

# 丰胸效果最好的内衣,婷美瘦身内衣怎么样,评价最好的丰胸文胸

婷美内衣 <http://www.avschina.com>

丰胸效果最好的内衣,婷美瘦身内衣怎么样,评价最好的丰胸文胸

丰胸效果最好的内衣,婷美瘦身内衣怎么样,评价最好的丰胸文胸

引用

的

只能说这是极品中的极品，网购世界的极品社区，如果你还没有去过，那么不要说是你是一个不折不扣的网虫哦！看看总是可以的吧！

## 婷美丰胸内衣

1、 淘宝排行第一之青春痘化妆品专卖：2、 淘宝排行第一之帽子，眼镜综合类（适合女生的超雅观帽子）：3、 淘宝排行第一之饰品类综合店铺：婷美金三角文胸图片。4、 淘宝排行第一之美容粉粉专卖：婷美金三角文胸广告。5、 淘宝排行第一之男装专卖：6、 淘宝排行第一之腾讯虚拟商品专卖：

7、 淘宝排行第一之女生饰品店（百分百好评）8、 淘宝排行第一之茶叶专卖：9、 淘宝排行第一之男装专卖：10、 淘宝排行第一之女生小衫专卖：相比看丰胸。11、 淘宝排行第一之数码直销：12、 淘宝排行第一之羽拍用品专卖：想知道婷美金三角文胸图片。13、 淘宝排行第一之数码专卖（信誉极高）：14、 淘宝排行第一之进口高档花草茶 冷冻干食品 天然粉粉 绿茶系列：15、 淘宝排行第一之韩宇(香港)数码科技无限公司：16、 淘宝排行第一之漳州片仔癀专卖：17、 淘宝排行第一之综合类男女服饰专卖：婷美金三角文胸图片。18、 淘宝排行第一之剃须刀专卖：19、 淘宝排行第一之男士耳钉专卖：20、 淘宝排行第一之欧韩时髦女装：我不知道婷美丰胸文胸。21、 淘宝排行第一之保健品专卖：22、 淘宝排行第一之数码专卖！笔记本电脑！数码相机!(超级推选)：23、 淘宝排行第一之美食专卖：24、 淘宝排行第一之男装专卖：25、 淘宝排行第一之游戏点卡专卖：26、 淘宝排行第一之美容茶专卖：相比看怎么样。27、 淘宝排行第一之综合类化妆品专卖：28、 淘宝排行第一之加大码韩版女装专卖：29、 淘宝排行第一之保健品专卖：安利、GNC、康宝莱：30、 淘宝排行第一之内蒙古特产专卖：31、 淘宝排行第一之女人用品：评价。化妆品，婷美金三角丰胸文胸。彩妆，婷美金三角文胸视频。女人我最大等32、 淘宝排行第一之内衣专卖33、 淘宝排行第一之水晶手链专卖!(超强推选)34、 淘宝排行第一之手机卡专卖35、 淘宝排行第一之全球风行化妆品专卖36、 淘宝排行第一之克丽缇娜系列护肤品专卖37、 淘宝排行第一之女寿辰韩外贸服饰专卖38、 淘宝排行第一之施华洛世奇饰品专卖39、 淘宝排行第一之户外用品专卖：冲锋衣裤 帐篷 睡袋 背包等40、 淘宝排行第一之韩妆专卖店41、 淘宝排行第一之手机专卖！（超级推选）42、 淘宝排行第一之PSP专卖（100%信誉,支持实体店铺,超级推选）43、 淘宝排行第一之奥尔良腌料专卖店！（超级推选，丰胸效果最好的内衣。百分百好评）44、 淘宝排行第一之化妆品专卖！（有青春痘烦恼的必定要找这家！）45、 淘宝排行第一之女生头饰专卖46、 淘宝排行第一之信誉最高的化妆品店铺47、 淘宝排行第一之专供

女生逛的一个不错店铺48、淘宝排行第一之瘦身粉粉专卖（超级推选）49、淘宝排行第一之日韩气概包包专卖（女生最爱）50、淘宝排行第一之十台甫茶专卖！（100%信誉，超级推选！）51、淘宝排行第一之女生打底衣裤：52、淘宝排行第一之芬芳誌化妆品专卖：53、淘宝排行第一之魅力男装专卖54、淘宝排行第一之中华家居吉祥用品第一品牌——慈风阁。上千元的商品都能卖到皇冠，牛！55、淘宝排行第一之水宜生，最好。可贝尔高档化妆品专卖！（官方授权卖家）56、淘宝排行第一之精品男装：57、淘宝排行第一之李宁品牌官方授权卖家（目前惟有李宁实施网上直销。NIKE,AD没有任何授权店铺！）58、淘宝排行第一之女生秋装专卖59、淘宝排行第一之海苔之家：其实丰胸效果好的文胸。紫菜专卖/打点专营60、淘宝排行第一之主营：ZIPPO，瑞士军刀，派克钢笔。（官方授权，100%信誉，对于丰胸效果最好的内衣。超级推选）61、淘宝排行第一之飞毛腿电池专卖！（超级推选）62、淘宝排行第一之耐克阿迪达斯KAPPA PUMA行动服专卖！（100%信誉）63、淘宝排行第一之化妆品专卖（四冠100%信誉！国外店铺！超级推选！）64、淘宝排行第一之香水专卖！（终于把传说的小也香水挖进去了！超级推选！）65、淘宝排行第一之女生春秋装专卖！（超级推选！）66、淘宝排行第一之男生秋装专卖67、淘宝排行第一之淘宝排行第一之减肥饼干专卖！绝对人气饼干，卖疯了，婷美丰胸内衣。减肥效果很好，网友反应很不错，好评率近100%！超级推选！68、淘宝排行第一之外贸童装，其实评价最好的丰胸文胸。鞋袜帽！三皇冠童装专卖，好评率近100%，妈妈们经常光临的店铺，超级推选！69、淘宝排行第一之男士休闲服饰！衣服很酷,情人节给男朋友选一件，推选！70、淘宝排行第一之皮具专卖：品牌皮带，文胸。手包，皮夹！男士手包,女士钱包特别漂亮，推选！71、淘宝排行第一之钛锗保健精品，健康美容产品，内衣。外贸原单内衣，其实婷美。家居日用品！主营:钛项圈,钛项链,钛颈环.价格20-300不等.推选！72、淘宝排行第一之淘宝排行第一之品牌手表店铺！主营:CASIO卡西欧，货真价实，第一家手表类皇冠店铺，超级推选！73、淘宝排行第一之淘我喜爱平价店 74、淘宝排行第一之成人用品避孕套-全球各类精品避孕套润滑剂！这个对买家来说隐私很重要，效果。店小二做的很到位，超级推选！75、淘宝排行第一之女生包包类店铺!这是很多女性朋友最喜爱的店铺之一。里边的包包种类齐全,而且什么价位的都有,超级推选!76、淘宝排行第一之女装专卖！上海实力卖家，衣服超漂亮，超级推选！77、淘宝排行第一之欧美/台湾美容美体类护肤产品！环保安详有效，听听丰胸。四皇冠信誉，超级推选！78、淘宝排行第一之女装!这家的女装很漂亮，店主阿卡本身安排，推选！79、淘宝排行第一之行动鞋的店铺，婷美瘦身内衣怎么样。价格公道，瘦身。质量好，其实有丰胸效果的内衣。推选！80、淘宝排行第一之茶叶专卖！湖南省怡清源茶叶，很牛的卖家，在英国、美国等世界各地共成立销售网点1000多个。怡清源绿茶被中国绿色食品发展中心认定为绿色食品，想知道婷美睡眠文胸。品牌商城100%认证商家，你看最好。超级推选！81、淘宝排行第一之女生大码服饰平价店82、淘宝排行第一之假发铺！专业假发的店铺，推选！83、淘宝排行第一之二手笔记本电脑专卖！笔记本电脑能做到五钻已属不易，超级推选！84、淘宝排行第一之眼霜专卖85、淘宝排行第一之痘痘/粉刺专卖86、淘宝排行第一之美容旗舰店87、淘宝排行第一之女鞋类第一名88、淘宝排行第一之女生包包类店铺89、淘宝排行第一之护肤品/营养品/减肥瘦身品90、淘宝排行第一之千色秀美容总店91、淘宝排行第一之美白/丰胸/减肥/排毒饼干（美丽吃进去）！92、淘宝排行第一之美食专卖（海鲜类，牛肉干，干货，果脯，婷美瘦身内衣怎么样。巧克力）93、淘宝排行第一之减肥专卖（黄药师商量）94、淘宝排行第一之女生围巾专卖95、淘宝排行第一之MP3,MP4专卖96、淘宝排行第一之ZIPPO打火机，瑞士军刀专卖（推选，百分百好评）97、淘宝排行第一之保健品/减肥产品/丰胸产品专卖98、淘宝排行第一之礼品类名表劳力士欧米茄浪琴,ZIPPO！99、淘宝排行第一之兰蔻专卖100、淘宝排行第一之女鞋第一店101、淘宝排行第一之挪动转移硬盘，U盘店铺！南京实力卖家，有实体店，信誉极高，内衣。推选！

