 불안감이 있었습니다.

과배란을 장기간 하다보니 부정 출혈도 자주 있었고 건강 검진에서는 유방에 종양이 생겨 조직 검사를 해야 한다고 했습니다. 유방 외과에서는 시험관 때문에 종양이 단기간 빠르게 커졌고 모양이 좋지 않다..암 확률이 50:50이라는 말을 했습니다. 내가 암일수도 있다는 사실보다 몇 년을 시험관 못할 수도 있다는 사실..이대로 아기를 못 가지면 어쩌나 하는 생각이 더 괴로웠습니다. 검사 결과를 기다리는 시간은 정말 피가 마르는 심정이었는데 다행히 양성으로 나와 두번의 제거 수술을 했습니다.

첫 시험관 할 때 임신 수치가 비정상적으로 올라서 자궁 외 임신이 의심 됐으나 작은 아기집까지 보고 극심한 통증을 겪고 집에서 자연 배출을 했습니다. 생전 처음으로 내 몸에서 흘러나온 아기집 찌꺼기를 눈으로 본다는건 큰 충격입니다. 그후 계류 유산을 1번 더 했고 화학적 유산을 3번 했습니다. 차라리 착상 실패로 끝났으면 덜 힘들었을텐데 아기 심장 소리를 못 듣고 두번째 유산 할 때 우울증 비슷하게 와서 감정 컨트롤이 잘 안되어 별 일 아닌 일에도 눈물이 났고 사람 만나는 걸 많이 꺼리게 됐습니다.

길거리에서 임신부를 보면 너무 질투가 났고 집 근처 공원에 나가서 아이 있는 사람들을 보면 가슴이 너무 시리고 위축이 났습니다.

시험관이 뭔지..어떤 힘든 과정을 겪는지 모르는 사람들의 공감을 받기가 어렵기에 친한 지인들에게도 난임 얘기를 꺼내기가 어려웠습니다. 원래 사계절 중 가을을 제일 좋아했는데..난임인이 된 후엔 한 해의 중반이 넘어가고 스산한 바람이 부는 가을이 되면 마음이 너무 공허하고 쓸쓸하고 서글펐습니다.

언제까지 이렇게 수천만원을 써가며 해야 하는건지..끝은 있는건지..늘 어두운 터널 속에 갇혀 앞으로 나갈 수도 없고..여기까지 온 시간이 있어 포기하고 뒤로 나올 수도 없는 그런 막막함이 제일 답답하고 힘들었습니다. 얼마나 돈을 버리고 있는 건지 확인하기 싫어 영수증을 제대로 본 적이 없습니다.

한번은 채취할 난자가 두개 뿐이라 마취 없이 진행하지는 의사의 권고에 따라 채취를 했는데 바늘 한번 찌를 때마다 통증이 너무 심해서 회복실 침대에 누워 하염없이 울었습니다. 아프기도 하고 내 처지가 너무 불쌍해서 서럽기도 했습니다. 그 때의 기억은 잊을 수가 없습니다.

암환자가 나쁜 소식을 받아들이는 단계는 흔히 부정, 분노, 타협, 우울, 수용이라는 5단계가 있다고 합니다. 고차수 중에서도 초 고차수를 지나오면서 내가 마치 암환자 같은 중증 환자인가고 싶고..자주 롤러코스터 같은 마음의 격동을 겪었습니다. 이러다 정신병이 오는건 아닐까 생각하기도 했습니다.

저는 채취 20번에 이식 18번을 진행했습니다. 이식하고 몇 십번의 임신 실패 과정을 겪는다는건..그 힘들음은 겪어보지 않은 사람은 모르죠. 항상 과배란 할 땐 기대감을 갖고 시작합니다. 그런데 이식하면 항상 조바심이 나고 또 실패하면 어쩌나 늘 불안했습니다. 너무 많이 실패하니 까요..임신 테스트기 한 줄을 보며 내일은 나오지 않을까 다시 해보고..그러다 금방 다시 다음 차수를 생각합니다. 몸이 회복되지도 않은 상황에서도 나이에서 오는 압박감 때문에 쉴 시간이 없다..난자가 나올 때 한번이라도 더 시술해야 한다 생각하며..호르몬 균형이 안 맞아 부득이 쉬어야 할 때 빼곤 거의 쉰 적이 없이 병원 가는게 일상이 났습니다.

39세엔 AMH가 2.14였는데 마지막 20번째 채취 하던 시기엔 0.6 으로까지 떨어졌습니다. 2점대, 1점대에 성공 못하다가 0점대에서 성공했으니 신비하죠.

그동안 채취한 난자의 총 개수를 세어보니 정확하게 딱 100개더군요. 이 중 한개 배아로 성공했으니 1%의 확률로 기적을 만난 것입니다. 올해 4월에 건강한 첫 아이를 출산했습니다. 정말 기적 중의 기적입니다.

제가 생각한 성공 비결은 이렇습니다.

식단은 평소 한식 위주로 먹었고 단것이나 과일은 최소로 하되 엄격히 지키진 않았고 체중은 신경 썼어요. Bmi 지수는 20~21로 20년 이상 유지했습니다. 취침은 보통 10시30분~11시에 잤습니다. 운동은 결혼초부터 등산을 일주일에 2~3회 꾸준히(한여름, 한겨울에도 함) 했고 등산을 못하면 스쿼트나 계단 오르기 했으며 홈트는 가끔 했습니다. 남편(담배 안핼, 술 거의 안함)은 막판에 꾸준히 헬스하고 영양제는 기본만 먹었고 정자가 계속 안좋다 하셔서 H병원에서 IMSI 한 것도 도움 되지 않았을까 생각합니다.

고차수인만큼 그동안 여러 병원과 의사를 만났지만..유산 원인을(Protein s 64는 크랙산 60mg 싸야함) 정확히 진단하고 적극 처방해준 H병원 김○○ 선생님을 만난 것이 제일 중요한 비결이라 생각합니다. 늘 친절히 대해 주셨고 긍정적인 에너지를 주셨습니다.

그동안 할만큼 했으니 이제 포기할까 생각하면 더 힘들고 도저히 아기 없이 여생을 보내는게 생각이 안되서 될 때까지 해보자 하는 맘으로 끈기 있게 달려왔습니다.

또한 계속되는 실패로 좌절이 되고 집에 있으면 맘이 너무 괴로워서 밖에 나가 운동을 하거나 바람을 쐬어야 할 정도로 심적인 컨트롤이 안될 때마다 남편과 대화하면 회복이 되었습니다. 제가 힘들어하니 자신이 힘든건 내색 안하고 하고 싶을때까지 해라..생명을 만드는 일인데 돈 깨지는거 신경 쓰지 마라..이런데 돈 쓰려고 버는거라 말해줬습니다. 정말 남편의 격려와 지지가 없었다면 아기를 만나지 못했을겁니다.

쉽게 포기하지 않으셨을 좋겠습니다. 한달이라도 젊을 때 부지런히 채취하시고..한 병원에서 몇번 안되면 다른 병원에 상담이라도 꼭 가보시길 추천드립니다. 나에게 맞는 처방이 있고 나와 맞는 의사가 있습니다.

아기가 4개월이 됐을때 유모차를 끌고 집 앞 공원을 다시 찾았습니다. 여전히 아기를 데리고 나온 가족이 많고..그 가족 중 우리 가족이 있었습니다. 괜히 어깨가 펴졌습니다. 너무너무 어렵게 만난 예쁜 아기가 우리를 보고 웃어주면 그 힘들었던 시간이 다 희미해집니다. 요새만큼 많이 웃은 적도 없습니다.

또 가을이 왔네요. 아침 저녁 찬 공기에 감기 조심하시고..쓸쓸함이 아니라 아름다운 계절로 느끼게 되시길..

이 감사와 이 벅찬 기쁨 꼭 누리시길 응원합니다!!



우연히 내게 오나 봐

입선 - 김○○

안녕하세요. 94년생 2019년 10월에 결혼한 저희 부부는 12살 차이 연상의 연상 연하 커플입니다. 결혼하면 자연스럽게 임신이 되는 줄 알았습니다. 결혼 후 피임하지 않고 2020년 1월경 임신 테스트기를 확인했더니 2줄이 나왔습니다. 드디어 임신이 되었습니다. 산부인과 진료 2월 22일 B-HCG 호르몬 수치는 1677 mIU/mL로 올라갔는데 출혈이 있어서 저는 착상혈로 생각이 되었습니다. 3월 7일 진료 때 초음파상에 아기집이 보이지 않았고 피가 고여있다고 말씀을 들었습니다. 그 후에 피검사 B-HCG 재검사를 하고 이 수치가 급속하게 812.9mIU/mL로 감소하게 되었습니다.

결국 자궁 외 임신이라고 진단받고 임신의 기쁨은 그렇게 길지 않았습니다. 2020년 1월에 자궁 외 임신으로 좌측 나팔관을 상실한 마음이 크게 느껴졌습니다. 좌측 나팔관을 제거 수술을 했습니다. 첫 임신과 유산을 하면서 아이에게 너무나 미안한 마음이 들었습니다. 수술 후 법적으로 유산 휴가를 받아서 몸과 마음을 추슬렀습니다.

