

こちら、よんひがしです

近畿中央病院
産婦人科病棟
2012年2月号
VOL.6

みなさんこんにちは！2月となり乾燥・寒い日が続いていますが風邪など引いていないでしょうか。今月は妊娠する
とできるひと・できない人がいますが妊娠線についてお話し
します。



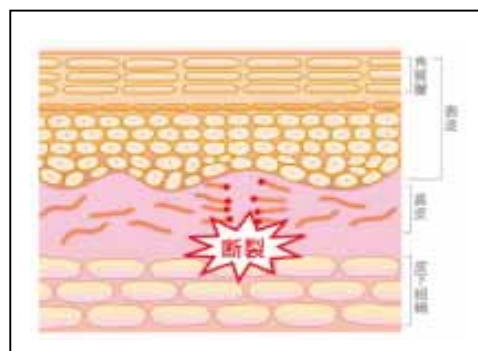
妊娠線ってなに？

「妊娠線」と呼ばれるのは、お腹やバスト、太もも、ヒップ、二の腕などにできる真皮の断裂跡のこと。個人差はあるものの、妊娠5～7ヶ月のお腹が大きくなり始めるころからできやすくなります。1本だけできる人もいれば十数本という人もいます。

できてしまった妊娠線は、出産後徐々に目立たなくはなるものの、残念ながら完全にもとに戻すことはできません。

原因は・・・？

妊娠線が出来る原因としてよく言われているのは、妊娠中の急激な体重増加です。お腹が大きくなったり、バストやヒップが豊かになるスピードが速いと、真皮や皮下脂肪の伸びが追いつかず、それらが、断裂します。



体重コントロールとTHE保湿で妊娠線を予防しよう

妊娠線を予防するためには、体重をコントロールして急激なサイズアップを防ぐこと。そして、肌にはうるおいを与え、ハリのある柔らかい状態にしておくことが大切です。妊娠線専用のケアクリームやオイル、お気に入りのボディクリームなどで保湿しながら妊娠線のでやすいお腹、バスト、太もも、ヒップ、二の腕などをケアしましょう。

出来るとかゆいですがかくと皮膚に傷ができ悪化の原因になります。

各教室のご案内

要予約

たまごの会 2月2日(木)・3月1日(木)

13時20分～ 3階講堂

おっぱいと赤ちゃんの会

2月16日(木)・3月22日(木)

13時30分～ 7階東病棟

お産の会 2月16日(木)・3月15日(木)

13時30分～ 7階東病棟

マタニティービクス

当院で出産する方限定

2月 8・15・22日(水)

3月 14・21・28日(水)

13時30分～ 運動療法室

へびーマッサージ 2月9日(木)・3月8日(木)

13時30分～ 7階東病棟

担当 福岡 時吉 重枝 林田