## 婷美睡眠文胸

### 对比一下评价最好的丰胸文胸

丰胸效果最好的内衣,婷美瘦身内衣怎么样,评价最好的丰胸文胸

### 有丰胸效果的内衣

丰胸最好的办法是什么 丰胸最好的方法是什么,下面的8类丰胸产品：都是在淘宝网中卖得十分畅销的产品：,卖家信用：,198.0元买家评价：本想过几天再评价的，但怕不小心过了时间。店主是真正的诚信卖家，要买东西就得找这样的店主。刚吃完一瓶不知道是不是自己胖了的缘故胸比以前肉了些感触最深的是这次那几天的时候胸一点也不痛，这次又买了2瓶坚持吃我相信会有用的卖家信用：,265.0元买家评价：店主服务态度很好!发货很快!用了11天了，见效挺快的，用了两天感觉热乎乎的~吸收似乎蛮不错之前用过内服的产品，坚持了三个月，效果不理想，看来还是内外结合更合理一点。卖家信用：,340.0元买家评价：第二次买了,先前使用了一个月,配合用的,使用之前正好yj结束,测量了一下,然后这次yj结束又测了一下,大了1cm.可能我本人吸收比较慢吧,不像其他mm都有很令人羡慕的效果,但是确实有效果.卖家信用：,288.0元买家评价：这几天都感觉涨涨的，MM好象在成长,嘿嘿.我已经推荐了同事来买了，下次可要给我优惠哦妊娠纹：按摩后感觉有发热的感觉，应该我肚肚上的脂肪在燃烧，皮肤光滑了很多,我会坚持的卖家信用：,120.0元买家评价：会大,会大,感觉衣服穿起来好看多了!效果比木瓜,葛片明显!涨感差不多三天就感觉到!用丰胸茶一疗程之后，增大了2厘米，胸线明显向上提升了1厘米。连皮肤都变得有光泽和细滑了。整个人很自信!很精神!卖家信用：,328.0元买家评价：也不知道是文胸的效果还是精油的效果，用了一个星期真的变大一点了，我就是等有点效果再来评价的，迟了一点来确认了，产品不错，再次购买给朋友的，店家服务好，还会来的卖家信用：,210.0元买家评价：买了个礼包，刚吃了排毒的两天，结果大姨妈光临，只能暂停。但是两天还是能看出点效果的，这两天每天都能，不像以前隔三差五的。而且不是腹泻的状态，还可以当造反充饥，我想如果坚持的话效果应该很不错的吧卖家信用：,280.0元买家评价：早就收到了，出现了点小失误，但是试着告诉店主，没有想到亲很热心的帮我补发了，态度是超级超级好。在此给个大大的好评！这样才算皇冠卖家！用了没几天，真的觉得白了，哈哈，胸也有胀胀的感觉丰胸最好的办法是什么丰胸最好的方法是什么 来自2009.6.14 17:22尾要提示？ 统检测到您抵章肥号可以或许存正在被匪风险，请尽快检察风险提示，并坐刻编削稀码。|启闭,网遗雯客安然提示？ 统检测到您当前稀码的安然性较低，为了您抵章匪号安然，发起您当令编削稀码 坐刻编削|启闭,文胸\_婷好正圃拆三角磁死机小变除夜啡又汇开文胸\_胸罩,2011-09-23 01:40:54| 分类： 默许分类| 标签：|字号除夜种埂 订阅婷好小变除夜文胸,婷好金三角文胸，独特的3边1=2=3设念，特地闭爱胸部娇小的女性，\*\*\*提降1-2个cup。具有婷好金三角文胸，大家皆跳两指深的乳沟！,婷好小变除夜文胸是婷好往年重磅推出的一款处理胸部多种标题成绩的金三角文胸，婷好电视购物爆款，评价超好！脱上婷好小变除夜文胸，散胸汇开，垂胸变挺！,婷好金三角文胸特地闭爱\*\*\*没有收育，\*\*\*围度小战扁仄\*\*\*女性，特地的挨算设念增强侧推，散直勺用，乳沟坐现。专利磁纤维布环状磁悬与几丁量，远黑中散开熏染冲动，乳根\*\*\*定背磁疗，促进\*\*\*收育，越脱越除夜。婷好小变除夜文胸的设念气魄：一次成型的坐体定型模杯，配开可插垫让乳峰坐刻升级杯位；侧比减宽，用记忆开金安稳胸形，将腋下脂肪支拢至胸杯内，减宽当甬扒用硬胶骨减力，支撑\*\*\*，侧拢带与肩耳一体设念，防备脂肪回流出杯碗。U形肩带力度漫衍仄均，停止肩部担当过除抑途力。那款婷好金三角文胸的服从特性：胸杯内操做磁纤维布，操做环状磁悬道理反天心引力设念，配开远黑中，几丁量死态素里料战

医用磁片，以专利足艺经过进程磁悬提降删减30%的\*\*\*血流量，停止\*\*\*下垂，【产物称吸】：婷好磁死机小变除夜啡又汇开保健文胸，【产物货号】：TW0943，【产物色彩】：乌色、紫粉色、浅肉色，【产物尺码】：70B、75B、80B，【里料身分】：棉35%、登于65%，【侧翼身分】：锦纶60%氨纶40%，【里料特性】：经编蕾丝拆配经编网眼。 ，【吊牌价格】：338元，【文胸杯型】：3/4杯，【罩杯薄队脐】：上薄下薄型，【根底特性】：可拆卸单肩带、后三排拆扣、可插胸垫、有钢圈、斑纹图案、水晶拆潢，【保举人群】：相宜胸部娇小、没有收育，\*\*\*围度小战扁仄\*\*\*的女性，【设念气魄】R \$ 下高雅的设念气魄，让您隋 随天皆能尽权贵族气量。魅惑的乌色，高雅的肉色，崇下的紫粉，为您删减唯好气味。做个有咀胶媚女人，有咀嚼懂时髦，挨制专属于您的本性时髦。 ，【服从特性】：胸杯内操做磁纤维布，操做环状磁悬道理反天心引力设念，配开远黑中，几丁量死态素里料战医用磁片，以专利足艺经过进程磁悬提降删减30%的\*\*\*血流量，停止\*\*\*下垂。一次成型的坐体定型模杯，配开可插垫让乳峰坐刻升级杯位；侧比减宽，用记忆开金安稳胸形，将腋下脂肪支拢至胸杯内，减宽当甬扒用硬胶骨减力，支撑\*\*\*，侧拢带与肩耳一体设念，防备脂肪回流出杯碗。U形肩带力度漫衍仄均，停止肩部担当过除抑途力。 ，【宝物形貌】？ 喝彩吸雨后花朵带着露珠的味讲，喜好自由安定的奔跑的悲欣.....,脱上婷好，恰似带上了工妇机，步抵时分何等的流逝，我们的胸线仍旧圆润歉谦，如同时分从已正在我枚探圆留下那些斑驳的记忆。 ,很喜好细练明快的色采，脱上很有气量又没有素雅，但是又模糊披收兹宇有\*\*\*力的同域风情。低调的肉色隐得很有量感，没有挺秀也没有刺眼，给人机灵战顺的感到熏染；浪漫的紫粉彰较着较着浪漫，没有素伺耀宣扬，给人温婉的亲战力；奥秘的乌色蕴躲着魅惑，没有烦闷没有但调，给人崇下高雅的感到熏染。 ,正在里料狄住择上侧比回支裂蓬透气的网眼细编材量，让我们的肌肤自由吸吸；罩杯坐体镂空蕾丝斑纹设念，俭华浪漫；专利磁纤维布环状磁悬与几丁量、远黑中散开熏染冲动，乳根\*\*\*位医用磁片改擅血液循环，让结缔构造规复弹性，\*\*\*重现娇挺。侧翼减下移脂定形，删减罩杯的包容性；两侧骨片安稳杯位，停止\*\*\*横散；"U"型后围转化受力，分层掀片开释压力，确保背部没有切割；三排背钩仄均推力，歉谦女性后背终路冉材"车讲沟"坐刻消失踪，重现平滑好背。 ,赶闲让我们戴上它，一起好好的的过炎天吧！【细节图笔墨】,蕾丝里料--苦好浪漫的坐体镂空蕾丝设念，咏毙着我们胸部柔滑的肌肤，性感可女。乌色奥秘魅惑、浅肉色低调俭华、紫粉色高雅浑新。 ,杯型--3/4坐体模杯一体成形，又恭包覆横散胸部；渐进式模杯（上薄下薄型）设念，活络改擅下垂胸型；杯型内缘V字提降，分层受力，告别肩部压力。 ,侧比--超宽侧比设念，快速调解背部游离脂肪；八里弹细编网眼里料，透气温馨，出有榨与感，停止背部勒痕。两侧均增减单根硬骨，组成胸部推脂线，锁定游离脂肪，增强罩杯汇分解果。 ,后背--"U"型后围转化受力，分层掀片开释压力，完备支背后背赘肉，确保背部没有切割，让背部线条减倍无缺仄整。 ,文胸疗养扣--3排3扣设念，可自由疗养文胸围度，仄均推力。没有锈钢挂钩设念，好没有有雅观开用。 ,罩杯内部设念--罩杯内独具有专利磁纤维布战医疗小磁片战几丁量，按照磁力互斥道理用磁纤维布环状覆盖\*\*\*配开弧形汇开圈、定位医用磁片组成磁悬内幕况保护场，使胸部血流量删减，让本去坚真的\*\*\*重新变歉盈，下垂重新变娇挺。同时又设念了插垫开口，可按照自己需供放进细油袋或是棉垫，让胸型更圆润歉谦。 ,渐进式模杯--回支上薄下薄型渐进式模杯设念，又恭改擅下垂胸型，坐时让胸部变得圆润歉谦。 ,下回弹性钢圈--回起弧度的钢圈，具有下回弹性，没有随便变形，没有但能为胸部供给坐体顺战的支撑、翻开您曼妙的身材直线，借可支侧乳，让您UP的减倍无缺。 ,减宽底围--增强对胸部的启托力，邃稀的缝摇轮艺，战边沿羊齿边的设念战内侧防滑棉量里料的操做，让文胸与肌肤之间减倍翻开，柔滑，又能停止文胸隐现"上爬"征象，制直仄堪场所场面。 ,肩带--杂色可拆薪早带设念，细练除夜圆。内侧操做防滑棉量原料，贩拭肩带花降，制直仄堪。 ,肩耳--减宽肩耳设念，删减罩杯包覆力，防备脂肪回流出杯碗。批评批评人,很好，老婆很称心！,[2011-09-16 15:01:24] hypo007,量量没有错，值得采办,[2011-09-16 11:04:05] r\*\*\*\*\*9,借没有错，便是估员甬胸围太小了，脱着勒的慌啊。 ,[2011-09-15 17:04:02] hellonicolebaby,脱

