

城步龙氏颈椎枕价格择优推荐“本信息长期有效”

产品名称	城步龙氏颈椎枕价格择优推荐“本信息长期有效”
公司名称	广州龙老国际贸易有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省广州市荔湾区龙溪西路新丽苑街36号之102-104
联系电话	13724008343

产品详情

#龙氏颈椎乳胶枕#龙氏颈椎枕价格龙氏颈椎枕价格

我们的睡姿一定程度上也会影响我们选择枕头的高度。一般习惯仰睡的人，龙氏颈椎枕价格，枕头的高度应该相当于我们拳头一拳的高度即可；习惯侧睡的人，所以我们选择枕头的时候也要选择好高度，枕头的高度可以大约等于我们一侧肩宽的高度，但是，不管仰睡还是侧睡，能维持颈椎正常生理曲度的枕头才是好的，龙枕码数不同高度不一样，不同身高体重肩宽的人 选择的高度不一样

枕头高度一般以10-15厘米为宜。不过具体的高度还要参考个人情况，比如颈部的生理弧度。肩宽体胖的人可以枕较高的枕头，身材瘦削的人可以枕较低的枕头

枕头高度不宜过高，也不宜过低。如果枕头过高的话，不论是侧睡还是仰睡，都会改变颈椎生理曲度。长期以往的去，会导致颈椎问题。如果出现颈部酸痛等症状，或者睡觉睡到一半感觉手脚麻木，那可能是枕头有些高了。如果睡前没有喝水，但早上起床后发现面部浮肿，那可能是枕头太低引发头部充血

使用方法：

- 一，仰卧：头宜睡枕部中央。本枕设计了两种弧度，使用者可根据个人颈部弧度选择舒适的一侧。
- 二，侧卧：头宜睡枕部一端。注意侧卧时头颈部均睡眠在枕上，颈部不能悬空，以舒适自然为度。
- 三，本枕附有两个枕垫，放置于枕袋内。当仰卧时，如果感到枕高不够时，可将小枕垫放在枕中央的低

凹部或边缘部，调节至颈部舒适为度，如果感觉枕头过高时，可将底层大枕垫抽去，用一段时间再将此垫放回底层。

四，严格按照肩宽选择使用。肩宽等于两侧肩关节孟缘之间的距离（参阅下表）

选择颈椎舒适枕参考表

城步龙氏颈椎枕价格择优推荐“本信息长期有效”由广州龙老国际贸易有限公司提供。城步龙氏颈椎枕价格择优推荐“本信息长期有效”是广州龙老国际贸易有限公司（www.4000722110.com）升级推出的，以上图片和信息仅供参考，如了解详情,请您拨打本页面或图片上的联系电话，业务联系人：肖飞鹏。