복강경으로 수술을 진행하면서 좌측 나팔관을 제거하고, 우측 나팔관이 막혔다는 산부인과 원장님께서 말씀을 해주셨고 수술하면서 우측 나팔관은 성형술을 하었다고 말씀하셨습니다. 그 후 2년이 동안 피임을 전혀 하지 않았는데도 불구하고 아이가 생기지 않았습니다.

2022년 여름쯤에 배우자와 상의 끝에 ○○여성 병원에서 난임 검사를 진행하려고 방문했습니다. 난임 센터에 가면 바로 시험관 시술받게 될 줄 알았습니다. 난임 검사, 혈액검사, AMH 검사, 나팔관 조영술을 진행했고, 양측 나팔관이 막혀서 시험관 케이스라고 하면서 시험관 시술을 시작했습니다. 배우자는 정액검사 결과 정상으로 나왔습니다.

저는 20대의 난임을 받아들이기는 정말 힘들었고, AMH 수치 2.76ng/ml 30대 중후반

의 수치로 나왔습니다. 난소의 나이도 제 나이보다 많다고 말을 들었을 때 믿기지 않았습니다. 저에게는 자연임신이 어렵다는 말을 듣는 게 모든 게 무너지는 마음이었습니다. 제 주변의 난임을 겪은 사람도 없어서 친구나 가족들에서 저의 상황을 말하는 게 쉽지 않은 않았습니다.

임신을 준비하는 사람조차 드물어 모든 정보를 인터넷으로 접하고 준비했지만 제가 알지 못하는 많은 사람의 경험과 성공 사례들이 힘이 되어 난임을 극복할 수 있었습니다.

난임을 진단받고는 저 스스로 자신감이 떨어져 있었고, 임신이 가능할지 걱정했습니다. 집 근처 ○○여성 병원에 첫 시험관을 준비하면서 난자 채취가 5개가 배란되었고, 배아의 상태가 2개만 좋아서 하나는 바로 신선 이식하고 나머지 하나는 동결로 진행하자고 하셨습니다. 바로 신선 이식으로 단기 요법으로 진행하자고 하였습니다. 그 결과가 좋지 않았습니다.

시험관은 한 번에 성공하는 확률은 적다고 들었지만, 마음이 편하지만은 않았습니다. 다음 달에 시험관 단기 요법 동결 이식 1회 진행하였으나 이 또한 결과는 화학적 유산으로 잘되지 않았습니다.

1차 ○○여성 병원에서 시험관을 준비하면서 배아를 이식하면 자연스럽게 임신 테스트기에 2줄이 뜨는 줄 알았습니다. 처음에는 B-HCG 피검사 수치가 표준 수치에 도달하지 못해서 그다음 주에도 B-HCG 피검사를 제가 원한다면 피검사를 2차를 진행하실 거라고 원장님께서 말씀해 주셨습니다. 2차 피검사 오전에 진행하고 2시간 후에 결과가 나오는데 2시간 동안 정말 마음이 조마조마하면서 걱정했습니다. 그렇지 않으면 다음 동결을 준비해 보자고 하셨습니다. 저는 2차 피검사를 위해서 진행했으나, 2차 피검사에서 피검 수치가 올라가지 않아서 신선 이식 종결을 결심하고 결국은 화학적 유산이 되면서 1차 종결하고, 동결 이식 하나가 있어서 동결 이식으로 진행하는 걸로 결심하였습니다.

결국 동결 이식도 신선 이식과 같은 결과가 나왔습니다. 그 후에는 원장님께서 쉬다가 다시 시작해 보는 게 어떻겠냐고 말씀하셔서 저는 생각이 깊어지면서 제가 다니고 있는

직장에서 인공수정에 성공하신 분이 계셔서 다른 병원을 전원해 보는 게 어떻겠니, 말씀 하셨습니다. 2번째 실패에 마음이 정말 쓰였는데 다음엔 더 시험관이 간절해졌고 꼭 이루고 싶어서 마음이 애가 탔습니다.

그 이후에, 부천 ○○○병원으로 전원을 결심하고 첫 진료에 기대를 부풀면서 추천받은 의사 선생님께 진료를 보았습니다. 생각보다 젊은 나이에 속해서 임신할 수 있게 긍정적인 말을 해주시면서 응원을 해주셨습니다. 시험관 단기 요법으로 진행했을 경우 결과가 안 좋았다고 말씀을 드리니깐 시험관 장기 요법으로 신선 이식을 진행해 보자고 말씀하셨습니다. 기존에 ○○여성 병원에서 단기 요법으로 실패했다면 장기요법을 추천해 주셨습니다.

생리 시작 2달 전에 준비하면서 약도 장기로 복용하고 주사의 양도 많아졌고 횟수 길어졌습니다. 병원을 내원하는 날도 많았습니다. 매일 시간을 맞추어 질정 삽입, 아스피린 복용, 크녹산 주사, 프롤로 주사, 고날에프 주사, IVF 주사 등 시간에 맞추어서 주사를 맞아야 하는 상황에도 항상 배우자와 함께 진료를 보면서 저를 응원해 주어서 감사했습니다.

배우자도 간호사라는 직업이라서 호르몬 주사를 맞을 때마다 항상 응원해 주고 저를 믿어주고 옆에서 함께해 주어서 고맙습니다. 제가 주사를 배에 놓을 때 배우자분께서 그 상황을 보면서 마음이 편하지만은 않았을 거라는 생각이 들었고, 얼마나 힘들어했는지 알 수 있었습니다. 저는 옆에 배우자의 든든한 지원이 없었더라면 난임을 극복하기 힘들었을 겁니다.

원장님께서서는 배아 이식하기 전에 자궁내시경을 권장하였습니다. 신선 배아 이식으로 시작하여서 난자가 2023년 1월 16일 10개가 채취되었고 수정란은 7개가 되었습니다. 그 후의 3일 배양, 5일 배양 중 선택을 하는 중에 원장님 근무에 맞추어서 3일을 진행하려고 했다가 저는 5일 배양을 원하였습니다.

원장님께서 저의 의견을 듣고 배아의 상태를 보고 상태가 좋으면 4일 배양도 가능하다

고 하셔서 배양시키는 과정에서 4일 배양도 가능하다고 말씀을 하셔서 4일 배아로 진행했습니다. 하나는 신선 이식으로 진행하고 나머지 6개는 현재 냉동 보관 중입니다.

배아 이식 후 일주일 뒤에 1월 28일 새벽에 임신 테스트기 검사를 해보라고 하셔서 드디어 희미한 2줄을 보았습니다. 그때 배가 고파서 새벽에 배우자에게 나 드디어 2줄 봤다고 하면서 시부모님께도 주무시는데 깨워서 말씀드렸습니다.

2023년 2월 20일 7주 차에 아기 심장 소리를 들을 수 있었습니다. 배우자도 함께 초음파를 보면서 심장 소리를 들었습니다. 아기 심장 소리를 듣고 정말 감명이 깊었습니다. 원장님께서서는 아이는 임신 주수에 맞게 잘 자라 주었다고 말씀하셨습니다.

2023년 3월 16일 ○○○병원 마지막 진료 후 난임 졸업했습니다.

진료 의뢰서를 작성해 주시면서 이제 원장님을 뵈 수가 없다는 생각에 서운해하던 저에게 선생님께서 주치되는 바뀌지만 언제든 둘째 생각이 있거나, 도움이 필요하시면 오셔도 된다고 자상하게 말씀해 주셨습니다. 난임을 졸업하고 진료 의뢰서를 가지고 출산할 병원으로 진료를 보는데 정말 감격스러운 느낌이 들었습니다. 임신 초기엔 입덧으로 하루하루가 힘들었지만, 직장에서는 임신 단축 근무를 추천해 주셔서 임신 초기 힘들었지만, 법적으로 임신 단축 근무를 할 수 있어서 감사했습니다.

그 후 안정기가 되고 인천 서부 보건소에서 임신부를 위한 산전 검사 및 태교 교실 수업 방식 기저귀 파우치 만들기, 그림 그리고 애착 인형 만들기, 감사 태교 교실, 산전 요가 등을 진행할 수 있어서 정말 기쁩니다.

10월에는 저의 생일뿐만 아니라 아기의 생일과 결혼기념일이 함께하는 달입니다. 저의 어머니도 저를 10달 동안 품으면서 제가 10월에 출산하는 데 엄마의 마음을 이해할 수 있고 1월부터 10달 동안 그렇게 아이를 품는 것은 그렇게 대단한 거 같다는 생각이 듭니다. 2023년 흑토끼 해 10월에 정말 귀여운 토끼 아기를 출산한다니 정말 뿌듯하고 잘한 일인 거 같아요.

사실 난임은 확률이라고 들었는데 몇십 년 걸리신 분들도 있으시다고 들었습니다. 주변에 시험관을 준비하면서 사직을, 생각해 본 적도 있었지만 저는 간호사로 일하면서 직장에서 난임 치료 휴가 연간 3일 중 1일 유급, 2일 무급을 보장해 주는 난임 치료 휴가가 있어서 법적으로 보장받았습니다. 시험관 아기에 공부하고 찾아보면서 저에게 의미 있는 시간이 되었습니다.

난임 지원 제도를 찾으면서 중앙 난임, 인천권역 난임, 대구권역 난임, 전남권역 난임 센터가 있고, 난임에 관하여 상담도 받을 수 있다는 걸 알 수 있었습니다. 그리고 한국 난임 가족 협회가 있다는 걸 알게 되어서 저에게 힘이 많이 되었습니다.

