

# 九成孕妇会长妊娠纹 及早科学预防很关键

当妈妈令人喜悦,但对于很多女性而言,伴随着孕期而来的一条条红色或白色蚯蚓状“裂痕”令人烦恼。近日,有媒体报道孕妈褚女士购买抖音平台上美容机构宣传的专业妊娠纹修复项目,结果体验修复后腹部出现破皮、出血等情况,还被推荐没有外包装和明确进货渠道的“腹纹修护霜”。妊娠纹的去除成为许多孕期女性的“心病”之一,妊娠纹前期的预防及去除产品也十分受关注。但妊娠纹需要预防吗?使用各类产品能防止妊娠纹生长吗?广东省妇幼保健院美容科专家表示,妊娠纹不能完全预防,但控制体重、合理使用产品保湿及按摩能尽量减轻妊娠纹,从而提升预防效果。

■新快报记者 陈思陶 通讯员 林惠芳



■廖木兴/图

## 国外成熟品牌妊娠纹产品受欢迎

在母婴社群的采访中,有孕妈说很紧张妊娠纹,看到自己真的长出妊娠纹后,开始关注如何安全去除妊娠纹。通过社群孕妈、博主推荐和搜索查询,她尝试了护膜类防护产品,“展开像面膜一样,敷在肚子上。”她表示,霜膏类和油类产品比较多,但要配合按摩手法,她担心会脐带绕颈,感觉护膜更安全。

还有孕妈告诉记者,在怀孕3个

月左右开始涂抹一款法国药妆品牌的防护油。“刚开始用量少,最近差不多一个星期用一瓶。”她已经花费上千元代购该产品,感到止痒效果比较好,体感没有特别油腻,防妊娠上“无功无过”。

对于安全性,采访中孕妈们更倾向于欧美及日韩的成熟妊娠纹护理品牌,会通过翻译软件查询外文成分表,确定是否含有矿物油、酒精、香精、激

素等,并对主打天然成分的产品更青睐,如娇韵诗乳霜含有积雪草、岩高兰成分,Rilastil乳霜含有豌豆精华素,Mama&Kids含有积雪草和摩洛哥坚果油,PALMER'S油含有可可多酚,Elemis含有山茶花油等。

在查询孕妈提及的这些产品中,记者发现部分产品在国内没有官方销售,代购价格差距很大,渠道也无法保障,安全性存在一定的隐患。

行业

## 约90%的女性妊娠后会有妊娠纹

对于孕妈们担心妊娠纹,广东省妇幼保健院美容科叶媛博士表示理解,妊娠纹“一旦出现,并不会随时间慢慢消失,如果不做处理可能严重影响孕妈产后的身心健康。”

叶媛表示,妊娠纹属于膨胀纹的一种,孕期当超过一定限度时,皮肤弹性纤维断裂,腹直肌发生不同程度的分离,可在腹部、大腿内外侧、腰部、臀部甚至乳房部分,出现粉色或紫红色

不规则纵行裂纹,初产妇最为明显。从分类上看,妊娠纹分为红纹和白纹,一般“先红后白”,红纹是妊娠纹起初的样子,外观呈紫红色或红色,之后慢慢变为白纹,为萎缩性瘢痕的状态。

但叶媛告诉记者,妊娠纹是90%左右的女性妊娠后会出现的问题,只有约10%的“幸运儿”可以远离妊娠纹。幸运儿的一种情况是“体型偏瘦且孕期体重增加不多,单胎或胎儿体重不大”。妊

娠纹是皮肤撑开形成的,孕妈肚子小则不易形成妊娠纹。另一种情况是“初孕年龄越大越不容易有妊娠纹。”叶媛解释,通常孕妈们认为越年轻皮肤弹性越好越不容易有妊娠纹,但研究证明,20岁以下的孕妈发生妊娠纹的比例近90%,30岁以上长妊娠纹的概率不到1/3。此外,“如果孕妈的母亲没有妊娠纹,孕妈发生妊娠纹的概率也偏低”,叶媛表示这可能和肤质有关。

