



生理の時って、お風呂に入ってもいいの？



生理のときも、お風呂に入るのは問題ありません。清潔なお湯に浸かるのであれば、膣炎を起こす心配もありません。
経血量が多い人は、生理3日目までは入浴を避け、足湯やシャワーにするのもひとつの方法です。



お風呂の中に血が付いたりしないか心配です…。



入浴中に、経血が漏れることが心配な時は、薬局で【月経カップ】や【タンポン】を購入するのも一つの手です。薬局の女性店員さんに声をかければ、売り場を案内してくれるよ



いま、あなたが生理のことや自分の体のことで、心配なことはありますか？