2023년부터는 난임 지원 기준 중위소득 기준 폐지되었고 난임 휴가도 연장되어서 의미 있는 것 같다고 생각했습니다.

냉동 배아가 있어서 둘째를 생각 중입니다. 매우 힘들었지만, 생각보다 10달 동안 아이를 가질 수 있어서 정말 행복한 엄마가 되었습니다.

회사 생활도 열심히 하고 시험관에 관하여 배우자와 함께 그리고 주변에 같은 간호사 선생님께 저의 일상을 공유하고 난임에 관하여 이야기 나누고 직장 동료 난임에 관하여 극복했습니다. 난임을 극복하고 임신이 되었을 때 그 누구보다 더 축복받은 일이었습니다. 저를 닮은 귀엽고 사랑스러운 아기 만날 수 있기를 기원합니다.

작년 12월부터 시험관을 준비하면서 올해 봄, 여름, 가을 유난히 길었던 해였던 거 같다. 가을이 오지 않은 거만 같았던 나에게 2023년 가을이 왔다 원고 제목처럼 곧 연희가 나에게 온다는 뜻이다.

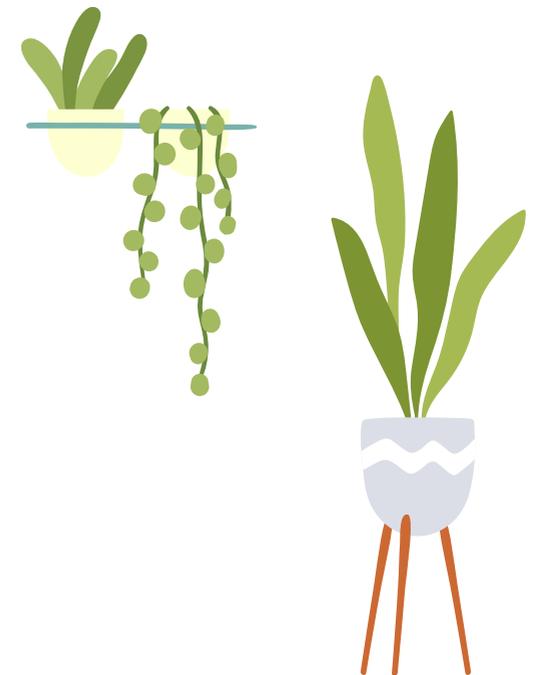
7월 3일 혈액검사 진행하면서 헤모글로빈 수치가 9.6g/dL로 결과가 나와서 철분제 웨로바유서방정을 하루에 2개 복용하자고 원장님께서 말씀하셨습니다. 그 후 9월 초에 막달 검사하면서 혈액검사에서 헤모글로빈 수치가 9.3g/dL로 떨어졌다는 결과를 들었습니다. 이제 곧 막달이라서 철분제 주사를 권유받아서 9월 11일, 9월 19일 두 번의 철분

주사를 맞았습니다. 웨로바유서방정이 흡수가 안 되어서 액상으로 된 철분제 볼그레를 하루에 3개씩 먹으라고 처방해 주셨습니다. 9월 27일 헤모글로빈 수치가 11.6g/dL 결과가 확인되었습니다. 정상 수치 범위에 들어왔습니다.

다음 진료는 10월 6일 예약을 했습니다. 그전에 진통이 오면 병원으로 오라고 말씀하셨습니다. 출산 가방도 준비했습니다.

이름은 연희 이을 연, 기쁠 희 한자를 사용해서 기쁘게 살라는 뜻으로 시부모님께서 지어주신 이름입니다. 우리 연희를 맞이할 준비를 하고 있습니다.

엄마와 아빠는 처음이지만 우리 딸 연희야 사랑해 2023년 10월 9일에 만나자



새로운 행복을 찾아서

입선 - 박○○

평소 아기를 좋아하고 친조카를 너무 예뻐했던 나는, 결혼 후 바로 임신을 하고 아기를 가질 수 있을 거라고 생각했다. 하지만 각자 공부하기에 바빴던 30대 청년들의 늦은 결혼은 곧바로 경제적 문제에 부딪혔고 아기를 준비하려는 시도는 점점 더 늦춰지게 되었다. 일년 여 시간이 지나고 점점 더 먹어가는 나이와 그만큼 늦어지는 출산에 대한 걱정과 불안감에 신랑과 긴 상의 끝에 아기를 가지기 위한 준비에 들어갔다.

하지만 생각보다 쉽지 않았던 임신준비.

인터넷과 어플을 이용한 가임기 공부와 영양제 챙기기. 주변 지인들에게 들었던 아기 생기기 꿀팁(?)까지 당연하다고 생각했던 임신준비는 그렇게 긴 시간 이어졌고, 점점 늦어지는 임신으로 인한 친 언니의 권유로 언니가 출산했던 산부인과 전문의의 진료를 받게 되었다.

그렇게 시작된 난임의 시간.

막연히 시험관은 어렵다더라 힘들다더라 이야기만 들었는데 그 주인공이 내가 될 줄이야... 매번 다른 생리 시작일에 맞추어 병원을 방문하는 일부터 까다로웠다. 대한민국이 저출산 국가라는데 임신을 준비하는 부부들이 생각보다 많았고 예약없이 병원을 방문하는 날에는 2-3시간 대기 필수였다.

매번 같은 시간에 약을 먹고 아침 일찍 알람을 맞춰두고 주사를 맞아야 했다. 주사 공포증이 있던 신랑이기에 배에 주사를 매일 놓는 건 온전히 나의 몫이었고, 시간을 조금이라도 넘기게 되면 혹여나 영향이 있지 않을까 1분 1초에 집착하게 되었다. 전문가가 매번 놓아줄 수 없는 자가주사라 살이 많은 배에 놓는 주사여도 점점 멍이 시퍼렇게 들어갔다.

그때만 해도 '그래, 한달만 참자.' 하며 근거 없는 자신감으로 버텼던 것 같다. 그렇게 2주 가까이 약 복용과 주사를 맞은 후 처음 해 본 난자채취와 정자채취. 놀랄까봐 미리 설명을 해줬음에도, 그다지 인격적이지 못한 정자 채취에 신랑은 적잖이 당황한듯 했고 난자 채취 또한 꽤 불편한 느낌이었다.

그렇게 다시 3일의 기다림 후 첫 이식.

뭔가 서럽기도 한, 그리고 벽차기도 한 한달의 여정은 약 10일 후 피검사 수치 0점이라는 병원의 전화를 받고 마무리 되었다.

당연히 한번에 성공할 줄 알았던 시험관 시술에 무지했던 나.

인터넷 시험관 아기 카페에 가입을 하고 검색을 해보니 시험관 시술 1차 성공은 로또라는 표현까지 있는 걸 보고 그제서야 내가 길고 긴 터널에 들어온 것을 실감했다.

굳은 마음을 먹고 여기저기 많이 알아본 후 조금 더 전문적이고 유명한 병원을 옮겨서 2차 시술을 하게 되었다.

하지만 결과는 또 실패. '그래, 인생은 삼 세판 이야.'로 도전했던 3차 시술도 실패.

음악 전공자라 오전에는 학교에서 창의음악 수업을, 오후에는 개인레슨을 하고 있었는데 생리 시작일에 맞춰 시작되는 일정이라 미리 계획을 할 수 없는 병원 일정과, 대부분 오전에 잡히는 채취와 이식일정 탓에 내 마음대로 스케줄 조정을 할 수 없는 학교 업무를 그만 두게 되었다. 나만의 커리어였고 한 학교에서 오래 일하며 신뢰를 쌓아가고 있던 터라 눈물을 머금고 그만 둘 수 밖에 없었던 상황은 나를 난임 우울증에 빠지게 했다.

3차 안에도 성공하지 못하다니. 시간 맞춰 주사도 잘 놓고 약도 잘 먹고 난임에 도움되는 영양제도 공부해서 착실하게 챙기고 있는데 더 무얼 해야하지?하는 생각과 이제 일도 내 마음대로 더 할 수 없다는 좌절. 거기다 때 맞춘 듯 여기저기서 들리는 지인들의 임신소식에 산책을 핑계삼아 혼자 밖으로 나가 울기도 여러번. 예민한 나의 신경은 온통 시험관 시술에만 집중되었고 그로 인한 부부싸움까지 늘어갔다.

스트레스 속에 시작된 4차 시술.

시험관 시술은 이식 후 피검사 일정을 알려주고 그 날짜에 맞춰 피검사 후 임신 성공 여부를 전화 혹은 메시지로 알려준다. 하지만 피검사 하루 전날 생리로 보이는 피가 비쳤고, 정부 지원을 받고 있던 나는 실패임에도 병원에 내원해 피검사를 한 후 시험관 차수를 종료해야 했다.

잔뜩 무거운 마음으로 병원에 가서 피검사를 했고, 언니와 위로의 점심으로 고기를 구워먹

고 있는데 병원에서 온 전화 “피검사 수치가 60점 대로 임신 성공하셨습니다.” 고기를 먹는동안 마는등 하고 다시 병원으로 뛰어가서 주의사항과 추가 약을 받아왔다.

그리고 이틀 뒤 2차 피검사.

