

川合産婦人科



Four seasons news letter

出版元

医療法人川合産婦人科 事務局 愛知県名古屋市西区坂井戸町 191 TEL:052-502-1501

季節のお便り

妊娠第8週目（3ヶ月ごろ） 妊婦検診の時期ですね

体調の変化にはとくに気づいている妊婦さん。当院で初回の妊婦検診を受診される方も多いです。現在の赤ちゃんは体長7517ミリぐらいのピーナツツサイズ。お米サイズから成長し、手足には水かきのような指先が作られて、ドンドン大きくなっています。

そして、いよいよ「へその緒」に入り込む荒業を成し遂げます。妊婦さんは、3ヶ月目には入ると疲れやすくなります。「寝るのが仕事？」そう思ってしまうくらい良く寝れます。もしかすると周囲からは「つらそう」とか「だらけているの？」と思われる気もかもしれません。そういう気



この時期は、小さな幸せに沢山気づく時期でもあります。涙腺が弱くなるのもこの3ヶ月目です。沢山感動して豊かな心で、妊娠初期を楽しみましょう。

遣いにイチイチ対応するのも疲れるものです。「妊娠3ヶ月目は良く寝れる時期なの。心配しないでね」と先に話しておくとういでしょう。しっかりと寝て、疲労とストレスを蓄積しないようにしましょう。

この時期に母子手帳カバーをネットで検索している方が沢山いらつしやいます。花柄やタオル生地、本皮など。自分の趣味を重ねて、あかちゃんの一帳羅（いっちょらら）を選ぶように選んであげてくださいね。生まれるまではあかちゃんを知るための対話ツール。そして生まれてからはお子さんの大切な成長記録簿。それが、母子手帳です。

婦人病に良い温泉の選び方

「美肌の湯は婦人病にはあまり効果は期待できない?」

前回に引き続き、冷え性対策のお話。体を温めてあげると婦人病がいくらか和らいたり、予防ができたりと、メリットが沢山あります。体を温める方法のひとつに、女性が大好きな「温泉」があります。今日は温泉の選び方をご案内いたします。巷で「美肌の湯」という泉質の温泉があります。これは台所のお掃除の時にも活躍し、水に濡らすとヌルヌルスベスベになる重曹を成分とする重曹泉といえます。こちらは塩化物泉とは反対で比較的湯冷めしやすいので注意が必要です。「塩化物泉」とは塩分のおかげで湯冷めしにくく、別名「熱の湯」とも言われています。湯治を目的として旅行される際は、温泉の泉質も是非チェックしてくださいね。婦人病に良い温泉は「単純温泉」「塩化物泉」「硫酸泉」「鉄泉」です。東海地区ですと、館山寺、高山、熱海、伊勢、南知多、鳳来寺、恵那、奥飛騨、湯ノ山、蒲郡、鳥羽（順不同）と沢山あります。なお、宿泊施設の泉質については各施設へ直接お尋ねください。

もっと身近な

川合産婦人科を目指して

当院はこの名古屋市区で45年間、お母さんの代からお孫さんまでをサポートするために産婦人科として営んでまいりました。時代と共に環境は変わって参りますが、当院は親切・丁寧をモットーにみなさまへ貢献できればと存じております。

当院は本年度よりホームページを活用して、様々なお知らせを発信してまいります。