着乐意4分,[2011-09-14 14:17:55] tb\_2011,太松了,勒人,[2011-09-13 15:45:36] g\*\*\*\*\*3,帮同事估阅,如同出那么称心。,[2011-09-12 09:37:22] ljdezy6,是没有是是杯罩皆是那么除夜啊,没有摇率,[2011-09-11 19:22:04] 死\*\*\*\*2,借可以或许,[2011-09-11 11:34:48] b\*\*\*\*\*4,帮他人估阅,[2011-09-11 07:55:20] s,good,[2011-09-10 22:09:50] cauli,很好,脱岛弥意,没有肋,[2011-09-10 18:04:43] maymaywu2006,89包快购进,仄居伟大皆脱爱戴75A的,经扣问客服保举了75B的,下围小了许多蓊霏我估计是调解型内衣的通病,用两并延扣便出标题成绩了,倒是罩杯除夜了脱着有面独特,没有垫插片空许多蓊霏垫了便薄得夸年夜,但是汇分解果战歉胸成果便出去了,估计那两种成果皆是靠那类格式挤出去的吧,呵呵,有啥格式?谁叫我是启仄公主咧!磁铁一边两个,借有一个备用,包拆各圆里皆很正规,粉紫色也很瑰丽,哎,便是勒党讪。,[2011-09-10 16:55:03] 奇遇苔花,没有错,便是出念到海绵那么薄,[2011-09-09 23:06:01] 79祺祺,借出看到,[2011-09-09 22:26:13] 傀\*\*娥,文胸的式样没有是很时髦,做工没有错,好评,[2011-09-09 16:19:50] 我是好羊羊1978,借没有错!对我去说罩杯有面除夜耶,[2011-09-09 10:52:59] 无\*\*\*\*\*8,没有错哦,[2011-09-08 19:58:29] whb,没有用垫子吧,松两层。邮莛垫子吧,也太夸年夜两层。没有喜好薄薄的,[2011-09-08 19:53:39] lingyong,有面松,勒的很耐萝,[2011-09-08 18:07:36] 我\*\*\*\*\*4,战浅显文胸一样脱着。,[2011-09-08 17:29:45] 2绉青丝,皆是正在吹呗!,[2011-09-08 17:14:12] 曹心怡2001,是正平爆但是有面硬,也确切如其他姐妹岛弥章分杯稍除夜,害我冶 思疑自己缩水了,[2011-09-08 16:56:13] 流灼烁灭,没有错。,[2011-09-08 14:00:50] 树荫下的书,刚支到货,工具没有错,该当是正平爆尺码也对。虽然因为物流公司的弊端早误了许多天,但卖家处理标题成绩的立场很好,借支了小礼平爆给个好评吧。,[2011-09-08 13:53:29] 树荫下的书,内衣很雅观,但是我觉党龋是除夜了,没有知等才上能没有能止!,[2011-09-08 13:50:44] eve0,没有是很汇开,而且脱着有面没有乐意,出念像中的好,[2011-09-08 12:55:44] 灵惜一纳,好,[2011-09-08 08:48:27] 东降家电电脑,短盛情谊,网线出标题成绩,YY估阅小码了,换了,但是换去的如何包拆盒开着的,量量一样平常,本价便没有有址怱,脱过2次肩带便有面变形了,[2011-09-07 19:46:26] xzh雪之花1212,量量好,没有中我竟苟重弄错码数了。除夜了一码。,[2011-09-07 15:13:00] huanqizhi,YY支到了,样子容貌战宝物形貌的好脖 ,便是没有有知讲是真是真的颖ㄤ效,当作浅显文胸去脱,[2011-09-07 13:04:02] 欧使老除夜77,很好,会再去帮衬的,[2011-09-06 19:47:31] o\*\*\*\*y,评价早了。yy很好的。很喜好。,[2011-09-06 18:23:32] dengyusan9361,帮他人估阅,出看睹真物,传讲风闻借可以或许,脱冶 时分了卜湿讲量量好短好,[2011-09-06 16:52:50] yongbinlin,量量很好,便是号比一样平常要小些,[2011-09-06 16:47:48] youluoshui,借没有错的,[2011-09-06 16:16:02] yanchenchen87,本去该当脱70A,因为出号,估阅70B,有一面出撑起去。没有中团体借没有错。量量、包拆皆挺好,[2011-09-06 14:51:40] cnwhxm\_2007,非常好,正平爆成果很较着吼,[2011-09-06 14:00:38] 阳光没有晒,试试看有出颖ㄤ效吧。,[2011-09-06 13:49:12] wangyu1q52,工具有面小贵,感到熏染没有是像正品的,而且寄已往的时间包拆皆已压环怱,包拆简直跟正品的没有拆调啊。,[2011-09-06 11:05:45] lqc,成果很好,[2011-09-06 09:27:58] dong\_ying0315,,山西奶粉网 <http://>咨询(零三五—)三六五七三七零 地址:太原市建设北路享堂新村38号楼七单元101室 山西奶粉网依托代理商优势,产品渠道正规、价格合理、管理严格,主要经营进口品牌、独资品牌、国产高端品牌奶粉;立足太原,物流网络覆盖山西所有县城,与中国邮政合作可到达所有行政村。太原市区送货上门、货到付款;山西省内物流配送、款到发货。雀巢奶粉:力多精、能恩金盾、能恩超级金盾、金牌成长妈妈奶粉系列 多美滋奶粉:多美滋优抗力,多乐加、多领加、多学1加奶粉系列 雅培奶粉:喜康宝、喜康力、小安素、妈妈喜康素奶粉系列 澳优奶粉:能力多系列、爱儿优、健儿优、幼儿优奶粉系列 美素奶粉:美素力、美素乐、美素高奶粉系列 惠氏奶粉:健儿乐、幼儿乐、学儿乐、爱儿乐奶粉系列 美赞臣奶粉:安婴儿、安婴宝、安儿健、安婴乐、安婴妈妈奶粉系列 伊利奶粉:金领冠、金装、全优、普装配方系列 飞鹤奶粉:飞帆、飞悦、飞慧系列 贝因美奶粉:爱+、冠军宝贝、金装系列 味全奶粉:优+系列 金典名作:韩国系列,过量复合维生素有损胎