“아쉽지만 수치가 내려가서 이번 차수는 종료해야 할 것 같습니다.” 아마도 생리 시작이 아니라, 비정상 착상으로 인해 생겼던 찌꺼기였다보다. 이들의 기쁨이 그렇게 사라지고, 왜인지 더디게 내려가는 피검사 수치덕에 한달동안 피검사를 7번 하며 힘겹게 4번째 시험관 차수가 종료되었다.

당시 시험관 시술에 관한 다양한 정보와 스트레스 해소를 위한 잡담을 나누는 단체채팅방에 가입되어 있었는데, 새로 개원한 근처 병원이 꽤 유명한 난임 병원에서 진료하던 난임 전문 의들이라는 소문을 듣고 다시 병원을 옮기게 되었다.

그렇게 기대감을 가지고 시작한 5차 시험관 시술.

같은 병원에 다니는 사람들만 가입할 수 있는 새로운 단체 채팅방에는 나보다 더 오랜 난임 기간을 거쳐오고 10차가 넘는 시험관 시술로 거의 반 전문가인 동지들이 많이 있었다. 간절한 사람들이기에 난임에 좋다는 영양제와 챙겨먹으면 도움되는 음식들에 대한 공유도 많은 도움이 되었지만, 서로 같은 길을 걷고 같은 스트레스를 받고 있는 사람들끼리 모인 공간이라 밤낮으로 이어지는 수다와 서로에 대한 격려와 위로들.

그렇게 새로운 병원에서 시작한 5차 시험관 시술.

갑작스러운 이사 준비와 중요한 공연에 몸과 마음은 바쁘고, 1년 동안 실 틈 없이 이어진 시험관 시술 탓에 오히려 답답한 마음으로 5차 시술을 시작했다. 지난 차수 때의 힘든 실패와 자신감 하락으로 큰 기대 없이 피검사를 했는데 결과는 89. 많이 안정적인 수치는 아니었지만 그래도 1차는 성공이었다.

기쁨과 불안함을 동시에 느끼며 시간을 보냈고 이틀 뒤 2차 피검사.

시험관 임신반응검사에는 일명 ‘더블링’이라는 것이 있다. 1차 피검사 후 이틀 뒤에 2차 피검사에서는 약 2배 가량 수치가 올라야 정상적인 임신으로 판단한다. 하지만 오른 수치는 약

20 정도, 정상적인 수치가 아니었다. 진료 후 그만 약을 끊어도 된다는 담당의 결론.

함께 간 신랑은 아쉬워했다. 그리고 함께 진료를 기다리던 언니들 둘이 있었는데 수치가 떨어진 것도 아니고 조금이지만 올랐는데 이대로 포기하기엔 너무 아쉽지 않냐는 이야기를 해주었다.

나의 실패 소식을 듣고 함께 병원을 다니던 친구가 전화를 걸어왔다. 그 친구는 이 전 차수에 성공을 해서 임신확인서까지 받았지만 결국 유산을 한 슬픈 경험이 있었다. “나라면 이틀 더 노력해볼 것 같아. 약을 이틀 더 쓴다고 해서 너의 몸이 확 망가지거나 하지 않는다면 한번 더 시도해보는게 좋지 않을까?” 전화를 받고 나와 신랑을 많은 고민을 했고, 병원을 나와 한참 카페에 앉아 있다 고민 끝에 다시 병원을 방문했다.

“이론적으로 아닌 건 알지만, 조금 더 노력해보고 싶습니다.”

그렇게 이틀치 약을 더 처방받았고, 3번째 피검사에서는 정상적인 수치로 임신 확인. 그 후 일주일 뒤 아기집과 난황을 한꺼번에 본 후 감격적으로 임신확인서를 발급 받을 수 있었다.

하지만 세상에 쉬운 일은 없다. 노산에 임신 초기라는 불안한 시기에 서울에서 인천으로 이사. 큰 공연을 준비하느라 매일 긴 연습에 합주를 하러 서울 연습실로 왔다갔다 하기를 반복. 거기다 잘 피폐다니던 코로나 감염까지.. 초기에서 중기로 넘어가던 시기까지 꾸준히 이어지던 소량의 출혈도 날 불안하게 했다. 10주차쯤부터 시작된 입덧은 출산 전날까지 이어졌고, 매일 자기전 먹는 입덧약에도 아침, 저녁 구역질과 구토는 끈임없이 반복되었다. 거기다 20주 넘어서 임신당뇨검사에 당첨. 아기를 위해 식단을 하고 간식을 줄이고 먹고 싶은 음식들을 참아가며 임신 기간을 버텼다.

출산 당일에는 마취 당시 마취제 부작용으로 수술대에서 수술 전, 수술 후 구토를 반복했고 그렇게 어렵게 아기를 만날 수 있었다.

3,049kg으로 태어난 소중한 나의 아기는 현재 우리 부부와 할머니, 할아버지, 이모, 조카. 그리고 주변 사람들의 사랑과 응원을 받으며 무럭무럭 자라고 있다.

물론 모유수유를 하다 원하지 않게 중단을 하게 되고, 분유도 때론 잘 먹지 않아 엄마를 속

상하게 하고, 안아줘야 잠이 드는 손을 많이 필요로 하는 아기지만 힘들고 지칠 때마다 얼마나 이 아이가 힘들게 우리에게 왔는지 그 소중함과 감사함으로 다시 한번 정신을 차리곤 한다.

이론적으로 불가능한 일이 왜 내게 일어났는지는 나도 모르겠다. 그때 당시 더디게 오른 피검사 수치로 카페와 인터넷에 몇 번이고 검색을 해보았지만 나 같은 경우는 극히 드물었다. 그 이유는 알 수 없지만, 이 아기가 우리에게 오기 위한 인연이었구나. 힘들게 찾아와서 더 소중하게 생각하도록 이런 일이 내게 있었구나 생각하기로 했다.

그 당시 나에게 용기와 힘을 준 함께 병원을 다니던 언니들과 친구, 동생, 힘든 여정을 함께 걸어준 아이 아빠이자 신랑, 실패를 위로해주고 함께 병원을 다녀준 언니와, 한 마음으로 걱정해준 가족들, 그리고 이 모든 시간과 힘들음을 이겨낸 아이 엄마인 나 자신까지 모두 감사하다.

또한 시험관 시술이 금액적으로도 꽤 많이 부담되는데 정부의 지원정책을 통해 경제적으로도 많은 도움이 되었다. 정책이 계속 발전되어 올해 이후 시술하는 난임부부에게는 더 많은 혜택이 있다고 하니 같은 난임이었던 입장에서 너무나 감사한 마음이다. 의술도 더욱 많이 발전해서 힘들어하는 난임부부가 많이 줄었으면 하는 바람도 있다.

앞으로 아기는 더 예쁘게 클 것이며, 말썽 부릴때도 있고 힘든 일이 더 많겠지만 그때마다 그 날의 간절함을 생각하며 아이와 함께 이겨나가 보려고 한다.

나는 이제 화려한 무대 위의 피아니스트란 직업도 잠시 쉬어야 하고, 열정적으로 강의하고 아이들과 교감하던 선생님이라는 이름도 잠시 못 불리겠지만, 소중한 내 아기의 엄마이자 보호자, 친구로 함께 새로운 시작을 해 보려고 한다. 한때 불안하기도 했던 부부의 일상도 이제 한 아이로 인해 더욱 단단해지고 아름답게 펼쳐질 것이다. 우리 가족의 새로운 시작과 미래를 스스로 응원해본다.



괜찮아요, 엄마도 날 포기하지 않았잖아요.

입선 - 백○○

“우리집 짱구가 하루는요~”

목요일 아침 10시. 난임 병원 진료를 끝내고 서둘러 출근하는 차 안에서 들려오는 라디오 DJ의 사연에 피식 웃음이 새어나온다. 나도 언젠가는 이 라디오에 우리집 짱구, 짱아의 사연을 보낼 날이 올까? 오겠지?

결혼 전부터 나는 조금 아픈 사람이었다. 어쩌면 아기를 갖는 게 어려울지도 모른다는 사실도 알고 있었고, 이 사실을 이해해준 좋은 배우자를 만난 건 행운이었다. 결혼 후에도 가족 중 그 누구도 우리에게 아이를 물어보지도 않았다. 다만 결혼생활이 쌓일수록 엄마가 되고 싶다는 욕망이 제 멋대로 싹을 틔우고 있었음을 우리는 미처 알지 못했을 뿐이다.

20년도 봄, 산부인과 정기검진에서 난소 물혹이 발견되었다. 터질 수 있는 상태였기 때문에 큰 고민 없이 수술을 받았다. 그리고 6개월 뒤 똑같은 자리에 물혹이 재발을 했고 한 번 더 수술을 하게 되면 가임력이 많이 떨어질 수 있다는 소견을 듣고 나도 모르게 덜컥 겁이 났다. 엄마가 되고 싶었음을 처음으로 알아차린 순간이었다. 그 길로 난임 병원 예약을 잡았다. 남편은 그동안 나를 배려하느라 입 밖으로 차마 꺼내지 못했던 아이에 대한 간절함을 조심스럽게 드러냈다.

