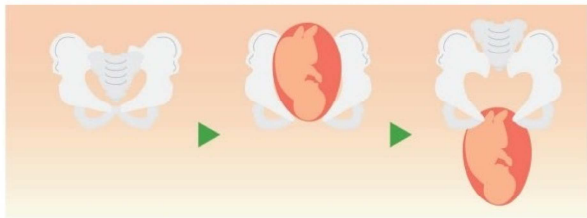


妊娠でなぜ骨盤が歪むのか？

出産後は赤ちゃんを産むために、脳からリラキシンと言うホルモンが分泌され、骨盤が開きやすい状態になります。ただ、骨盤が開きやすくなったとは言え、赤ちゃんの頭の大きさは直径で約10cmもあります。ソフトボール（3号サイズ）くらいと思って頂ければイメージしやすいと思います。それに身体もついてくるので、出産すると骨盤が広がってしまうのは当然ですし、痛いのも納得出来ますね。（帝王切開の場合でも出産に備え骨盤が開きます。）



産後ママの悩み… 産後にスタイルが変わってしまう理由

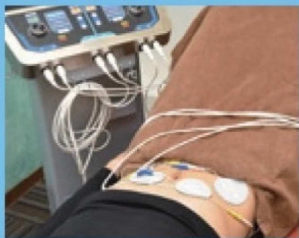
骨盤が開いたままだと内臓の位置が下がるのに加え、骨盤周辺の筋肉が正常に働かない為、基礎代謝が下がります。その結果、開いた骨盤の周辺には余分な脂肪が付きやすくなります。骨盤ベルトで絞めている方も多いと思います。それだけでは骨盤が開いたままの方が圧倒的に多いのが現状です。



PICK UP! 寝てるだけ！ 楽しく簡単エクササイズ！

骨盤ケアEMSコース
¥3,160 (税込)

深部の筋肉（インナーマッスル）を鍛えて引き締めます。基礎代謝アップで太りにくい身体作りをします。



腹痛

恥骨・尾骨の痛み

全身疲労

産後ママに多い、産後特有の症状

股関節の痛み

首・肩の痛み

頭痛

尿漏れ

このような症状は
産後の骨盤の歪みが原因です！
改善・予防するためには早めに治療しましょう。

正常な骨盤

歪んだ骨盤



巷では、様々な骨盤矯正があります。しかし、産後の特殊な骨盤を理解しないままに、骨盤だけを整えることによる副作用があります。

骨盤が開いたままだと…

- ☑ 産後、元の体重に戻らない
- ☑ 妊娠前に履いていたジーンズが入らない
- ☑ お尻が大きくなり、下がってくる
- ☑ 骨盤の横も骨が出張ってくる
- ☑ ウエストのくびれがなくなる



出産で開いた骨盤は、
残念ながら自然に妊娠前の骨盤に戻る方は
ごく一部の方です。

しかし、ご安心ください。
当院ではこのような悩みを解決します。

当院で骨盤矯正すると…

- ☑ 開いた骨盤が締まる
- ☑ 痛み・症状が改善する
- ☑ お尻が小さくなる
- ☑ O脚が改善する
- ☑ 基礎代謝がアップし痩せやすくなる



産後ママさんのための

Q & A



Q1 産後骨盤矯正はいつから受けられますか？

1ヶ月半から受けていただけます。出産で身体にはかなりの負担が掛かっていますので1ヶ月ぐらいはゆっくりと休んで身体を回復させてあげてください。

Q2 産後1年以上経ちますが、 出産後の骨盤矯正は受けられますか？

受けていただけます。早い時期に受けられているより効果は落ちると思いますが、10年以上経ってから、受ける方もおられますし、効果も実感していただいています。



Q3 出産後の骨盤矯正は痛くないですか？

施術は全てソフトな施術です。骨盤矯正も患者様の体重を利用して行いますので、全く痛みはありません。安心して受けてください。

Q4 産後も骨盤矯正で肩コリや腰痛も 診てもらえますか？

出産後の産後骨盤矯正では、産後特有の症状や骨盤矯正はもちろん、育児からくる肩コリや腰痛にも対応しています。

Q5 どのくらいの期間を通えばいいですか？

個人差はありますが、出産後の骨盤矯正は3ヶ月を目安にしてください。その後は定期的なメンテナンスをお勧めしています。育児は休みなく続きますので、定期的なお身体のケアは必須です。

Q6 子供がいてなかなか施術に行けなくて 困っています…。



0~1歳の赤ちゃんがいらっしゃる方はベビーカーの持ち込みが出来ますので、赤ちゃんの傍らで施術を受けて頂けます。

その他、施術について不安な点などございましたら、お気軽にスタッフまでお尋ねください。