

医用腰围-腰托医用腰围-医用腰围批发

产品名称	医用腰围-腰托医用腰围-医用腰围批发
公司名称	安平县康博医疗器械有限公司
价格	50.00/件
规格参数	品牌:康隆达 型号:YYYW 产地:河北省安平县
公司地址	河北省衡水市安平县
联系电话	0318-8091006 15127820006

产品详情

什么是医用腰围？

医用腰围，顾名思义，就是用以保护腰部的围布。医用腰围又叫护腰、腰封，其是久坐、久站的工作者保护腰部的合适选择。

医用腰围用途：

如果是腰肌劳损、腰椎退变引起腰部的疼痛，起到一般的保护作用，可以选择有弹力的，透气的，这种护腰相对来说舒适性很高，而且很贴身，爱美的女性穿在外套里面，基本看不见，不影响美观。如果是腰椎手术后的，或者是腰椎不稳、滑脱的情况，建议要用非常硬的护腰才能更好的保护腰椎。医用腰围的硬度很重要。

什么时候需要佩戴护腰?戴多久?

对于长期需要坐、站的人群，如司机、办公室人员、穿高跟鞋的销售人员等，建议坐、站的时候就要佩戴腰围，因为很多时候坐着、站久了，腰部的姿势就不自觉的歪了，很容易劳损而发病。对于已经出现腰痛症状的患者，建议只要不是卧床休息都应该佩戴护腰。佩戴护腰一般3~6周为宜，长期使用时间不要超过3个月。这是因为在发病期，护腰的保护作用可使腰部肌肉得到休息、缓解肌肉痉挛、促进血液循环，有利于疾病康复。但它的保护是被动的，短时间内有效，如果长期用护腰会减少腰部肌肉锻炼机会，减少腰部力量形成，腰肌就开始逐渐萎缩，反而造成新的损伤。

平时怎么保护腰部?如何锻炼?

首先要避免长时间的坐，研究表明，腰部受力坐>站>躺，所以尽量减少长时间的坐。其次，女性朋友建议不要常常穿高跟鞋，也会增加腰部劳损的机会。平时要避免弯腰的动作，尤其是弯腰搬重物，要搬重

物也要蹲下来搬，这样避免腰部受伤。

平时的锻炼我觉得比较简单操作的就是，游泳(蛙泳)或倒后走，对腰椎都是比较好的运动，每天坚持半小时。另外，可以在医生的指导下做“拱桥”、“飞燕”的腰部功能锻炼。