검사 결과 우리 부부의 난임 원인은 불명이었다. 다만 내가 가진 기저질환이 임신에 방해하는 것은 아닌가 추측만 있을 뿐이었다. 여느 난임 부부가 그렇듯 할 수 있는 노력은 다 했다. 주사, 약물, 운동, 영양제, 검사, 인공수정, 시험관... 매번 원인도 알 수 없는 실패가 반복된 지 3년이 지났다. 그 사이 나와 함께 일하던 동료 7명은 계획 임신에 하고 출산휴가를 갔다. 결혼한 사촌 동생이 다음 달 출산한다는 사실을 가족 중 가장 늦게 알게 되었다. 마음을 계속 다잡았지만 흔들렸다. 그동안 나는 노력으로 내 삶을 일궈왔던 사람이었다. 노력하는 만큼 결과로 보상 받았고, 뭐든지 할 수 있다는 자신감으로 살아온 사람이었다. 하지만 지금 아무것도 보이지 않

는 안개 속에서 길을 잃었다. 과연 길이 있긴 하는 걸까? 아무렇지 않은 척 했지만 주변 사람들은 나를 배려하기 위해 나를 배제하기 시작했다. 생명의 축복을 이야기하는 자리에 나는 쉽게 초대 받지 못했다. 그런 시선들이 더욱 나를 위축시켰다.

나는 건강이 온전치 않아서 연이어 시험관을 할 수도 없었다. 충분한 시간이 필요했고, 내 몸이 허락해야 했다. 속절없이 넘어가는 달력에 조바심이 났다. 마지막 동결배아 마저 실패했다는 소식을 들은 날, 진료실에서 의사선생님께서 조심스럽게 말씀 하셨다. “환자분 케이스가 좀 어려워서, 저희 병원에서 계속 시도하는 게 의미가 없을 것 같아요.” 시험관 카페에서 자의로 병원을 옮기는 고민을 들어본 적은 많았지만, 병원에서 이런 말을 듣게 될 줄은 몰랐다. 왜 그 순간 “아이 갖는 걸 포기해.”라는 말로 들렸던 걸까? 서러움에 차로 돌아와 한참을 울었다. 그럼에도 불구하고 쉽게 접하지 않는 마음이, 엄마가 되고 싶은 간절함이었다. 많은 정보를 찾고, 수 소문 끝에 오래된 경력의 노(老) 의사가 운영하는 병원을 찾았다. 속으로 ‘제발 내치지 말아주세요’라는 기도를 하며 첫 상담을 받았다. 쉽진 않지만 같이해보자는 희망의 메시지에 나는 또 모든 걸 걸었다.

결혼 7년차, 난임 진단 4년차. 내가 좋아하는 봄에 소중한 생명이 찾아왔다. 지금 내 배속에서 꼬물거리는 생명이 함께 이 복잡 미묘한 감정을 글로 옮기고 있다. 나는 여전히 고위험 산모다. 임신 기간 중 몇 번의 고비도 있었고, 임신을 유지하기 위해 한 달에 두 번 암병원 주사실을 방문해야 한다. 어쩌면 열 달을 채우지 못하고 조산을 해야 할지도 모르는 위기에 처해있기도 하다. 얼마나 부족한 엄마인지 태어날 아기에게 벌써부터 미안하다고 사과를 한다. 그러면 아기가 말한다. “괜찮아요, 나는 엄마가 생각하는 것보다 훨씬 씩씩해요. 엄마도 다들 어렵다고 했지만 나를 위해서 포기하지 않았잖아요.”

온갖 이유들로 어려운 난임의 시간을 보내는 부부들이 많다. 그 속앓이를 어찌 다 헤아릴 수 있겠냐마는, 포기하려는 마음이 있는 누군가에게 꼭 해주고 싶은 말이 있다. 아직 엄마, 아빠가 준비가 덜 된 거 같아서 오지 않았을 뿐이라고, 아이가 딱 지금이라고 생각하는 날 예쁘게 와 줄테니 먼저 포기 하지 말라는 응원을 전하고 싶다.

된쪽!의 기적 (된다된다 꼭 된다!를 되뇌이며..성공을 가져오는 주문!)

입선 - 한○○

2023년 8월 15일 오후 2시경 나는 수술실로 향했다.

그동안 술하게 수술과 시술을 위해서 병원 수술실을 들어갔던 나였지만, 이번만큼은 기분이 달랐다. 무섭고 두려웠던 지난날과 달리 이번에는 설레었다. 그리고 얼마 지나지않아 울음소리가 들려왔다. 우리 아들의 우렁찬 첫 울음소리..

그렇다. 드디어 내가 엄마가 된 순간이었다.

아기가 태어났다는 안도감.. 불확실하고 어두운 미래같았던 우리부부의 힘든 시험관 여정들.. 그 길을 끝내고 나도 엄마라는 존재가 되었다는 기쁨..만감이 교차했다.

- 마흔.. '난임'의 길로 들어서다 -

나는 39살 늦은나이에 결혼을 하였지만 무슨 자신감인지 내가 원하면 바로 임신이 되는줄 알았다. 그만큼 무지했고, 준비가 덜 되어있었던 것이다. 결혼하면서 남편과 난 '아들, 딸 구별말고 아이 둘 낳아 여느 평범한 가정처럼 그렇게 행복하게 잘 살자'라고 이야기했었는데, 그 평범하고 보통 가정을 만드는 일이 우리 부부에게는 정말 힘든일이 되었다.

결혼 6개월이 지나면서 자연임신 시도에 번번이 실패하던 나는 마흔..40살 새해를 맞이하고 나서야 점점 초조해지기 시작했다. 원래 계획대로라면, '39살에 임신해서 40살 첫애를 출산하고 42살에 둘째를 낳자'였다. 그런데 결혼 반년이 지나도 임신 테스트기에 두줄이 뜬적이 단 한번도 없다니...마음이 불안했고 난임병원을 다니고 임신했던 내 친구들이 생각났다. 그 길로 난임센터 메이저 병원이라는 c병원을 예약하고 난임 환자가 되기 시작했다.

난소나이검사(AMH)는 내 나이가 많다는것을 다시한번 알려주었다. 그래도 다행인 걸까, 담당의 선생님은 난소나이가 실제나이와 비슷한 수준이라고 했고, 첫 시도인 만큼 인공수정부터 해보자고 했다.

인공수정 1차.. 처음으로 기다리고 기다렸던 테스트기의 두줄을 보았다. 신이나서 남편과 함께 딸기뷔페도 다녀왔다. 예쁜 디저트를 보며 마음까지 핑크색으로 물들었다.

그러나 1차 피검사 결과, 수치가 안정권이 아니었다. 담당의는 풀이죽어있는 나에게 수치가 더 오를 수 있으니 기대해보자고 했지만, 2차 피검사 수치는 더 낮아졌다. 이번임신은 종결된걸로 보아야 한다는 담당의의 말..화학적 유산이란 것이었다. 첫임신에 기쁨도 잠시.. 바로 유산.. 이것이 희망이 되었던건지, 독이 되었던건지는 모르겠다.

나는 인공수정으로 임신 성공을 맛보았던 터라 시험관을 권유하는 담당의의 말보다는 인공수정에 집착하고 인공수정을 4차까지 진행하였다. 하지만 매번 비임신으로 종결되었다.

- 불안의 시작 -

실패와 함께 찾아온것은 불안한 마음이었다. 이 불안감은 나를 예민하게 만들었고, 직장에서도 화가 많아지고, 남편에게 짜증내는 일이 다반사가 되어 싸움이 잦아졌다. 특히, 주변 지인들 임신, 출산 소식도 듣기 거부해지고, 외출시 배가 볼록한 임신부를 보면 자괴감이 들었다. 설상가상으로 직장내 같은 팀원의 임신소식을 접했고, 그로 인해 나는 업무량도 늘었다. 그당시 나는 시험관 시술을 결정하고 고심끝에 새로운 병원으로 전원한 상태였다. 업무로 많이 바빠졌는데 병원 진료를 위해 한 달에 2-3번이상 반차를 내고 다니는 일이 생기면서 눈치가 보이고, 이 역시 나에겐 스트레스가 되었던것 같다.

기대했던 시험관 1차가 실패로 끝났다. 지쳐있어도 이 악물고 버텼던 나의 몸과 마음이 피검 결과에 무너지는 느낌이 들어 이날 많이 울었다. 위로해주던 남편과 많은 이야기를 나눈뒤 나는 '난임휴직'을 하기로 정하고, 몸과 마음을 끌어올려서 성공하리라 마음 먹었다.

- 기쁨 뒤에 슬픔 -

휴직을 하면서 나는 본격적으로 헬스장을 끊어 운동을 시작했고, 문화센터에서 취미반 수업도 듣고, 영양제 복용 외에 한의원을 찾아 한약도 먹기 시작했다. 스트레

스가 줄어들면서 마음도 안정되고 힘이나기 시작했다.

3일배아였지만, 배아도 동결하게 되었고, 새로운 담당의와도 신뢰도 쌓아갔다. 이러한 상황덕인지 시험관 2차 이식에서 드디어 기다리던 임신을 했고, 피검사를 통과해 아기집도 보고 심장소리도 들었다. 종종 피비침이 있어 유산방지 주사를 꽤 맞았지만 순조롭게 임신유지를 하고 있었다.

그리고 난임병원 졸업하는날, 마지막 진료를 보기위해 진료실에서 담당의와 웃으면서 잠시 회포를 풀고 초음파를 보았다. 그런데 담당의 표정이 굳더니 ‘아’하는 탄식이 흘러나왔다. 순간 무언가 잘못됐다고 생각했지만, 상상도 못할 말을 들었다. “아기 심장이 멈췄어요. 안타깝지만 보내야할 것 같아요. 이번엔 계류유산 이었다. 믿을 수가 없었다. 그날은 남편도 내 난임병원 졸업을 축하해 주기 위해 진료실 밖에서 기다리고 있었는데, 이 상황을 듣고 같이 펑펑 울었다.