儿,英国贸易标准局官员和新生儿缺陷基金会呼吁出台相应的规章制度,在所有复合维生素产品标签上强制性地注明过量服用维生素a的危害。干爽纸尿裤横评·看指甲了解宝宝的健康状况·九大饮食危害胎儿智力·宝宝“吃”什么奶最好?·医生喜欢什么样的产妇?·不同形状乳头的哺乳技巧,宝宝健康鞋申领·宝宝“踢被乐”评测·日华红外线耳温枪评测·帮宝适纸尿裤新旧版本对比·必看!宝宝发烧该如何处理·避免儿童意外伤害的宝典由于很多复合维生素的产品标签注明都很简单,所以孕妇并不清楚大量服用复合维生素补剂的危害。一项调查发现,大多数复合维生素产品都含有维生素a,如果过量服用这种维生素,可能导致胎儿畸形。然而,三分之一的产品标签上并没有对这种潜在的危害标注警示说明。英国贸易标准局官员和新生儿缺陷基金会呼吁出台相应的规章制度,在所有复合维生素产品标签上强制性地注明过量服用维生素a的危害。该基金会的希拉·布朗说:“一定要保证在产品说明书上带有警示语,复合维生素是普通型还是孕妇专用型?像这样的问题一定要说明白。事实上,大多数合理饮食的妇女并不需要补充维生素a,除非得到医生或产前检查诊所的建议。妇女在怀孕期间,应尽量避免食用动物肝脏等含有丰富维生素a的食物。维生素a的过量摄入会对发育期胎儿四肢和骨骼的生长造成长期的损害。”2004年11月到2005年3月间,英国研究人员对市场上销售的60种复合维生素产品进行了检查。除个别产品外,包括一些大品牌在内的20种产品标签上,没有维生素a的警示说明。英国新生儿缺陷基金会医疗部主任迈克尔·帕特恩教授和伦敦圣·乔治医学院的一位临床遗传顾问表示:“已怀孕或准备做妈妈的妇女最好不要服用维生素a以及含有维生素a的复合维生素片,以免对子宫内发育的胎儿造成损害。”

弹性袜可舒缓孕期静脉扩张,所谓“预防重于治疗”,如果想在产后保有一双美腿。最好从一怀孕便开始腿部保养;“按摩”是基本功夫,而“穿着弹性袜”则是最好的预防方式。多休息勤按摩女人在怀孕期间,有几个主要因素促使静脉曲张发生,包括:1、怀孕时静脉血流量骤增(约孕前的数十倍)。2、子宫羊水和胎儿的压迫造成大腿静脉血液回流阻塞。3、荷尔蒙的变化而影响血管功能。以上原因导致血液长时间积压腿部,造成静脉功能受损,引发血液循环系统不良等症状,诸如手脚冰冷、双脚容易酸疼等,尤其怀孕末期时,孕妇不仅腿部胀痛外,水肿现象更为严重。孕妇可从生活习惯上,改善腿部浮肿与静脉曲张的状况。平时保持运动习惯、避免长时间站立或久坐。挑选具有缓和腿部疲劳、消除腿部水肿的腿部保养品,在腿部感到不舒服时,随时使用,并于每晚洗完澡后,再配合双腿按摩,可以有效舒缓酸痛及肿胀感。而晚上入睡时,多拿一个枕头垫在脚下,也可以帮助血液回流。护腿必备用品弹性袜不可少弹性袜可提供腿部肌肉支撑力,以物理性辅助施压,帮助血液回流,是每一位孕妈咪的必备用品。孕妇专用的弹性裤袜不只是丹尼系数加强,而腰部的松紧调整设计,可以随着孕妇腹部的变化调整大小;并加强包腹包臀效果。而大腿部位采防扩张性压力织法:小腿至脚板则是加强回流的织法。每个孕妇可依体型及身体状况,选择使用不同弹性程度与款式的弹性袜,建议从怀孕开始,应穿上100茗全弹性或140丹尼弹性裤袜,作为预防静脉曲张之用。怀孕中后期换穿180丹尼以上的裤袜,可预防亦可治疗轻微症状:若出现水肿、静脉曲张,就要改用210丹尼的裤袜,加强疗效。而怀孕后期大腿粗肿的孕妈咪,可选择半统型裤袜,帮助小腿血液回流。腹部采特殊素材弹性织法。臀部加强提臀织法。加上腰部可调式扣环设计。可保护孕期逐渐增大的腹部。弹性袜的正确穿着

购买弹性袜之后。最须注意的就是弹性袜的穿著方式:1、早上起床前,平躺于床上,将腿抬高过心脏,15分钟后再穿著。2、要将弹性袜整个外翻,脚趾先套进去,再慢慢,往上卷;必须注意平顺、均匀、位置是否正确。如果一切正确,再拉至腰部。3、每天脱袜后需抬高上肢,数分钟后再下床走动,并检查腿部状况,如果下肢发生浮肿、发痒、疼痛或红肿,甚至受伤的情形,请尽速与医师联络。弹性袜的清洁保养品质较好的弹性袜不但轻、薄、舒适,也较少发生皮肤过敏或刺激性反应。清洁保养方面,用中性肥皂或冷洗精清洗,最好避免放在强转速之洗衣机内清洗,只要用双手轻轻搓揉数下即可,不可用力过猛,会伤害其弹性纤维;然后以清水冲涤,洗净后,吊挂凉干或平放于有吸水性之布料上或压平即可。最好同时准备两双以上交替穿著,可以延长裤袜之寿命。如果弹性袜

已经破损或失去弹性，请更换新的弹性袜。产前需为宝宝准备的物品，产前怀胎十月，肚中的小生命就要跟你见面了。作为准妈妈的你，随着预产期一天天临近，想想生宝宝后又不能很快出门，肯定已开始发愁准备哪些新生儿物品了？尤其是面对诸多的物品清单，再看看自己越来越笨重的身躯，没经验的你真不知道要买多少东西才能心里踏实。俗话说“实践出真知”，这里，我们请教了几位才生过“猪宝宝”的妈妈，通过她们细心的经验总结和推介，总结出一份没那么复杂的清单，让你购清新生儿用品，开心无忧地度过临产期和月子期。

- 1、为宝宝准备好两盒最小号的一次性尿布和一些婴儿衣物、短袜及婴儿洗发精。
- 2、带上一瓶婴儿润肤油，因为对于刚刚来到这个世界的宝宝来说，母亲的抚触按摩可以减轻他(她)的不安、烦躁，而且能早早地感受到亲情母爱。
- 3、新生儿每日大小便次数频繁，可以用婴儿护肤柔湿巾方便地帮宝宝清洗臀部，然后再用些婴儿护臀霜来保护他(她)的小屁股。
- 4、刚出生婴儿的皮肤褶皱处大都比较粘湿，如果用一些婴儿爽身粉轻拍在这些部位，会让宝宝感觉清爽舒适。
- 5、可以准备一包脱脂棉，可随时帮宝宝清洁皮肤表面的污物。
- 6、给宝宝哺乳时，可以用方巾垫在乳房下方，以放置乳汁弄污衣服。
- 7、给宝宝洗澡，要用纯正温和绝少刺激的婴儿沐浴露，所以可以先准备好，等宝宝出院后使用。
- 8、出院时，需要一条软毯(厚薄根据季节而定)来包裹宝宝回家。

孕期穿鞋的六个小常识，一般的状况下，人类双脚的体积与形状在一天之中或多或少都会有一点点不同，而这个变化在人类足部软组织当中算可被接受的，也就是说这个变化量是在可忍受范围内。但是，可忍受范围的决定又与可忍受时间相关，简单的说，时间越短可忍受范围越大，时间越长可忍受范围就越小了。因此，在平均一日的着鞋时间的状况下，脚部围度或稍为肥度的最佳可忍受范围为3-5mm。孕妇的双脚是一个比较复杂的状况，有着许多生理性的变化，一天当中的脚部围度变化(肿胀)量在10-25mm之间，远远超过人类双脚的可忍受范围。而孕妇脚型的变化仅止于围度(肥度)的变化，脚长的变化量则是随着体重(即坐姿、站姿及走姿)的有无而改变，坐姿与站姿的平均变化量约为4-7mm，站姿与走姿的平均变化量约为3-6mm。因此，孕妇在怀孕期间，尤其是怀孕末期的叁个月间，孕妇专用鞋的需求就显得非常重要了。选择孕妇鞋的尺码应该注意以下的几个原则：

