

妊娠纹的形成与治疗

文 | 徐瑾炼

妊娠纹的出现,成为许多宝妈们的“心病”,宝妈们别焦虑,让我给大家介绍一下妊娠纹产生的原因以及应对方法,通过一定的方法可以减少妊娠纹发生的概率或缓解妊娠纹的严重程度。

一、什么是妊娠纹?

妊娠纹(stretch marks)是一种发生于孕期的腹部皮肤膨胀纹,与皮肤过度牵拉、内分泌水平及遗传因素等有关。早期表现为暗红色或紫红色的条纹,然后逐渐色素脱失、萎缩,最后稳定呈现出一种白色或银色的条纹。妊娠纹主要分布于腹部,亦可见于胸、背、臀部及四肢近端。妊娠纹的发生在女性中非常普遍,有60%~90%的孕妇都会受到妊娠纹的困扰。

二、什么人容易产生妊娠纹?

1. 体质因素,长期缺乏锻炼,或者缺乏良好皮肤护理习惯;
2. 遗传因素,有妊娠纹家族史;
3. 生育年龄,妊娠纹更青睐年纪轻的准

妈妈;

4. 孕前肥胖或超重,孕期体重增长较多;
5. 同时伴有乳房和大腿膨胀纹;
6. 内分泌激素影响,怀孕后孕激素飙升。

三、妊娠纹的等级?

妊娠纹根据颜色、纹路宽窄、凹凸感的不同,会分为不同的等级。

STM I级:简单说这个级别的妊娠纹就好比“入门级”。纹路呈粉色,纹路极细,无凹凸感。一般这类孕纹多见于孕早期,属于刚刚形成的阶段。

STM II级:纹路颜色为红色或深红色,且纹路较为细长,但没有明显的凹凸感。常见于孕中后期,属于已初步形成的阶段。

STM III级:纹路颜色呈深紫色,长且宽,在这个阶段可以感受到轻微的凹凸感,常见于临产前或妊娠纹集中爆发阶段。

STM IV级:这个等级是属于最严重的级别,纹路颜色呈白色或者银白色,波浪形或松树皮状,触摸时会有明显的凹凸感。这类型的纹路多见于产后严重性或者陈旧性妊娠纹。