다음날 소파술을 받기 위해 나는 수술대에 눕게 되었고, 눈물이 멈추지 않아 마취가 될때까지 수술방에서 울부짖었다. 수술후에도 믿기지않아 몇 날 며칠을 울었다. 이 아픔은 생각보다 내게 큰 타격이 되었던것 같다. 소파술 이후 내 난소나이는 이전보다 반으로 푹 떨어져 0.5도 되지 않았다는점, 그래서인지 채취한 난자갯수도 줄고 질이 좋지않았다. 더군다나 심적으로도 우울감이 많이 생겼다. 3개월후 다시 시작한 시험관 3차 채취, 이식에서 결과는 실패였다. 특히, 소파술 받았던 같은 수술실에서, 같은 담당의를 마주하니 유산의 기억이 떠올라 트라우마가 되었다.

트라우마가 되었지만 이번 병원에서 임신이 되었기에 이곳에서 배아를 키워주면 다시 임신이 되지않을까 하는 희망을 버리지 못했다. 그래서 담당의만 바꾸어 시험관 4차를 진행하고, 채취한 난자갯수는 적어도 3일배아 3개나 만들어 동결시켰고 이식날짜가 잡혔다. 그러나 이식당일 병원으로 가는길에 전화를 받았다. 3개배아가 모두 해동하면서 폐기해야할 상태가 되었다는 것이다. 3개모두 폐기해야하는 상황은 극히 드물다 했었는데.. 왜 나에게 이렇게 불행한일이 생기는지.. 좌절감이 컸다. 그렇게 시험관 4차까지 상처만 남긴채 끝났다.

- 다시 또 시작 -

몸과 마음이 피폐해져 그런지, 항상 기운이 없고, 우울하게 지냈다. 이런 내가 걱정

되어 남편은 퇴근후 바로 집으로 오는 날이 많아졌다. 나와 이야기하고, 산책을 하는 등 같이 시간을 보내기 위해서였다. 남편이 노력해 주는 모습에 어느순간 나도 힘을 내야겠다는 생각이 들었다. 그래서 중앙난임우울증 센터에 연락하여 심리상담을 받기 시작하고, 선생님이 숙제를 주시면 나와 남편은 다음 상담까지 그 숙제를 다 하려고 열심히 노력하였다. 마음을 터놓고 이야기할 수 있다는게 정말 큰 힘이 되는 것 같다. 점점 다시 힘을 내자고 마음먹고, 임신을 위해 지난날에 했던 노력 이외에 좋다는건 찾아서 더 노력했다.

우선, 새롭게 다시 시작하고 싶어서 병원을 또 바꾸었다. 새로운 담당의 선생님께 복용중인 영양제도 상담하고 추가로 추천해 주신 영양제를 더 먹었다.(남편 영양제도 상담하고 추가하였다) 한약도 다시 먹었는데, 간에 무리 안되게 약하게 지어 조금씩 꾸준히 먹었다. 그리고 튼튼이 뜸과 침치료도 받았다. 운동은 이전에 끊었던 헬스장 회원권이 남아있어서 다시 다니고(런닝위주), 수족냉증이 있었기에 체온을 올리고 싶어서 족욕을 거의 매일 하였다. 식습관 신경을 많이 쓰게되었는데, 밀가루와 단음식, 정크푸드, 탄산음료는 확 줄이고 집밥위주로 먹으려고 노력했다. 이렇게 해서 시험관5차를 진행했는데, 이때 난자채취 갯수가 많지는 않았지만, 처음으로 5일배아가 나왔다. 비록 이식결과는 실패였으나 양질의 5일배아라 하여 다시금 희망을 품게 되었다.

그리고 내게 변환점이 되었던 또 하나가 있었다.

바로 난임가족연합회(난가연)를 알게 된것이다. 작년에 우연히 같은 난임병원 다니던 지인이 나에게 난가연을 알려주며 행사에 가보라고 했고, 나는 11월11일에 난가연에서 진행되는 난임가족의 날 행사에 참석해서 임신성공수기를 접했다. 크게 와닿았던 부분은, 성공하신분이 전에 항상 불안감을 갖고있었는데, 마지막 차수에는 즐거운 마음으로 했다고.. 병원 가는길도 즐거웠다고.. 하셨다. 그때 생각했다. 내가 시험관 5차까지 하면서 불안하지 않았던 때가 있었는지..즐겁게 해보려고 했었는지... 나는 그러질 못했다. 내 마음이 좀 더 달라져야한다고 생각했다.

마음을 달리 가지기 시작하면서, 같은달 26일에 나는 또다시 난가연 행사 참석을 하게 되었다.

남이섬에서 열리는 된된꼭 힐링캠프라는 1박2일 프로그램이었다. 부부가 참여하는 이 캠프에서, 나만큼 힘들고, 우리보다 더 오랜시간 아기를 기다리고 있어도 즐겁게 이야기하고 노력하는 여러 부부들을 보며 자극이 되었다. 그리고 이런 여행하는것 자체가 나에게 큰 힐링이 된다는걸 새삼 느끼고 매 주말 즐겁게 놀려고했다. 콘서트도 다녀오고, 남편과 또다른 여행도 다녀오고, 많이걸고, 서울에서는 호캉스도 하면서 내가 좋아하는것을 하려했고, 재밌고 즐겁게 지냈다.

혼자 있을때 이것저것 걱정하다가도 이렇게 좋은시간을 보내면 시험관, 임신 생각이 좀 사라졌다. 이런 시간이 나에게 많은 도움이 됐던걸까?

신기하게도 다음차수(시험관 6차)에서 이전보다 2배많은 난자가 채취되었다. 담당 의도 이전차수들과 비교도 안되게 많이 나왔다고 기뻐해주셨다. 그리고 나의 몸(자궁)상태를 보고 이번 이식에는 잘 될것같다고 격려해주었다. 이번만큼은 나도 기쁜 마음으로 이식을했고, 그리고 나는 그 이식에서 성공을 했다.

나이도 많고 유산경험이 있어 니프티검사 등을 하며 마음졸이긴 했지만, 잘될거라는 믿음은 충만했다.

- 된다 된다 꼭 된다! -

된다된다꼭된다 이 구호는 난가연 행사에서 외치는 말이다. 행사 참석이후 난 이 구호(된된꼭)를 습관처럼 말했다. 마치 주문을 걸듯이.. 이 말 덕인지, 정말 말하는대로 꼭! 되었다! 3년간의 시술 후, 결혼 5년차에 품은아기. 나에게 기적이 온 것이다. 지난달 태어나, 지금은 신생아를 갖 졸업하여 옆에서 췌근췌근 자고있는 아기를 보며, 감사한 마음으로 글을 써본다. 난 임신기간동안 난가연을 잊지못했다.

나도 난임부부들에게 성공수기를 들려주고 싶었다. 비교적 짧을수도, 길수도 있었던 나의 난임 여정..기쁨뒤에 슬픔도 맛보고 좌절도 했지만, 시련뒤에는 반드시 기쁨이 또 온다는것! 많은 나이에도 불구하고 꼭 된다는것!

아기는 반드시 온다고! '된다된다 꼭 된다'를 주문처럼 외치면 엄마가 되어있을거라고! 자신있게 말하고싶다.

예비 엄마아빠들이 내 얘기에 힘을 얻었으면 좋겠다. 그리고 난임 부부들 모두가 기다리는 아기천사를 만나길 진심으로 바란다!





Activity

| 2023년 단체 주요활동 |

아가야 프로그래머 지원사업	82
2023년 된된꼭 워킹투게더	84
작심8주 만보걷기	86
아가야 보듬이 지원사업	88

■ 아가야 프로그래밍 지원사업

1. 난임가족 자조모임 교육 “DD맘의 날”

DD패밀리란? (D-Line Dream Family)
재녀출산에 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

61명 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 ~ 12월)

- 난임가족 자조모임시 난임부부에게 미세영양소 지원
- 연간 남성용 미세영양소 1개월분 200개 제공
- 연간 여성용 미세영양소 1개월분 200개 제공
- 연간 엽산제 3개월분 160개 제공
- 연간 마이시톨 1개월분 700개 제공
- 연간 포미나우 유산균 30억 180개 제공



2023년 댄댄꼭 워킹투게더

“댄대! 댄대! 꼭댄다”

목적

- 난임극복에 도움이 되는 정보전달 및 교육을 제공
- 난임자조모임을 통해 동료들과의 상호소통과 지지로 난임을 극복할 용기와 희망을 제공
- 난임을 극복하고 출산에 성공한 멘토를 통해 난임극복을 위한 구체적 방법을 제공