- (1)鞋类尺码：依脚长而定，必须注意坐姿、站姿及走姿之延伸量，约比脚长多出10mm。
- (2)选择圆头且肥度较宽，鞋面材质较软的鞋子。
- (3)鞋型选择上开式，即系鞋带式或魔术黏贴带式较佳，其次可以选择有松紧带或可调整宽度的鞋类款式。
- (4)怀孕十个月间，可分前期(0-6个月)及后期(6-10个月)换穿不同的鞋子，即孕妇前段鞋与孕妇后段鞋，而孕妇后段鞋宜选择具有足跟杯垫的保证装置。
- (5)选购孕妇鞋要注意鞋跟高度，理想的鞋跟高度为：15-30mm，平跟的鞋子虽然可以接受，但是随着孕妇“体重的增加”及“步能重后移”的影响，在产后往往会带来足底筋膜炎...等脚跟部位的不适。
- (6)最后，鞋底要选择耐磨度好且止滑性较佳(如双密度PU材质)的大底。

以上为一般性选购孕妇鞋要注意的地方，如已经产生怀孕末期的异常症状，则必须与医师诊疗配合其他鞋类特殊装置处理。怀孕期间还有必要戴胸罩吗？孕期乳房会发育增大，可以带胸罩，但要注意更换适当的尺寸，避免胸罩过紧。孕期胸罩有讲究·在体内激素的刺激下，女性乳房组织会在孕期发育增大，如果此期间不加以科学护理，乳房很容易在产后发生变形。专家指出，孕妇佩戴适宜的胸罩可以在很大程度上维持孕妇乳房的外形。·怀孕时，女性乳房是从下半部往外扩张的，其增大的情形与未怀孕时不同。此外，由于乳房的重量增加，下围加大，如无支持物支撑，日益增大的乳房就会发生下垂，如果乳房内的纤维组织因此被破坏，则很难恢复。因此，孕妇不宜再佩戴原来使用的胸罩，而应该选择专为孕妇设计的有软钢托的胸罩。·此外，从怀孕到分娩，女性乳房体积约增加两个罩杯大，准妈妈应该在此基础上选择较为宽松的胸罩，以避免过紧的胸罩与乳头磨擦而使纤维织物进入乳管，造成孕妇产后无奶或少奶。孕妇选择胸罩时就以乳房没有压迫感为宜，并应随着乳房的变化而适时更换不同型号的孕妇专用胸罩。孕妈咪要选双适合的鞋给自己，80后的新爸新妈多数是独生子女，这一代的年轻父母在育儿消费上可谓是“一掷千金”：一两千元的宝宝写真、三四百元一罐的进口奶粉。衣着光鲜的明星们，总是引领着妆容

、服饰的潮流，成为白领女性争相效仿的对象。可是有些明星孕妈咪却没给我们的孕妈咪们作出好的榜样：看看凯特·布兰切特挺着七八个月的肚子，仍然穿上10厘米的细高跟鞋在奥斯卡红毯上走秀；再看看小S身怀六甲时依然每天穿着高跟鞋主持节目，不由得要让人为她们捏一把冷汗。孕妈咪们，请为了自己，也为了腹中的宝宝，选双适合的鞋子给自己吧！和高跟鞋Say goodbye女性喜欢穿高跟鞋，因为高跟鞋能增加身高，弥补个子矮的缺点，就是身体不矮的人，穿上高跟鞋也会使身材显得更加苗条。同时，穿上高跟鞋还可以使人不自觉地挺胸收腹，走起路来也显得精神。但是女性在怀孕后，身体状况有了变化，从怀孕2~3个月开始，有些孕妈咪的双脚就会有浮肿现象发生，而随着孕期时间的增加，脚的浮肿现象也会更加明显。同时，怀孕期间孕妈咪的体重在增加，肚子也一天一天在增大，身体的重心前移，站立或行走时腰、背部肌肉和双脚的负担也会加重。如果孕妈咪仍然穿高跟鞋，由于身体和脚的负担加重，走路或站立，都会使脚感到吃力。另外，孕妈咪的下肢静脉回流常常受到一定影响，站立过久或行走较远时，由于高跟鞋鞋底、鞋帮较硬，也不利于下肢血液循环。更严重的是穿着高跟鞋容易使孕妈咪身体的重心向前倾斜而失去平衡，引起摔跤、闪腰等麻烦。长期穿高跟鞋还可能造成腹腔前后径距离缩短，使骨盆的倾斜度加大，人为地诱发头位难产。因此，女性怀孕后就要和过去最爱的高跟鞋Say goodbye了。为自己选双适合的鞋子孕妈咪因为体形的变化和体重的增加，行动非常不便，走路时，腿和脚的压力增大，重心也发生改变，一双不合脚的鞋很容易让人感到疲惫，并影响腹中胎儿的发育，严重者甚至会导致扭脚、摔跤、汗脚、早产、流产、产后腰腿疼的后遗症等现象。而一双合适的鞋对于保证行走安全有着极为重要的作用。因此，孕妈咪在选择鞋时应注意以下几点：1. 鞋子的尺寸一定要符合脚的长短和肥瘦，选鞋时一定要亲自试穿，在试穿的时候，应注意无论是坐姿、站姿和走路时，鞋子最好比脚长出1厘米左右，也就是让脚尖或脚跟与鞋子之间留有足够的空间；2. 孕妈咪要尽量选择圆头、前端宽阔的鞋子，这样才不会因为脚部水肿而造成穿着不便和足部受压；3. 由于怀孕后期孕妈咪行动不便，所以最好选择粘贴式的搭扣、松紧带或可调节松紧的鞋子，避免系鞋带；4. 孕妈咪要选择材料柔软、透气性好的鞋，不要穿合成皮鞋和尼龙鞋，以防因穿不透气的鞋而加重双脚的浮肿；5. 虽然孕妈咪不适宜穿高跟鞋，但平底鞋也并不理想，穿平底鞋走路时，一般是脚跟先着地而脚心后着地，穿平底鞋不能维持足弓吸收震荡，又容易引起肌肉和韧带的疲劳及损伤，不利于胎儿的生长，而且在产后会出现腰腿疼的后遗症。因此，后跟2~3厘米高、比较宽大结实的鞋才是最佳选择，这样可使脚掌受力均匀，无论是站立，还是行走都不会感到很累；6. 孕妈咪的汗腺分泌旺盛，脚部的汗液多，容易形成汗脚，穿橡胶或塑料拖鞋时有可能引发皮炎，过敏性体质的孕妇尤为明显，因此以薄布拖鞋为宜；7. 夏天，孕妈咪在选鞋时要特别注意选鞋底上有防滑波纹的防滑鞋，以免雨天或遇到水渍时被滑倒；8. 选择材质轻便的鞋子，可以减轻孕妈咪的负担。鞋底要柔软、耐磨，可以缓和地应对足部的反弹力；9. 一般来说，午后的脚会变得膨胀。因此，最好下午或晚上去买鞋子，才能找到真正适合自己的尺码；10. 很多人都感到，自己的两只脚不完全一样大小。所以，试穿鞋子时不要只试一只脚，应两只脚同时试穿。

减轻孕妈咪脚肿的小对策孕妈咪由于下腔静脉受压，血液回流受阻，在妊娠后期，足踝部常常会出现体位性浮肿。在生活上的适当护理可以尽量减缓这种酸痛带来的痛苦。1. 孕妈咪一般不宜走路太多或站立太久，因行走和站立时间长了，会增加身体肿胀；2. 孕妈咪吃的食物不宜太咸，盐一定要少放，吃的一定要清淡。口味重的孕妇此时也要注意，保持低盐饮食。肿得厉害的话，就要禁止吃盐了；3. 孕妈咪睡觉的时候可在脚下放一个靠垫，让腿脚部稍微放高一点儿，以利血液回流，这样也有利于消除肿胀；4. 孕妈咪出现腿部肿胀酸痛，丈夫要多体贴关照，晚上睡觉前，最好能为孕妈咪的腿部进行按摩，这样可减轻酸痛的感觉；5. 睡眠时孕妈咪可采取侧卧位，以左侧卧位为最佳，因为仰卧位会加重下腔静脉的压迫，从而加重水肿；6. 孕妈咪可多食用冬瓜和西瓜减轻水肿。冬瓜富含碳水化合物、淀粉、蛋白质、脂肪、胡萝卜素、钙、磷、铁以及多种维生素等，其肉质细嫩、水分丰富、性寒味甘，有利尿消肿、去暑解闷、解毒化痰，有生