## 合理使用产品能提升妊娠纹预防效果

“从孕3个月至产后3个月坚持皮肤保湿并腹部按摩,能有效预防妊娠纹。”叶媛表示,可使用有关乳霜、油类产品预防妊娠纹。

叶媛建议,孕妈在没有出现妊娠纹时也要坚持防护。她表示,人体腹部从外到内为皮肤,皮下脂肪,肌层及腹膜层,正常情况下皮肤的弹性纤维和腹直肌能保持一定的弹力,并在一定程度下伸缩。当怀孕超过3个月时,增

大的子宫使腹部膨隆,导致皮肤和腹直肌开始伸长,怀孕6个月后更加明显,所以孕妈常会在妊娠5-6个月的时候开始看到妊娠纹。最容易出现妊娠纹的时间是在产前一个月,因为最后一个月胎儿体重迅速增加,皮肤弹性不足,纤维断裂而出现妊娠纹。“妊娠纹有时第一天没有,第二天就能看见。不能因为到孕晚期还没出现妊娠纹就放松警惕”,要把预防工作坚持到最后。

如果后期出现妊娠纹,基于安全考量,叶媛不建议妊娠期孕妈接受治疗。在产后,治疗方法有激光类,如脉冲染料激光、点阵激光、强脉冲光;外用维A酸,浅表皮肤磨削术等。叶媛坦言:“妊娠纹的治疗比较棘手,没有任何治疗方法能让已经断裂的皮肤恢复如初,只能尽量改善。”但孕妈有了妊娠纹后也别过于紧张焦虑,尽早治疗能达到较好的效果。

TIPS

### 预防做得好,妊娠纹也能少

叶媛强调,妊娠纹不能完全预防,只能尽量减轻。在预防措施上,她建议,孕妈首先要注意均衡营养,可以多吃一些富含胶原蛋白和弹性蛋白的食物,并补充丰富的维生素。

其次,增强皮肤的延展性。一方面注重补水保湿,整个孕期每天都要做好润肤工作。包括涂抹防妊娠纹霜、橄榄油、精油

等,配合适度的按摩;另一方面,可做一些舒展的瑜伽运动,这能够拉伸皮肤,从而有利于皮肤的延展。

同时,注意控制孕期体重。孕期体重增长过快,加重皮肤的过度牵拉,妊娠纹就会很容易出现,通过合理饮食,散步、瑜伽等运动,可以达到控制体重的目的。

## 广东消委会启动新式茶饮 企业食品安全监督提醒

**新快报讯** 近日,南京市场监管部门公布“夏日冷饮”抽检结果,新式茶饮头部品牌喜茶被曝微生物超标。6月16日,广东省消委会约谈了相关企业,启动食品安全监督提醒,推动行业更加重视食品安全,加强消费者权益保护。

据广东省消委会消息,相关企业承诺在全国所有门店开展风险排查和专项检查行动,对重要食安环节进行彻底排查;强化制冰机日常消毒,提高拆机深度清洁频率;加强员工培训,规范日常操作管理;完善门店食品安全管理制度,加强与消费者组织及政府部门协作,保障消费者合法权益。

(陈思陶)

## 瑞幸咖啡创始人钱治亚 卸任公司法定代表人

**新快报讯** 6月20日,瑞幸咖啡(中国)有限公司发生工商变更,钱治亚卸任法定代表人、总经理、执行董事,由代理CEO郭谨一接任法定代表人、执行董事、经理。此前在5月,瑞幸咖啡曾发布公告称,董事会已分别终止钱治亚、刘剑的首席执行官、首席运营官职务,任命公司董事、高级副总裁郭谨一为代理首席执行官。

据悉,郭谨一系北京交通大学交通运输规划与管理专业博士,2011年~2016年任职于交通运输部运输服务公司;2016年~2017年,郭谨一曾担任神州租车董事长助理,彼时神州租车董事长为陆正耀。

(陈思陶)