

Q. おっぱいにしこりができて痛いです。

A. 一番効果的な解決法は搾乳をすることです。しこりの部分を軽く圧迫しながら搾乳をしましょう。発熱や痛み、おっぱいが腫れているなどの症状を伴うときは、乳腺炎の可能性がありますので母乳外来へ相談しましょう。