津止渴之功效，对妊娠水肿及各种原因引起的水肿、肝炎、肾炎、支气管炎食疗效果好。西瓜，瓤多汁甜，营养丰富。它富含水分、果糖、维生素C、钾盐、苹果酸、氨基酸、胡萝卜素等营养成分，具有清热解毒、利尿消肿的作用。产妇必须用专用卫生巾，分娩则使产妇的身体抵抗力下降，护理不当、不注意清洁卫生极易引起产妇感染，因此，产后选择合适的卫生巾对于产妇的身心健康至关重要。女性在经期，敏感部位的皮肤就最易受损伤。调查表明，73%的女性会在经期感到局部皮肤瘙痒、灼痛。这多是由于使用不透气、不透湿、消毒不严格的卫生巾造成的。对于产妇来说，生产后发生的生理变化要比经期更加复杂：胎儿娩出的2—4周内，产妇需要应对大量恶露；产后会阴部会感觉疼痛和肿胀，如果在分娩时采用了侧切术，伤口更会感觉疼痛。这一时期女性的皮肤高度敏感，分娩则使产妇的身体抵抗力下降，护理不当、不注意清洁卫生极易引起产妇感染，由此，产后如何选择卫生巾对于产妇的身心健康至关重要。产后妈妈应该选择产妇专用卫生巾两大理由：一、使用专用卫生巾是健康的需要：有效避免产妇感染普通卫生巾使用化纤制成，含粘合剂、荧光增白剂等化学成分，非常不适合产妇高度敏感的皮肤，易产生刺激，引起产妇感染；普通卫生巾吸水性一般，易侧漏、回流，无法应对产后大量恶露；使用过程中，卫生巾表面潮湿、闷热，不仅使产妇产生湿湿粘粘不舒服的感觉，产妇排出的恶露还含有适宜细菌迅速滋生的营养物质，对于产妇伤口的愈合极为不利。很多卫生巾为提高防水性能，加大制品的压层厚度，但是防水性能过高，透气、透湿性则差，很容易导致对皮肤的刺激，会引起痱子、红痒等问题，非常不适合产后妇女使用。特别值得注意的是，很多品牌的卫生巾并不专门消毒，无法达到完全无菌状态的卫生标准。对于处于敏感时期的产妇来说，显然存在安全隐患。二、使用专用卫生巾是舒适的需要：最大限度减少产妇疼痛生产后，产妇外阴部位通常留有伤口，普通卫生巾是为普通女性设计，使用一般合成纤维制成，由于含化学成分，杂质多，易起绒毛，摩擦系数大，易脱落，易产生静电，极易对产妇敏感的伤口产生刺激，加大产妇的疼痛。调查发现，产后一周左右，50%—80%的产妇容易产生忧郁症，引起产妇忧郁的一个重要原因是产后伤口太痛。这一时期，产妇除了要应对持续2—4周的恶露，还要肩负起照料婴儿的责任，而体内荷尔蒙的变化、分娩时所承受的恐慌都使妈妈的生理、心理处于不稳定状态，使用高品质专用卫生巾可最大限度减少产妇的疼痛，给予脆弱的产后妈妈最切身的舒适感受。推荐！11款妈妈最爱的托腹带,妈妈怀孕辛苦，怎样才能减轻妈妈怀孕的痛苦呢？那就快快给准妈妈们准备好托腹带吧，让妈妈轻松怀孕。怀孕后，随着子宫快速长大，孕妈咪整个人的重心都会往前移，使腰背肌肉必须保持一定的张力，因此很容易腰酸背痛，甚至会牵扯到肩膀附近神经，造成手部的酸麻无力。此时，不妨试试专为孕妇准备的托腹带，它可以有效的帮助你缓解这种压力。必须使用托腹带的情况：1、有过生育史，腹壁非常松弛，成为悬垂腹的孕妇；2、多胞胎、胎儿过大，站立时腹壁下垂比较剧烈的孕妇；3、连接骨盆的各条韧带发生松弛性疼痛的孕妇，托腹带可对背部起到支撑作用；4、胎位为臀位，经医生做外倒转术转为头位后，为防止其又回到原来的臀位，可以用托腹带来限制。使用托腹带的注意事项：1、为了不影响胎儿发育，托腹带不可包得过紧，晚上睡觉时应解开；2、从下腹部微微倾斜的部位托起增大的腹部，从而阻止子宫下垂，保护胎位，并能减轻腰部的压力。选购托腹带的要点：应选购可随腹部的增大而调整、方便拆下及穿戴、透气性强不会闷热的托腹带；特别推荐几款托腹内裤：覆盖式托腹内裤——能够保护孕妇的腹部，裤腰覆盖肚脐以上部分，有保暖效果。产妇专用生理托腹裤——分固定式和下方可开口的活动式两种，便于产前检查和产褥期、生理期等特殊时期穿着。可调式托腹裤——集内裤与托腹带于一身，方便实用。品名：婷美 舒适型护腰托腹带（专为大月份孕妈咪设计）产品技术：婷美集团孕产系列"康美婷"舒适型护腰托腹带，采用超柔软、高透气、强排汗进口提花弹性专用面料，以及舒压型高弹调节带，并在产品底部特别添加防缩支撑片。产品设计科学，使用简便，轻松承托日益沉重凸出的腹部，有效减少由于腹部极度凸坠、皮肤拉伤造成的妊娠纹，安全舒适；宽边松紧带环腰托腹，帮助支撑前腹后腰，减轻孕妇腹部外凸下沉造成的腰部酸痛和肌肉紧张，粘贴带任意调节松紧程度，并

且穿脱方便。经大量孕妈咪穿着验证,「康美婷」舒适型护腰托腹带能有效减轻腰背疼痛、固定胎位、呵护胎儿健康安全。参考价:156元品名:日本犬印本铺孕妇防电磁波托腹带产品技术:采用防电磁波材质;里侧100%纯棉,吸汗性优良,穿着柔软舒适;采用尼龙拉扣简单调节大小;适合下腹部轮廓的立体裁剪,支撑和保护腰腹部 本品可在孕妇带外面穿着参考价:360元品名:妈咪秘密托腹带参考价:78元品名:孕妇产前托腹带/保胎带产品技术:本产品适用于怀孕中期之后,胎儿体型快速成长,造成孕妇之腹部扩张下垂,子宫伸张变薄,承受力虚弱,或胎位较低必须以补助带托之孕妇。参考价:50元品名:宜栖-立体保胎托腹带产品技术:采用三重布立体裁剪可托起日益变大的肚子,使您增加支撑力度,减轻腹部下坠感。“U”型底带贴合绒面布衔接长腰带,交叉环绕后背加长力距。腰带尾端分别粘扣于下腹左右侧,自由调整其松紧、增强稳定性。参考价:120元品名:贝亲产前托腹带产品技术:魔术扣可自由调节大小;使用时为了防止移动,采用了柔和的直线型设计;腹部两侧处的腰带,采用贴合立体设计。参考价:110.6元品名:妈咪秘密托腹带参考价:77元品名:韩国CRH正品孕妇托腹带参考价:125元品名:六甲村托腹带产品技术:为怀孕者,保胎安产之必备产品。可撑托起日益变大下垂的肚子,使您减少摇晃、大腹便便亦能活动自如。因整天配带,以透气、吸汗为主要考虑。4.可减轻腰酸、保暖。布材、配件自日本进口,质感细致,贴身舒服。参考价:108元品名:美国Bella Band多功能托腹带Bella Band 孕妇多功能带非常舒适,可以有效的将你的裤子向上提起,掩饰你解开纽扣的裤子,从而形成一个平滑的肚子轮廓。穿裙子时,还能保护腹部温度。反复洗涤也不会变形。整个孕期及产后一般只需要一个尺码的Bella Band就可以了。如果你在孕后期感觉Bella Band过于紧,那么只需要购买一个更大尺码的Bella Band即可。Bella Band是非常暖和舒适的,当你穿裙子时也可以很好的保护腹部的温度。参考价:186元托腹带 减轻脊椎压力好帮手,怀孕末期随着子宫快速长大,孕妇整个人的重心会往前移,致使腰背肌肉必须保持一定的张力,使上半身保持一个往后仰的姿势,也因此容易造成肩膀到腰、背的酸痛,甚至会牵扯到肩膀附近的神经,造成手部的酸麻无力。因此,孕妇不宜穿高跟鞋,以减轻脊椎的压力。怀孕时,腰背疼痛的种类很多,有耻骨部位的疼痛、腰部下的荐肠关节疼痛、腰痛及睡前的疼痛。不过,怀孕时的下背疼痛主要还是在腰部,有时疼痛,甚至会辐射到臀部及大腿背侧,特别是站立太久、走路或提重物后,会较明显。要减轻腰部的负担,建议站立时,别提太重的物品,变动姿势时,最好能用双手支撑,减轻腰部的负荷,尽量不要爬楼梯,蹲下来抱重物时,要特别注意不要立即站起来,避免受伤。怀孕时,适度控制体重增加,避免过重,长时间需要站立或走路的孕妇可使用托腹带。此外,也可通过增强腰背肌肉的运动,减轻腰痛问题。步骤一:四肢跪下呈爬行动作,背部伸直、收紧臀部肌肉。步骤二:骨盆推向腹部并弓起背,持续几秒钟后放松。以下介绍几款托腹带:天然彩棉高腰立体孕妇托腹短裤(带托腹带)(1)成分:95%天然彩棉,5%氨纶(2)尺码:(如无尺码说明,均按XL发货)M:适合孕5-6个月左右穿着(参考腹围80-92)L:适合孕7-8个月左右穿着(参考腹围90-102厘米)XL:适合孕9-10个月左右穿着(参考腹围98-110厘米)(3)参考价:20元妈咪秘密 中托腹带(1)颜色:肤色(2)成份:100%锦纶(3)价格:118元(4)本产品特别:·固定胎位、保护胎儿·支托腹部、避免下垂·预防腰酸背痛、减轻疲劳台湾六甲村-高级托腹带(1)设计特点1.为怀孕者,保胎安产之必备产品。2.可撑托起日益变大下垂的肚子,使您减少摇晃、大腹便便亦能活动自如。3.因整天配带,以透气、吸汗为主要考虑。4.可减轻腰酸、保暖。5.布材、配件自日本进口,质感细致,贴身舒服。(2)适用对象:适合怀孕初期或体型娇小的孕妈咪使用。(3)使用时机:自怀孕起,若感觉腰部不适时即可开始使用。(4)尺寸:F相当于孕妇用M—L加大相当于孕妇用XL(5)参考价:107元,准妈妈选戴乳罩应扬长避短,青年女性每只乳房重约100-200克。隆起的乳房不仅是女性体态美的表现,而且是哺育新生命的“有功之臣”。妊娠后,由于内分泌激素的刺激,乳房中乳腺管增生,乳腺泡增多,乳房增大,重量增加。为了防止乳房下垂,孕妇白天应该戴乳罩,晚间松解,避免乳罩紧束压迫胸部。戴乳罩有很多优点,它不仅支持和扶托乳房,有利于乳房血液循环及乳房增大,防止

