

产后减肥产品OEM 渝北区产后减肥 香港艾妮产后修复

| | |
|------|-------------------------------|
| 产品名称 | 产后减肥产品OEM 渝北区产后减肥 香港艾妮产后修复 |
| 公司名称 | 泰安市亿修教育咨询有限公司 |
| 价格 | 面议 |
| 规格参数 | |
| 公司地址 | 泰安市御驾新苑A区 |
| 联系电话 | 18254829788 |

产品详情

腰部酸痛，寒气袭人，腰杆变硬，避寒湿，重保暖产后减肥

俗话说，十个产后妈妈，九个腰痛缠身!生个孩子最1容易落下的毛病恐怕是腰部的问题了，很多妈妈常抱怨，怀孕期间就有腰部酸痛的问题，生完之后腰部酸痛仍然不减，而，没日没夜的带娃，更是加重了腰部酸痛。

为什么女人要受那么多罪? 怀胎十月，孕吐、浮肿、便秘、失眠等轮番攻击，已经遭罪不少。本想着生完之后能轻松些，没想到腰部依然有酸痛等问题。如何才能摆脱产后腰部酸痛等问题呢?

宝妈怀胎十月，辛苦生完孩子，开始抱怨道：腰杆变得硬邦邦，酸痛难受!有人大呼：腰痛，直不起来!有人吐槽：腰部更怕冷，总感觉寒气袭人。生完孩子的腰痛问题，可是产后妈咪的大事儿。到底是什么原因导致产后腰痛，腰部怕冷呢?

孕期过程中，随着肚子日渐增大，腰部和脊柱的承受力加大，渝北区产后减肥，君不见大肚孕妈们在孕晚期，个个走路似鸭子，双手叉腰挺着肚子一摆一摆，这都是因为胎儿体重愈来愈大，孕妇都站不直了，只能靠腰部来承受，因此，腰部疼痛在孕期就种下了隐患。

产后腰肌1劳损

生完孩子的妈咪们都会有这个感觉，就是经常感觉腰部酸疼，弯腰蹲下就会感觉腰臀部肌肉如撕裂般，疼痛难忍。

1、避寒湿、重保暖

妈妈分娩后，由于出血和体质的消耗，身体的抗病能力下降，若不注意防风1寒，虚郁、贼风易乘虚而入，引起“月1子病”。因此，分娩后，应注意天气的变化，要注意头、背部的保暖。

2、调整姿势

及时纠正自己的不良姿势和习惯，避免长时间低头哺乳；在给宝宝喂奶的过程中，可以间断性地做头往后仰、颈部绕环的动作；喂奶结束后，可以在床上做腰部绕环动作，舒展舒展四肢，让身体放松。夜间不要习惯单侧睡觉和哺乳，以减少肌肉、韧带的紧张与疲劳。

肺脏寒气，面色发白，体内有寒湿，肩颈酸痛，关节疼痛产后减肥

人体不同程度或部位排出的寒气，会形成不同的症状。因此，大致上可以就症状和寒气的原因分为：

- 1、身体背后经络寒气
- 2、身体前面经络寒气
- 3、肺脏寒气

身体有以下症状或特征，代表体内有寒湿：

- * 面色发白、发青、发暗、发黑代表体内可能有寒。颜色越是发暗，就代表寒湿越重。
- * 舌苔发白，代表体内有寒湿。
- * 反复的口1腔溃1瘍，代表体内有寒。
- * 口1臭时舌苔发白，代表体内有寒。
- * 咳嗽时痰是稀白的，代表体内有寒。
- * 流清鼻涕，代表体内有寒。
- * 流出的汗是凉汗，代表体内有寒。
- * 爱打喷嚏，特别是早上起来，遇风喷嚏不断，请关注拔1罐圈，各种中医绝1技都在这里。代表体内有寒。
- * 感冒发热时浑身感觉冷，代表体内有寒。
- * 经常腹1痛、腹泻，代表体内有寒。
- * 脸上长痘和斑，代表体内有寒。
- * 长湿1疹、牛1皮癣、白1癜风，代表体内有寒。
- * 手、脚长年冰冷，代表体内有寒。
- * 脚踝浮肿，代表肾1虚、肾寒。
- * 四肢关节疼痛、颈肩酸痛、肩1周炎、腰酸背痛等症状，产后减肥用品，代表体内有寒湿。疼痛的部位越多，时间越长，代表体内寒湿越重。

寒邪百病生，当您肌体处于脆弱的阶段，产后减肥培训机构，再受到风1寒侵袭，就容易得寒病。

具体表现，腰部以下寒凉，经常肠胃痛，容易拉肚子，手脚冰凉，怕冷，膝盖经常酸软。风一吹就疼，下雨天浑身酸痛1，风1湿，颈1椎疼，腰椎间1盘突出，静脉1曲张，血1脂高，肝1硬化，过敏1性鼻1炎，过1敏性疾病，精神1抑郁，面色苍白，食欲差，胃寒。

乳头疼痛的最常见原因是由于婴儿吸吮不当引起

婴儿含吮乳头时未将足够的乳1晕部分含入口腔内，而仅仅是含住了乳头的顶部，这样反复的吸吮导致乳头疼痛。

??当婴儿吸吮时，产后减肥产品OEM，母亲感到乳头呈针1刺样疼痛，有可能是发生了乳头皲裂

发生1乳头皲裂的原因有：婴儿含吮不当、在母亲的乳头上涂抹酒精和肥皂、或由于婴儿口腔运动功能失调所致。

从以上总结的原因中我们能看出，乳头疼痛、乳头皲裂的原因都与婴儿的不正确含吮乳头有关，因此妈妈们掌握正确的哺乳姿势是预防乳头疼痛的关键。

1、妈妈舒适放松

找一个舒服的体位，紧张焦1虑会影响乳1汁正确的分泌及流动。哺乳姿势可分为坐式、平躺式、半躺式、侧躺式，选一个你和宝宝都满意的姿势即可。哺乳时可以用抱枕或被子来支撑自己的肩膀、手臂、腰部。

2、宝宝头、颈、身体成一条直线

宝宝的头、脖子与身体成一条直线，身体完全侧过来，避免扭头吃奶。喂奶时，打开宝宝的包被，避免穿过多的衣服，否则影响与妈妈的身体紧密贴在一起，要做到胸贴胸，肚子贴肚子，彼此之间没有空隙。宝宝的下颌紧贴着乳1房，并留有空间，可以活动自如。

3、含住乳头及大部分乳1晕

正确的衔乳姿势是宝宝的头稍微后仰，张大嘴，嘴唇外翻，含住乳头及大部分乳1晕，下颌紧贴着乳1房。

很多新妈妈喂奶时担心乳1房堵住宝宝的鼻子，用手指压着乳1房上方，长时间这样做，会引起乳1腺堵塞。

产后减肥产品OEM-渝北区产后减肥-香港艾妮产后修复由泰安市亿修教育咨询有限公司提供。“母婴产品,品牌加盟代理,国内工厂OEM业务,小儿调理教育培训”就选泰安市亿修教育咨询有限公司（www.xganjt.com），公司位于：泰安市御驾新苑A区，多年来，香港艾妮坚持为客户提供好的服务，联系人：马黎明。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。香港艾妮期待成为您的长期合作伙伴！