

香港艾妮产后培训 妇婴健康管理排行榜 妇婴健康管理

产品名称	香港艾妮产后培训 妇婴健康管理排行榜 妇婴健康管理
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

身体寒凉的女人，一般有2个共性，另一半也要看看！

女人为什么会？

之所以，是受寒冷，这种寒冷一种来自内因，一种来自外因：

1、有些女性天生体质偏寒，具体的表现为四季手脚冰冷，天气转凉的时候特别怕冷。

有个误区，有些人认为旁人是不怕冷的，其实怕冷是与胖瘦没有直接关系的，的女子无论胖瘦都是怕冷的。

拥有寒性体质的女性一定要注意保暖，避免过度疲劳损伤身体阳气，加状。

2、有些女性喜欢凉食，长期食用导致。无论是夏季还是冬季，有些女性喜欢吃冷饮和冰淇淋，这些凉食吃多了是可以造成的。

寒冷的食物给脾胃带来一些刺激，会刺激分泌性激素，这也是原因。女性在生理期更要少接触这些凉食，否则也会加状。

女性的症状：

虚胖

的女性面色不会太好，平日里看起来也是没有什么精神，皮肤暗黄，就算用再好的化妆品也是没有明显改善。

有些女性吃的好，睡的好，但是发现自己皮肤怎么也好不起来，这就是给大家为明显的信号。

的危害主要表现为如下：

- 1、的突出症状就是、。这种是所有中痛的一种。
- 2、导致皮肤干燥粗糙，颜色暗黄，没有光泽，有，女性常年有黑眼圈，未老先衰。
- 3、手脚冰冷，四肢无力。身体发胖。
- 4、。
- 5、尿频遗尿
- 6、冷淡
- 7、严重时导致！

你不可能以上症状全具备；

只要有1-2个症状符合你目前的症状；这时做保养尤其重要，你应该做养护了！

艾妮温润养护套盒 + 艾妮养宫汤

从今天开始，改善寒性体质

“寒性体质”

寒性体质的人产热能量低，所以手足较冰冷，脸色比一般人苍白，容易出汗，大便稀，小便清白，肤色淡，口淡无味，妇婴健康管理培训机构，喜欢喝热饮，很少口渴。

即使炎炎夏日，进入冷气房也会觉得不适，需要喝杯热茶或加件外套才会舒服。

这类体质的人饮食上宜选择偏温热者。

体质属冷性，较怕冷，偏向症。若食用寒凉性食物时，则将使其冷症更严重。

由于四肢之冰冷感增加，促使末梢血液循环不良，造成即使在天暑之际，仍有手足之感觉，一到冬天则受寒冷环境之影响疼痛更剧。

脾胃是指脾经和胃经。中医认为:脾胃五行属土，属于中焦，同为"气血生化之源"，共同承担着化生气血的重任，是后天之本。

人从出生之后成长需要大量的能量，而这些能量都是要通过饮食而来，但是饮食必须要由脾胃共同工作才能转化为气血能量。

中医认为人体的气血是由脾胃将食物转化而来，妇婴健康管理排行榜，故脾胃乃后天之本。然而生活中的饮食不节、过食肥腻、忧思过度、偏食偏嗜、饥饱不均等都可能伤及脾胃。那么脾胃不好怎么调理？

1：眼睛疲劳，

脾胃虚弱会导致气血不足，而气血不足又会影响到肝的健康。正所谓“肝开窍于目”，肝不好，眼睛的健康自然也会随之受损。

2：鼻翼发红，鼻头发青

如果你经常流清鼻涕，而且鼻子还容易出血，那就说明你的脾胃虚弱了。譬如鼻翼发红的人，有胃热，鼻头发青还的人，更说明了其脾胃已经受损。

3：，唇干

脾胃不好的人会经常有的症状，妇婴健康管理产品OEM，并且嘴唇也会发白发干，皮裂口，口臭流口水也都是脾胃虚弱的一个重要特征。

4：手脚冰凉，爱发怒

脾胃弱会导致人手脚发凉，极易疲劳，妇婴健康管理，而人身体一过度疲劳，肝火就会异常旺盛，就会经常无缘无故的发怒。

香港艾妮产后培训(图)-妇婴健康管理排行榜-妇婴健康理由泰安市亿修教育咨询有限公司提供。泰安市亿修教育咨询有限公司（www.xganjt.com）是从事“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”的企业，公司秉承“诚信经营，用心服务”的理念，为您提供高质量的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：马黎明。