監修者よりメッセージ
【ママの傷あとケアも忘れないで】

赤ちゃんのお誕生、おめでとうございます。

帝王切開の傷あとのぐあいはいかがですか？ みみず腫れのように、赤く盛り上がっていませんか？

その状態は肥厚性瘢痕（ひこうせいはんこん）といいます。放置すると、痛みやかゆみが現れて、Gパンがはけなくなります。さらにひどくなると、数年後には何もしなくてもピキッと痛みが走り、とてもつらい状態に……。

肥厚性瘢痕（ひこうせいはんこん）を予防するために、授乳中でも安心してできるセルフケアがあります。そのひとつがシリコーンゲルシートです。傷あとに貼るだけなので簡単です。

赤ちゃん優先の毎日で大変かと思いますが、まずは予防のセルフケアを。そして、ピキッと来る前に、「傷あとくらいのことで……」と思わず、早めに形成外科にご相談ください。

日本医科大学武蔵小杉病院　形成外科
土佐　眞美子

気になるあなたの傷あとチェック

チェック項目

- ☐ 赤い
- ☐ 硬い
- ☐ 盛り上がっている
- ☐ 痛い
- ☐ かゆい

出産後半年以上たって、傷あとの状態が項目のうち2個以上に当てはまる場合は形成外科にご相談ください。

キレイ　安心　簡単　笑顔

［正しくは シリコーン］ 一般的にシリコンとしてなじみがありますが ここでは正式にシリコーンと表記しています。

●製造販売元
ギネ マム株式会社
Gyne Mom Co.Ltd.

●お問合せ先
TEL.0120-973-476
〒336-0015
埼玉県さいたま市南区太田窪1957
第三星野ビル5階
ホームページ　http://www.gmom.net

帝王切開で出産されたママへ

※写真はイメージです。

理想の傷あとはどっち?

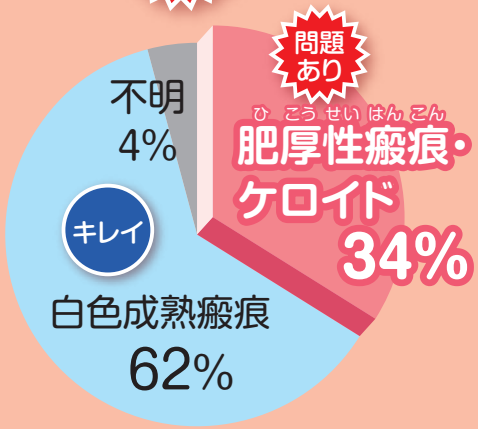
キレイ

- 白い
- 平たい
- やわらかい

問題あり

- 赤い
- 盛り上がっている
- 硬い
- 痛い
- かゆい

3人に1人は問題ありの傷あとに



●土佐眞美子 他 瘢痕・ケロイド治療ジャーナル 2007

帝王切開のような下腹部の手術の傷あとは、問題ありになりやすいことがわかっています。

- 縦の傷あとでは約3人に1人
- 横の傷あとでは約5人に1人

が問題ありに!

問題ありの傷あととは?

手術後数ヶ月〜

肥厚性瘢痕

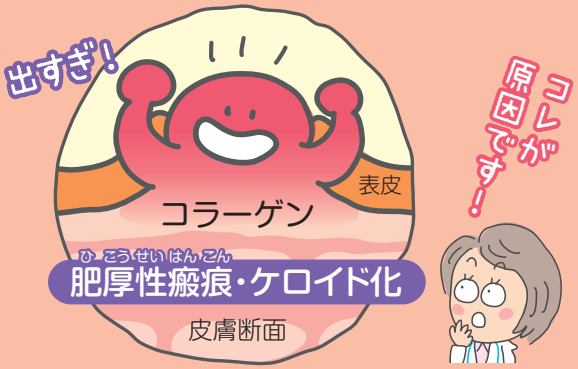
傷あとが
- 赤く盛り上がる
- 硬い
- 痛みやかゆみ

ムズムズ　ズキズキ　ヒリヒリ

ケロイド

肥厚性瘢痕が
- 傷あとをこえて広がる
- どんどん大きくなる
- 何もしなくても痛む

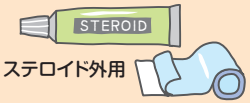
コラーゲンの出すぎが原因です



皮膚が傷つくと、傷ついた組織どうしをくっつけようと、「コラーゲン」というたんぱく質が作られます。
このコラーゲンが作られすぎると肥厚性瘢痕やケロイドになります。

肥厚性瘢痕やケロイドは治療できる?

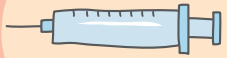
時間がかかる



ステロイド外用

ヘパリン類似物質外用

とても痛い



ステロイド注射

授乳中は使えない

内　服

予防するのが
理想的ね…

シリコーンゲルシートで予防

傷あとにシリコーンゲルシートを貼ることで、肥厚性瘢痕・ケロイドのリスクが低下。クッション性のあるシリコーンゲルが、傷あとに余計な力がかかるのを防ぎます。よく使われる紙テープよりも予防効果が高いことがわかっています。