

高及月子中心 月子中心 月子中心连锁品牌

产品名称	高及月子中心 月子中心 月子中心连锁品牌
公司名称	东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	东莞市莞城街道兴塘社区东城西路138号泰丰大厦1205号
联系电话	13622667724

产品详情

月子会所产后艾灸有什么作用

月子会所产后艾灸有什么作用

女性产后调理主要是为了促进身体更快的康复，艾灸属于中医理疗的一种，通过ai叶制成的艾炷、ai条加热来熏烤刺激人体穴位，达到zhi愈调理身体的目的。如今很多人都喜欢用艾灸来疏经通络，月子会所也设有相应的理疗项目，那么月子会所产后艾灸有什么作用?接下来听听莞月子网小编的介绍吧。

艾灸的好处有很多，特别是对于女性而言，艾灸可谓是女性健康的福音，如果你有月经紊乱，月经不tiao，妇科ji病，妇科yan症时，不妨用艾灸来进行调理zhi疗。

改善月经不tiao：艾灸有改善nei分泌失tiao，经络调气血，祛湿huo血，高及月子中心，散寒祛湿提升阳气等作用，所以，对于女性月经不tiao，月经提前或者推后有好的疗xiao。

调理宫han：产后女性子gong受损，特别容易出现宫han的现象，宫han会引起月经过少，影响正常排卵，甚至导致不yun不yu，而艾灸可以温热子gong，起到散寒，改善血液循环的作用。

缓解女科yan症：产后女性很容易出现gan染性疾病，特别是一些妇科ji病，出现wai阴瘙yang、白带增多、宫jing炎、ying道炎等症状，艾灸可以增加身体免yi力，改善子gong环境，降低妇科ji病的发生率。

改善便mi：肠胃蠕动功能失调：便mi是比较常见的现象，艾灸能够增加肠胃的蠕动功能，还能够消yan杀菌，驱寒，对于改善人体便mi有好处。

延缓衰老：身体里堆积了大量的du素就会让女性变得衰老，艾灸能够让女性气血充沛、温经通经，以此延缓衰老的速度。

以上是月子会所产后艾灸功效的相关介绍，它可以有效改善产后遗留的一些问题，促进血液循环，帮助

身体更好的恢复。艾灸需要掌握正确的方法，建议大家最好在月子会所专业人士的指导下进行。

月子会所排e露方法有哪些

月子会所排e露方法有哪些

产后排e露是每个妈妈都要经历的过程，e露排出是否顺畅也是身体康复的重要指标。如果出现e露不尽或是反反复复的情况，一定要引起足够的重视，采取适当的方法来帮助e露排出，让身体尽快康复。接下来莞月子网小编和大家分享月子会所排e露的方法。

服用生化汤

生化汤是促进产后子gong恢复和代谢的中药汤品，其成分为：当gui、chuan芎、桃仁、gan草等温和中药，有除血hua瘀、破除瘀滞的效果，可以加速e露尽kuai排除，帮助妈妈恢复子gong。而且中药成份不会影响到mu乳喂养，大家可以放心服用。

mu乳喂养

mu乳中含有宝宝成长所需的营养成份，同时宝宝吸吮ru房可刺激子gong收缩，帮助e露排出。因此具备条件的情况下要尽量选择mu乳喂养，不论对妈妈还是对宝宝都非常有好处。

适当运动

月子会所鼓励产后妈妈适当运动，因为产后长期卧床不利于身体代谢，会抑制e露排出，也会延缓子gong恢复。产后适量运动，既可以促进身体代谢循环，还可以促进e露排出;但是zui好不要激烈运动，根据自己的身体状况量力而行，进行适量的走动和站立就好。

an摩子gong

月子会所有专业的护理人员会经常帮助产后妈妈an摩子gong，在小腹周围用温热的手或是an摩球顺时针an摩子gong。子gong在孕期会右旋，因此所以向左顺时针an摩可以促进子gong内壁运动，尽kuai排除e露。

产后e露不净对于子gong恢复有很大的fu面作用，甚至会因此影响到生育功能，一定要多加注意。以上是关于产后e露排出方法的介绍，既有益于妈妈的身心健康，也不会因此而影响到mu乳喂养，有产后e露排出不净困扰的妈妈不妨尝试一下。

月子中心的产后zi宫恢复方法有哪些

产后zi宫恢复是身体康复的关键，分娩过程中zi宫是受伤zui为严重的qi官，如果zi宫恢复不好，不仅危害到妈妈的身体健康，甚至还会影响到今后的生育功能。产后zi宫恢复需要掌握正确的方法，而在这方面月子中心无疑是比较专业的，下面莞月子网小编和大家分享产后zi宫恢复的方法。

适量an摩

剖腹产妈妈都要经历产后压肚子的过程，虽然过程痛苦但也是为了帮助zi宫更好的收缩，一般来说，产后前三天每天都要按压肚子，月子中心坐月子，之后可以利用an摩的方法来帮助zi宫收缩，an摩时要掌握好力度并把握好时间，注意避开伤口。

刺激ru头

mu乳喂养不仅有益于宝宝健康成长，对于妈妈的zi宫恢复也大有好处，宝宝的吸吮可以刺激zi宫收缩，月子中心大全，帮助zi宫更好的恢复。因此产后zui好采取mu乳喂养的方式，或者利用热敷等刺激mu乳的方法来帮助宝妈们更好的恢复zi宫，

适量运动

坐月子期间不宜长期卧床，对于产后妈妈来说，适量运动也是很有必要的，运动可以增加盆gu肌肉的弹性，促进zi宫的收缩，帮助宝妈更好的恢复。所以大家要一定要注意，在恢复期的时候，应该尽可能早的下床活动，月子中心，在家人的陪伴下适量的走动一下，这样才能够帮助身体更好的恢复!

保持清洁

不论是顺产还是剖腹产，伤口的护理都非常重要，日常要做好伤口的消毒工作，确保伤口清洁干燥，防止xi菌ru侵给身体健康造成不利影响。

以上是莞月子网小编总结的zi宫恢复方法，生完宝宝后大家一定要严格遵守科学的坐月子方法，可以选择入住月子中心，在专业人士的指导下帮助身体尽快康复。

高及月子中心-月子中心-月子中心连锁品牌(查看)由东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司提供。东莞市十月莞月子家政服务咨询有限公司（www.guanyuezi.com）坚持“以人为本”的企业理念，拥有一支敬业的员工队伍，力求提供好的产品和服务回馈社会，并欢迎广大新老客户光临惠顾，真诚合作、共创美好未来。十月莞月子家政服务——您可信赖的朋友，公司地址：东莞市莞城街道兴塘社区东城西路138号泰丰大厦1205号，联系人：赖先生。