



山王病院産科・婦人科部門外来に
通院中の妊婦様、出産後のお母様方へ



マタニティ リハビリテーションのご案内

産科・婦人科部門では、リハビリテーションセンターと連携して、産前・産後のお母様向けに専門的なリハビリテーションを行っています。ストレッチ、筋力トレーニング、姿勢や歩き方の修正、日常生活動作や自主トレーニングの提案を行い、快適な日常生活を送ることができるようにお手伝いさせていただきます。

日常生活でお困りのことはありませんか？

- ♡ 骨盤、腰、股関節などが痛い
- ♡ 日常生活に支障をきたしている
- ♡ 転びそうで怖い
- ♡ 痛みの軽減のために効果的な骨盤ベルトの装着方法を知りたい
- ♡ 痛みの軽減のために運動をしたいので、どんな運動をどのくらいすれば良いか知りたい



～ 気になることがある方は、主治医にご相談ください～

リハビリテーションには医師の指示が必要です

- リハビリを受けてみたい方は、まず産婦人科医師にご相談ください。
- 安定期以降の開始をおすすめしていますが、詳細は医師におたずねください。
- 出産後1ヶ月以降は、山王病院整形外科で随時ご相談ください。
- 症状によってはお受けできないこともありますので、ご了承ください。

