

龙氏颈椎枕价格 龙氏颈椎枕价格 津市龙氏颈椎枕

产品名称	龙氏颈椎枕价格 龙氏颈椎枕价格 津市龙氏颈椎枕
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10 2-104
联系电话	13724008343

产品详情

白领族怎样预防颈椎疾病：龙氏颈椎枕龙氏颈椎枕可以不错的选择，量身定做的枕头龙氏颈椎枕

1、上班族怎样预防颈椎疾病:颈部保暖

颈部受寒冷刺激会使肌肉血管痉挛，加重颈部板滞疼痛。在秋冬季节，比较好穿高领衣服;天气稍热，夜间睡眠时应注意防止颈肩部受凉;炎热季节，空调温度不能太低。

2、上班族怎样预防颈椎疾病:防寒保暖

受寒将导致肌肉张力加大、失去弹性，从而易于损伤，张力加大也会增加椎间盘压力、压缩椎间隙而恶化神经根压迫症状，受寒还能导致神经根周围的炎加重，因此应注意颈部的保暖。

3、上班族怎样预防颈椎疾病:防外伤

外伤可能损伤颈部肌肉和韧带，并进一步破坏颈椎的稳定性，进而诱发或加重颈椎疾病。

4、上班族怎样预防颈椎疾病:工间休息

工作间隙要经常随呼吸做自然的提后动作:每10分钟抬头或后仰休息片刻，让头、颈、肩、胸处在一种略微紧张的正常生理曲线状态，并尽量避免头颈部过度前倾或后仰。臀部要充分接触椅面，并可常用椅背顶住后腰稍作休息。

龙氏颈椎枕龙氏颈椎枕批发，津市龙氏颈椎枕，龙氏乳胶颈椎枕生产基地，诚邀推广合作医师 龙氏颈椎枕龙层花枕头

龙牌龙氏颈椎枕

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

颈椎康复经验之谈---龙氏颈椎枕真正符合绝大多数人的颈椎生理曲线龙氏颈椎枕

经验之谈：

市场上并没有完全适合的枕头

太硬的不论多么人体工程学，都会引起不适

因为大多数颈椎牵引枕头，都可以把颈椎中间关节顶住了，两端却悬空了，比如糖果枕

再就是你总不可能正好按照那个设计的曲线位置去睡觉

一晚上总会动一下、斜一下的

太软的，支撑不住颈椎，一晚上颈椎处于悬空的状态

记忆太空棉就属于典型的这种

建议就用高弹海绵，填充适当，睡得时候将颗粒捋到脖子下方

或者用一个6cm高的平枕，平枕上用床单根据自己颈椎的高低卷一个粗卷儿放上去

什么时候把颈椎锻炼好了，天然乳胶龙氏颈椎枕，睡觉就舒服了，否则无解！

建议就用龙氏颈椎枕，龙氏颈椎枕代理，中间低仰睡区，龙氏颈椎枕价格，两边高侧睡区，并且根据人的身高和肩宽来选择不同高度的枕头，科学承托颈椎。龙层花老师设计的枕头龙氏颈椎枕

龙氏颈椎枕价格(图)-龙氏颈椎枕价格-津市龙氏颈椎枕由广州龙老国际贸易有限公司提供。广州龙老国际贸易有限公司（www.4000722110.com）坚持“以人为本”的企业理念，拥有一支技术过硬的员工队伍，力求提供更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。龙氏颈椎枕营销中心——您可信赖的朋友，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，联系人：肖飞鹏。