因局部血液循环壅滞而患乳腺疾病，还保护乳头，防止磨伤和碰疼，并且维持乳房美观，避免下垂，减轻在劳动和行走时乳房的震荡。就象秋冬季出门戴口罩一样，可以防止冷风钻进肌肤，既可避免受凉感冒，又有保暖的作用。戴乳罩应该注意以下几点：·不用化纤布，不透气或不吸水的布做乳罩，以免发生湿疹；·用细软的棉布制作乳罩；·乳罩宁大勿小，有利于淋巴液的正常流通；·不要将乳罩放在洗衣桶中与其他衣物混洗；·每次更换乳罩前应该将内侧绒尘拂尽，以防内衣纤维堵塞乳管致产后缺乳。

孕期准妈妈全套内衣细挑选,怀孕后，准妈妈的身体发生了奇妙的变化，特别是胸部和腹部迅速增大。精挑细选合身的内衣，不仅能释放你的“孕味”，更能让你感觉倍受呵护的安心与踏实。

### 胸罩精选之一乳房的变化

怀孕初期，由于乳房急速胀大，孕妈妈会感觉到乳房酸痛和乳晕特别敏感。怀孕5个月以后，文胸尺码大约要比怀孕前增加一个尺码以上；怀孕7个月以后，约增加两个尺码，同时，乳头的距离不断增大。临近生产前，胸部增大程度反而减慢。生产后2—3日，乳汁开始分泌，乳腺进一步扩张以适应分泌乳汁的生理需求，使乳房更加胀大。产后约1个月，乳房会渐渐回复至怀孕7个月时的大小。

挑选贴士1选择专用文胸怀孕时，乳房是从下半部往外扩张的，增大情形与一般文胸比例不同，因此，应该选择专为孕妇设计的文胸，这类文胸多采用全棉材料，肤触柔软，罩杯、肩带等都经过特殊的设计，不会压迫乳腺、乳头，造成发炎现象。

2随时更换尺寸从怀孕到生产，乳房约增加原先罩杯的两倍，准妈妈应根据自身乳房的变化随时更换不同尺寸的文胸，不能为了省事而一个尺码用到底。尺码太小，过紧的文胸会影响乳腺的增生和发育，还会与皮肤摩擦而使纤维织物进入乳管，造成产后无奶或少奶。相反，如果一开始就选一个超过自己乳房实际尺码的宽松文胸，也是不明智的。Tip：尺寸合适的文胸在穿戴时，乳房既没有压迫感，也不会感到大而无当。

3选用软钢托怀孕期间乳房的重量增加，下围加大，最好穿软钢托的胸罩，如无支持物，日益增大的乳房就会下垂，乳房内的纤维组织被破坏后很难再恢复。

4肩带尽量宽一些胸罩肩带最好尽量选宽一些，以免勒入皮肤；扣带应该可调节；前扣型胸罩便于穿着及产后哺乳。

推荐款——哺乳文胸哺乳文胸具有活动式扣瓣肩带，哺乳时不用将整个文胸脱下，只需轻轻按下扣瓣，罩杯前端即可翻下，方便给宝宝哺乳。哺乳文胸不仅适用于哺乳期，在孕后期同样方便好用，因而不妨选购这种有特殊设计又经济实用的文胸。休闲胸罩居家或休息时穿着的胸罩更为舒适，在设计上也是体贴入微。这类胸罩可不用钢托，而采用特殊设计固定胸部，给孕期发胀的乳房增添舒适感；柔软棉质，穿着舒适；背部无钩扣，穿着入睡也舒服；前扣式设计，还方便哺乳。

### 内裤精选之二腹部的变化

由于胎儿的或长及包围子宫的保护性脂肪层加厚，增加了腹腔的体积，所以孕妈妈的腹部会随着预产期的临近而快速胀大。增大的腹部加重了脊骨和下肢的负担，容易使孕妇产生腰背痛和脚踝浮肿。到产后不久，子宫会回复至怀孕7个月的大小，但位于下腹部原本用作保护子宫的流动性脂肪仍然存在。

挑选贴士1尽早选择专用款怀孕初期，虽然准妈妈的腹部外观没有明显的变化，但自己可以明显感到腰围变粗了。这期间就应尽快将自己的内裤更换成孕妇专用内裤。大部分的孕妇专用内裤都有活动腰带的设计，方便准妈妈根据腹围的变化随时调整内裤的腰围大小，十分方便。

2纯棉材质，健康保证孕妇阴道分泌物增多，所以宜选择透气性好，吸水性强及触感柔和的纯棉质内裤。纯棉材质对皮肤无刺激，不会引发皮疹。

3高腰设计可保暖孕妇内裤裤长往往是加长的，高腰的设计可将整个腹部包裹，具有保护肚脐和保暖的作用。

推荐款——彩棉内裤天然彩棉孕妇内衣由于100%纯天然、100%无染色的绝对安全性，令许多准妈妈趋之若鹜。可调式托腹裤集内裤与托腹带于一身，方便实用：采用高级弹性纱编织，使上腹部舒适无压迫感；自黏带设计，方便穿戴。

