



## Бандаж для беременных: когда нужен, а когда нет?

Бандаж - это особая разновидность медицинских изделий, которые обычно изготавливаются в виде корсета специальной формы или широкого пояса. Нужны они для поддержки живота, что способствует более здоровому протеканию беременности, сокращению нагрузок, действующих на спину и уменьшению болевых ощущений. Также ношение бандажа при беременности предотвращает формирование растяжек.

**📖 Перед ношением бандажа, обязательно проконсультируйтесь с вашим акушером-гинекологом!**

Общие рекомендации по применению этого изделия дает лечащий врач. Врач и определяет, с какого месяца нужно носить бандаж для беременных. При определении этого срока должен учитываться целый комплекс факторов.

### ✔ Показания для ношения бандажа:

- при многоплодной беременности;
- при искривлении позвоночного столба (сколиозом, лордозом), травмами позвоночника, остеохондрозом. Рекомендуются использовать дородовой бандаж при грыже межпозвонковых дисков;
- при тяжести и отечности нижних конечностей, особенно если основная причина их возникновения — варикоз вен нижних конечностей;
- при активном образе жизни. Пояс рекомендуется носить, если работа предполагает нахождение на ногах более 3-х часов подряд;
- при вынашивании крупного плода.

### ✘ Противопоказания для ношения бандажа:

- если плод после 30 недели не принял нужное положение;
- если в месте его прилегания имеются повреждения кожи, включая раны, послеоперационные швы, опухоли
- если есть хронические заболевания почек и кишечника.

→ □ Могут выявиться еще и индивидуальные противопоказания для ношения бандажа. Именно поэтому нельзя "назначать" себе бандаж самостоятельно.

### ✓ Как надевать бандаж?

Оптимальное положение тела перед надеванием бандажа – лежа на спине. Кроме того, важно не сразу надевать бандаж, а полежать немного, чтобы ребенок успел принять комфортное положение. Бандаж надевается медленно и надежно фиксируется. Важно следить, чтобы бандаж не сдавливал и не натирал кожу.

### ✓ Сколько по времени носить бандаж?

Необходимости носить бандаж целый день нет. Изделие надевается перед пешими прогулками и активной деятельностью. Рекомендуется носить бандаж не более 6 часов в день. Если имеется необходимость носить бандаж весь день, обязательно нужно делать получасовые перерывы каждые 4 часа. Бандаж нужно снимать на ночь, а также во время дневного сна.