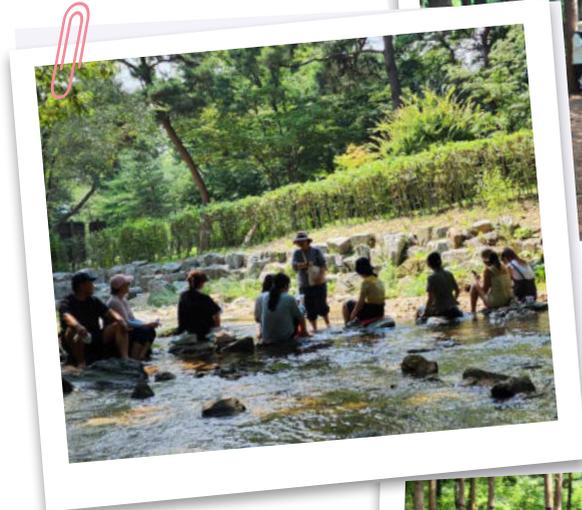
행사내용

- 난임극복교육 : 식활습관개선, 운동, 수면, 기초체온, 다양한 성공사례 등
- 성공한 멘토 강의 : 난임을 극복하고 임신 및 출산에 성공한 멘토의 경험담 전달
- 행복드림 : 산림치유 프로그램을 통한 스트레스 감소 및 우울증 완화
- 동물원관람 : 동물원 관람 및 자유시간

대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 난임부부 누구나(개별신청)
- 모집방법 : 홈페이지 선착순
- 대상수 : 62명
- 장 소 : 서울대공원 등
- 행사일정

구분	월	모집기간	1박2일 힐링캠프	비고
1차	6월	2023.05.01~06.07	2023년 06.08(목)	30명
2차	7월	2023.07.01.~07.20	2023년 07.21(금)	16명
3차	10월	2023.09.25~10.20	2023년 10.23(월)	16명



작심8주 만보걷기

목적

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

사업내용

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

대상자 선정기준 및 방법

- 모집대상 : 난임부부 누구나
- 모집방법 : 홈페이지 선착순(1회 100명)
- 대상수 : 257명
- 행사일정

구분	월	참여기간	모집기간	비고
1차	4월	2023.04.01~05.30	2023.03.02~03.30	
2차	6월	2023.06.01~07.30	2023.05.01~05.30	
3차	9월	2023.09.01~10.30	2023.08.01~08.30	



(사)한국난임가족연합회 공익사업 아가야 보듬이 지원사업

추진배경

- (사)한국난임가족연합회에서는 아이소망 난임가정에 체외수정시술비를 지원하는 아가야 보듬이 지원사업을 주최하고 있습니다. 이 사업은 난임시술 건강보험 9회 모두 받고도 임신에 실패한 난임부부를 돕기 위해 20개 참여병원과 제약회사의 사회공헌으로 이루어진 공익사업입니다.

추진내용

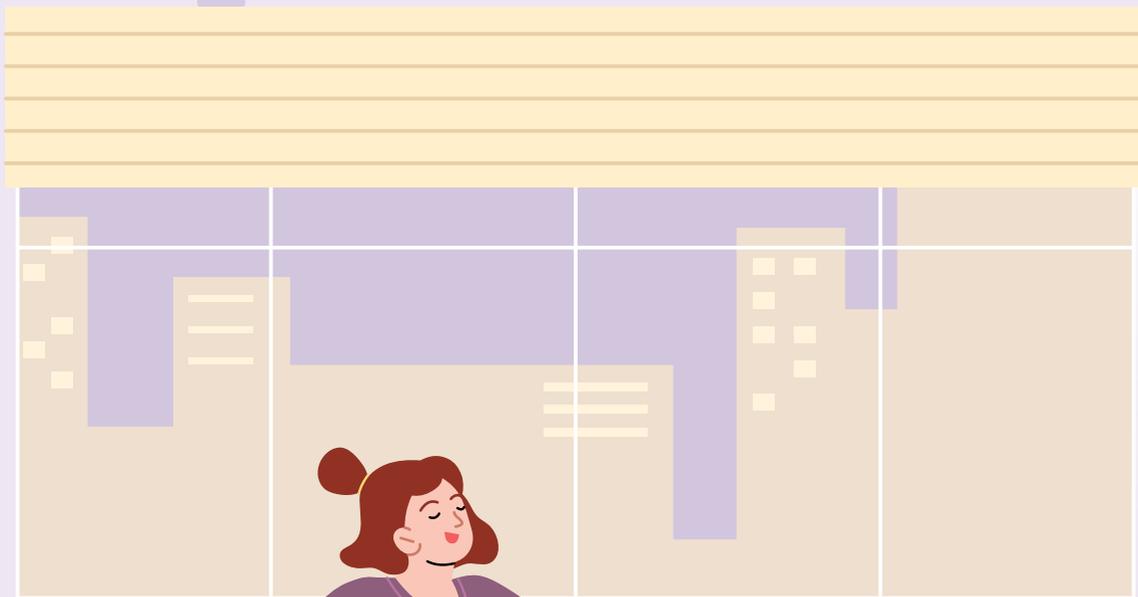
- 병원들의 지속적인 사회공헌 추가 동참 설득
 - 난임전문병원, 기업, 시민단체가 협력하여 체외수정시술의 기회를 공익지원 함
 - 사회공헌 업무 협약을 체결(난임전문병원9, 기업3, 2008년)
- 사회적 약자를 지원하는 모범적인 의료봉사 네트워크 구축
 - 현재 전국지역 20곳의 우수병원 협약
 - 연간 연80쌍 체외수정시술 지원하고 있음(난임전문병원20, 기업2, 2023년)

성과

- 사업명 : 아가야 보듬이 지원사업(체외수정시술비 지원사업) : 지속사업
- 지원사업 결과(기간 : 2008년 4분기 ~ 2023년 3분기)
 - 지원수혜자 : 994명 || 임신성공자 : 161명
- ▶ 파급효과
 - 공익사업을 통한 아름다운 사회공헌의 실천
 - 난임가족 氣살리기 생명사랑 기여

참여병원





Column

| 난임예방 |

난임극복을 위한 임신 전 관리 92



난임극복을 위한 임신 전 관리

건강한 임신을 위해서는 최상의 몸 상태와 건강한 정자의 생성을 위한 좋은 식단이 필수적입니다. 특히 하루를 시작하는 아침식사는 그 의미가 상당히 중요합니다.

단백질은 호르몬을 구성하는 성분으로 정자, 난자 및 각종 생식 관련 호르몬 생산에 필수적이므로 아침식사에서 충분히 섭취하는 것을 추천합니다. 따라서 최적의 생식 환경 유지를 위한 좋은 지방산의 섭취와 야채와 과일, 수산물, 콩류 등을 골고루 섭취해야 합니다. 그것은 생식 호르몬의 균형을 유지시켜주고 자궁 내막의 착상 환경을 향상시켜주기 때문입니다.

제가 일하고 있는 (사)한국난임가족연합회에는 매일 DD맘의 날(D라인 Dream맘)을 정하여 동료모임 및 난임극복을 위한 난임교실이 열립니다. 참가자들의 이야기를 들어보면 좋다는 것은 이것저것 다 챙겨서 먹으려 노력하지만 대부분 올바른 양질의 식습관 섭취의 선택이나 생활습관 및 감정 상태의 안정감이 균형적이지 못하는 생활습관을 가지고 있음을 알 수 있었습니다.

임신의 효과를 높이기 위해서는 특수 성분이 첨가된 식품이 아니라 무엇을 어떻게 먹는지, 또 어떤 영양 성분을 보충 할 것인지, 식이습관이나 보충제의 섭취 여부의 계획을 잘 세워야 할 것입니다.

균형잡힌 식사는 호르몬 불균형을 '균형'으로 호르몬 생성과 상호보완관계를 통하여 임신환경을 최적화하는데 도움을 줍니다. 그러나 불균형적인 식습관과 생활습관, 불안정한 태도는 임신을 어렵게 합니다. 그 상태가 지속이 될 경우 안전한 임신환경을 위한 건강한 몸 상태를 확보할 수 없게 되기도 합니다.

특히 비만이나 과소체중, 착상환경을 방해할 수 있는 가공식품, 패스트푸드, 기호식품 등의 섭취는 임신의 기회를 어렵게 만들 수 있으므로 사술 전 관리 계획에서 반드시 보정해야 합니다.

또 체외수정시술을 통해 임신율 향상을 높이기 위해서는 우선 멀티 비타민, 미네랄, 아마씨 기름, 들기름, 올리브유 등의 오메가3의 좋은 지방산을 꾸준히 보충하는 것이 효과적입니다.

균형잡힌 식생활을 유지하기 위한 노력은 때로는 일일이 챙겨먹는 것에 대한 부담 때문에 중간에 포기하고 싶은 마음을 일으키기도 하고 스트레스가 되기도 하겠지만, 그래도 DD맘이 목표라면 힘 들어도, 고통스러워도 잘 수행해야만 합니다.

♡ 스스로하기 10가지 생활 수칙

1. 일어나면 미지근한 물 한잔과 스트레칭, 2시간 이내에 충분한 아침을 먹자.
2. 최소한 총 5종류의(1컵 정도의 양) 과일, 야채, 채소, 수산물을 챙겨 먹자.
3. 최소한 총 3회분(중간 크기의 과일 1/2컵)의 과일을 섭취하자.
4. 매 끼니에 단백질 및 생선을 섭취하자.(콩, 견과류, 생선 등)
5. 고단백 저탄수화물선택으로 소화가 쉬운 전곡류를 선택하자.
 - 현미, 찹쌀, 귀리, 아마씨, 콩류, 조, 수수, 쌀, 보리, 옥수수 등
6. 건강에 좋은 지방에 집중하자.(들기름, 아마씨유, 올리브유 등)
7. 최소한 매일 1.4L이상(8컵 정도) ~ 2L의 물을 마시려고 노력하자.
 - (단, 음주, 음료수, 커피는 물에 포함하지 않는다)
8. 저녁 식사 후 어떤 것도 먹지 말자.
9. 생식환경에 도움이 될 수 있는 생식건강 비타민제를 추가한다.
10. 움직여야 한다. 움직여라! 그래야 몸속의 냉기가 빠지고 체온이 올라간다.
 - 운동은 생식능력에 도움이 된다.
 - 운동은 선택이 아니라 필수이다.



Sponsor
| 후원자 |

후원 참여 방법 96



후원 참여방법

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

후원금은 이렇게 사용되고 있습니다.

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

후원은 이렇게 해주세요

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

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

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

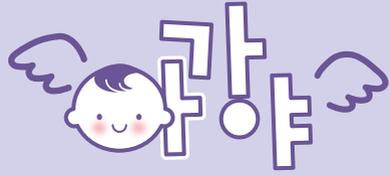
※ 한국난임가족연합회는 기획재정부에 등록된 기부금지정 단체입니다.

정기후원 단체/기업



정기후원 개인 나눔을 함께 해주셔서 진심으로 감사드립니다.

- 강미숙 강은미 강은영 가유희 강다현 강미라 강용평 강정은 강혜림 강희영 고정준 고정분 공시윤 곽은정 곽철원 권송희 권순빈 권용대 권희연 길은주 김경아 김경환 김경희 김근영 김남의 김단영 김대기 김대영 김동우 김만희 김명희 김미정 김민조 김민혜 김범식 김병환 김병훈 김보민 김부임 김서은 김석를 김선기 김선미 김선정 김성남 김성남 김성훈 김세경 김세영 김승민 김신애 김연옥 김연희 김연희 김영 김영득 김영미 김영선 김영선 김영숙 김영희 김옥현 김외옥 김용귀 김용훈 김윤경 김은경 김은주 김은진 김재천 김정수 김정숙 김정애 김정우 김정은 김종대 김종만 김종석 김주희 김지수 김진 김창구 김천봉 김초롱 김태영 김하나 김하영 김현미 김현진 김협 김혜정 김호경 김홍래 김화선 김환 나미연 나정선 남궁정식 남서연 남주형 남지애 남희선 노선영 노연희 노영주 노지영 류원재 류희조 맹숙영 문미란 문성대 문인숙 문인희 문정현 문화숙 민병엽 박경미 박근배 박근영 박미연 박미향 박미혜 박병무 박상미 박선미 박선희 박성진 박성희 박세나 박세란 박수경 박수진 박순영 박승배 박시용 박영란 박요안 박원엽 박은숙 박은주 박은주 박점자 박주영 박주영 박지수 박지영 박지현 박지훈 박지희 박진 박진석 박춘선 박하균 박현자 박현진 박홍식 박희경 방정호 방지현 배성욱 배시연 배정순 백경미 백상열 백은정 백정선 백정임 김성권 서정숙 서현옥 손미경 손지영 손진아 송민주 송민아 송은아 송정호 송주영 송준호 송현주 신미란 신순옥 심수미 심정수 심지섭 심초진 안병현 안성주 안정은 안혜진 양선경 양승일 양지훈 양혜순 엄미향 엄진영 여현경 예병완 오미경 오정민 오현주 우승희 우원실 유기은 유민자 유선영 유선영 유선희 유순이 유은채 유진선 유진열 유진열 유춘화 유태영 유희경 유희선 유희철 윤승현 윤영삼 윤종훈 윤혜연 이현주 이건옥 이경남 이경은 이계형 이기림 이다희 이명희 이미은 이병선 이선화 이소연 이승미 이승백 이승열 이승욱 이승한 이안나 이애리 이영주 이예진 이용환 이운영 이윤경 이은경 이은자 이인실 이재광 이재선 이재성 이재철 이재훈 이정미 이정수 이정옥 이주혁 이지연 이지영 이진선 이진수 이태원 이현수 이현아 이현주 이혜란 이홍주 임미숙 임복희 임은주 임현애 장미화 장선화 장준화 장효진 전미진 전선애 전승윤 전예지 전인호 전종원 전지영 전현정 전현정 전현주 정경미 정상환 정석구 정세희 정유미 정은경 정은병 정인숙 정주화 정진영 정태조 조경애 조미선 조성삼 조수연 조영애 조은주 조인주 조인화 조지수 조태형 조하연 조현미 조혜경 조혜정 주수현 주은주 주진경 지성희 차은정 천미화 천정우 최경숙 최경진 최대환 최미진 최상우 최수정 최승용 최영미 최은식 최윤진 최정화 최창기 최현숙 최혜선 추정희 하영민 하은주 하희정 한광민 한명숙 한미정 한은미 허국화 허미정 허은순 허지숙 허지영 허혜영 허혜영 현재희 홍덕기 홍성규 홍윤미 홍은주 홍지민 홍혜민 황영경 황원영 황혜정 비공개 후원자 등 나눔을 함께 해주셔서 진심으로 감사드립니다.



난가연은 난임가족 여러분을 응원합니다.

해피문데이 세이프 질정주입기

질정(질좌제) 삽입을 쉽고 간편하게

* 질정(질좌제) 별도 구매



조합: 2023.39-006(유효기간: 2026.10-19까지)
이 제품은 의료기기이며, 사용상의 주의사항과 사용방법을 잘 읽고 사용하십시오.

해피문데이 세이프 질정주입기란?

질염 치료제, 피임제, 임신용 호르몬제 등의 질정(질좌제)을
질 속에 넣을 수 있도록 도와주는 의약품 직접주입기예요.



구매하러 가기

www.happymoonday.com

2023 서울시

한의학

난임 치료 지원사업

목적

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

대상

원인불명의 난임진단을 받고 자연임신을 희망하는 난임부부

- 난임부부 공통 - 신청일 기준 6개월 이상 서울시 거주
- 여성나이 : 만 44세 이하(1978년 1월 이후 출생자)

※ 부부가 함께 치료받는 것을 권유합니다.

사업시행 2023년 3월 ~ 마감시까지

지원내역

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

※ 수급자 및 차상위는 본인부담금 전액지원

신청방법

- ① 서울시 임신출산 정보센터(<https://seoul-agi.seoul.go.kr>)
회원가입 및 사전 선별검사 실시
- ② 지원신청 : 부부(여성이 신청) 또는 여성(남성) 단독 신청
 - 온라인 : 서울시 임신출산 정보센터
(<https://seoul-agi.seoul.go.kr>)
 - 온라인 신청 불가 시 : 난임자 거주지 자치구 보건소 직접 신청

문의

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



Our passion
your health



**동국제약의 24시간은
고객의 건강한 삶이 기준입니다**

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

사람과 자연이 함께 할 수 있는

도심 속 힐링 오아시스

63 | 일산 | 광고 | 여수 | 제주

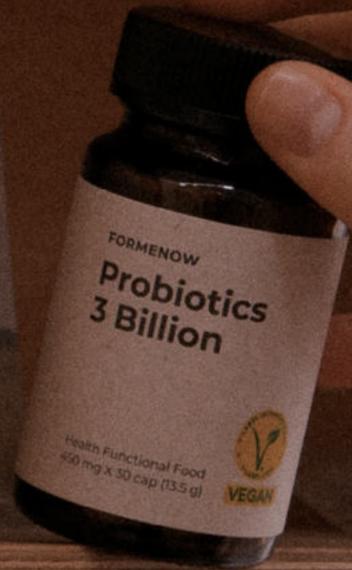
아쿠아플라넷



지금, 나를 위한 선택

포미나우 유산균 30억

- ☑ Daniso L.plantarum Lp-115® 식물유래 특허 균주
- ☑ 이탈리아 브이라벨 비건 인증
- ☑ 셀렌, 아연 함유



QR코드를 통해 구매가능합니다.
www.formenow.co.kr



(주)아이젠파마코리아는
 출산율 저하 및 난임으로 고통 받는 난임 부부를 위해
차별화된 난임 치료 의약품을 공급하여
 새 생명의 탄생과 난임 임신부의 건강에 책임을 다하는
난임 치료제 전문 기업입니다.

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



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

마이시톨

for your balance

늘 함께 한다는 것,
늘 옆에 있다는 것,
늘 같이 한다는 것,

늘 함께하겠습니다. 마이시톨

누적 리뷰 1,100만 포 이상
누적 판매 4만9천 건 이상



www.mysitol.store

MARIA

난임이 위대한 엄마를 만듭니다



주사자국으로 멍든 배를 보며 속상해 마세요

당신의 자랑스러운 푸른 훈장입니다

겪어보지 않으면 아무도 모를 고생이지만

이것도 다 웃으며 추억할 날이 올 겁니다

포기하지 않고 난임을 이겨내는 당신이기까요

엄마가 될 자격, 당신에게겐 충분히 있으니까요



희망이 생명을 만듭니다.
마리아병원이 난임부부와 함께 합니다.

www.mariababy.com

생명공학이란 생명보험이 필요 없는 시대를 만드는 일

[제약업계 최대 규모, 최고 수준 생명공학 R&D 센터 설립]



누군가의 백세 인생에 백신을 만들어주고, 누군가의 혈액에 면역을 풀어 넣습니다.
어려운 치료를 쉽게 도와주고, 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