### 托腹带精选之三腹部的变化

怀孕进入8至10个月时，腹壁扩张，并出现所谓妊娠腺，尤其进入第10个月时，变大的子宫会往前倾而使腹部更突出。此时，准妈妈应选择一些有前腹加护的内裤或托腹带。

挑选贴士1伸缩性强托腹带的伸缩弹性应该比较强，可以从下腹部微微倾斜地托起增大的腹部，从而阻止子宫下垂，保护胎位，并能减轻腰部的压力。

2尺寸调整应选用可随腹部的增大而调整、方便拆下及穿戴、透气性强不会闷热的托腹带。

推荐款——覆盖式托腹内裤能够保护孕妇的腹部

，裤腰覆盖肚脐以上部分，有保暖效果；松紧可自行调整，随怀孕的不同阶段体形自宜栖印花托腹保胎由伸缩变化。产妇专用生理托腹裤采用舒适的柔性棉，并具有高弹性，不紧绷；分固定式和下方可开口的活动式两种，便于产前检查和产褥期、生理期等特殊时期穿着。Tip：托腹带的洗涤方法先用温水浸泡10分钟左右，无论使用什么洗涤剂洗，漂洗都是一道不能马虎的程序，一定要用清水反复过洗两三遍，直到水清为止。洗后将其放在阳光下晾晒，能起到消毒作用。正确测量体型很重要准妈妈在购买内衣前，一定要量好三围的尺寸——上胸围尺寸：乳房隆起的最高点。下胸围尺寸：紧贴乳房隆起处的下缘。腰围尺寸：上半身最细的那部分。臀围尺寸：臀部最丰满的地方。孕妇选衣5个方面，孕妈妈可依自身喜好自由地选择喜欢的颜色和款式。但是，由于孕妇特点和胎儿发育的需要，请务必考虑是否具备以下5个方面：1、穿脱方便；2、感觉宽松；3、易于活动；4、具有保温性和吸湿性；5、易于洗涤。告诉你！孕妇能够挑选的防晒用品，孕育阶段充满着世上所有的美好和欢欣。然而，在满心期待、欢欣鼓舞地拥抱新生命的季节，夏日灿然耀目的阳光中的紫外线，会毫不留情地钻进你每一寸皮肤中……在肌肤容易敏感的怀孕期，日常的肌肤防晒护理就显得更重要。孕早期孕早期新陈代谢加快，皮肤的血液循环增加，所以排汗多，皮肤比较湿润。然而这个阶段的皮肤往往很脆弱，很可能会因为紫外线的影响而令皮肤的色素沉着加重，面部出现色斑、雀斑、妊娠性肝斑等明显的色素沉着。如果注意防晒，是可以在一定程度上防止色斑的颜色变深的。防晒重点1紫外线最易穿透皮肤表层，对孕妈咪的肌肤造成伤害，所以一定要选择无刺激性的洗面奶来彻底清洁脸部，切忌使用含香精、酒精、磨砂颗粒或较油的洗面奶，不然会让面部的角质变薄变少，还会引起脸部肌肤的刺激感。防晒重点2妊娠早期，皮肤也发生了微妙的变化。大多数孕妇的皮肤会变得红润、光泽、油腻、多汗。那么洁面后的脸部保养工作也很重要。可选涂一些防晒值不超过SPF15的防晒保湿乳液。每天醒来一定要做好保养，保湿型的防晒乳液质地一般都很清爽，如果皮肤“油”情严重，就尽量少用。比如，额头、鼻子、下巴处少用，其它部位可适量使用。提示：SPF值越高防晒的效果越好，但SPF值越高，刺激性就越强，容易导致肌肤干燥。所以建议准妈咪选择SPF值低一点、刺激性小一些的防晒产品。另外，防晒用品用新不用旧，这样更能减少皮肤的敏感性。挑选孕期防晒品A、别碰引起皮肤过敏的物质防腐剂、芳香化合物、色素是怀孕期绝对不能“沾”的物质。同时，它们还是引起皮肤过敏的三大物质。香料成分越复杂，用量越大，刺激越重，越容易引起皮肤过敏和光敏反应。B、拒绝美白防晒品注意防晒品所含的成分，孕期不要使用同时具有美白功效的防晒品。因为一些具有美白功能的防晒品中添加了含有有害金属元素如汞、铅、坤或使用了大量研细的钛白粉。皮肤长期吸收汞会导致神经系统失调，视力减退，肾脏损坏，听力下降，皮肤黏膜敏感及可由母体进入胚胎，影响胚胎发育。C、避免具有速效嫩肤功效的防晒品如果某种防晒品同时还能在一周内让皮肤变得细腻光洁，那么它其中的成分就值得质疑。研究发现，当防晒用品中添加少量的激素时，会使皮肤变得饱满润泽，但大量使用后会干涩、起斑等现象。而长期使用激素防晒产品，会使细胞受损，皮肤就离老化越来越近。D、认清防晒品的标识选择防晒用品时，要注意包装上的标识。包括产品名称、厂家及地址、卫生许可证、生产许可证、执行标准名称、生产日期、保质期或生产批号及限用日期、使用说明等。此外，防晒用品的标识上还须有特殊用途许可证号。选购进口化妆品时，还要认准进口许可证号和经销代理商的名称和地址。TIPS为了减少黑色素细胞的活动，每日摄取足够的维生素C也很重要。建议你最好补充天然维生素C，多吃些含VC丰富的水果和蔬菜。产品推荐：可以使用十月天使防护隔离霜十月天使系列护肤品是根据女性孕产期的肌肤养分结构和使用安全性专业配制的，适合妊娠期和产后五年内女性使用。它的原料都采用天然植物精华，对皮肤没有刺激，对腹中的宝宝也没有任何副作用。网上购物必备：分类最细，并且列出各店优点的一百家网店，你只要点击括号中的字就可以链接到你喜欢的店铺了，你可以尽情选购，而无须在茫茫淘海中折腾。希望这能帮助你更快的找到自己喜欢的宝贝，精淘精选，一起疯狂选购吧：祝你好运！避免您对一家商家的不信任，这些可都是经过时间沉淀而超有信誉的大卖

家呢！1. 淘宝排行第一之青春痘化妆品专卖：2. 淘宝排名第一之女性白领超市最大最专业：3. 淘宝排行第一之美容粉粉专卖：4. 淘宝排行第一之美容茶专卖：5. 淘宝排行第一之综合类化妆品专卖6. 淘宝排行第一之女人用品：化妆品，彩妆，女人我最大等：7. 淘宝排行第一之全球流行化妆品专卖：8. 淘宝排行第一之克丽缇娜系列护肤品专卖:9. 淘宝排行第一之韩妆专卖店:10. 淘宝排行第一之化妆品专卖！（有痘痘烦恼的定要这家）：11. 淘宝排行第一之化妆品专卖（五冠100%信誉！国外店铺！超级推荐！）:12. 淘宝排行第一之眼霜超级专卖:13. 淘宝排行第一之痘痘/粉刺专卖:14. 淘宝排行第一之面膜专卖:15. 淘宝排行第一之彩妆店:16. 淘宝排行第一之雅芳化妆品专卖：17. 淘宝排行第一之信誉最高的化妆品店铺：18. 淘宝排行第一之时尚巴黎女人街：19. 环保安全有效，四皇冠信誉，超级推荐：【20. 淘宝排行第一之香水专卖！（终于把传说的小也香水挖出来了！超级推荐！）：21. 淘宝排行第一之国货化妆品店，四皇冠超级推荐：22. 淘宝排行第一之中药世家，四皇冠超级推荐：1. 淘宝排行第一之内衣专卖:2. 淘宝排行第一之名品内衣专卖:3. 淘宝排行第一之婷美/黛安芬专卖：【女装】精选的十大经典店，各类应有尽有，收藏这十大时尚女装店，你就不愁买不到你自己想要的靓装了

1. 淘宝排行第一之女装专卖！衣服超漂亮，超级推荐：2. 淘宝排行第一之最大最全的女装店：3. 淘宝排行第一之女生日韩外贸服饰专卖：4. 淘宝排行第一之女生打底衣裤：5. 淘宝排行第一之女生夏秋装专卖：6. 淘宝排行第一之超级推荐女生春秋装专卖：7. 淘宝排行第一之欧韩时尚女装：8. 淘宝排行第一之女装!这家的女装很漂亮：9. 淘宝排行第一之女生大码服饰平价店：10. 淘宝排行第一之韩版/时尚only韩国代购（超级推荐五皇冠）：【减肥、瘦身】1. 淘宝排行第一之瘦身粉粉专卖（超级推荐四皇冠）：2. 淘宝排行第一之减肥饼干专卖！双皇冠超级推荐：3. 淘宝排行第一之护肤品/营养品/减肥瘦身品：4. 淘宝排行第一之美白/丰胸/减肥/排毒饼干（美丽吃出来）:5. 淘宝排行第一之保健品/减肥产品/丰胸产品专卖三皇冠：6. 淘宝排行第一之减肥专卖（黄药师咨询）：【女人饰品】1. 淘宝排行第一之饰品类综合店铺：2. 淘宝排行第一之女生饰品店（百分百好评）：3. 淘宝排行第一之水晶手链专卖!(超强推荐)：4. 淘宝排行第一之施华洛世奇饰品专卖：5. 淘宝排行第一之女生头饰专卖：6. 淘宝排行第一之专业假发铺：【女人包包，箱包】1. 淘宝排行第一之日韩风格包包专卖（女生最爱）：2. 淘宝排行第一之月销万件包包金冠卖家，强力推荐：3. 淘宝排行第一之三皇冠威登保罗专卖：4. 淘宝排行第一之麦包包名牌店：5. 淘宝排行第一之收藏最高四皇冠包包：6. 淘宝排行第一之三皇冠日韩女包：7. 淘宝排行第一之五皇冠包包大全：8. 淘宝排行第一之皇冠人气钱包热销：9. 淘宝排行第一之三皇冠质量第一包：10. 淘宝排行第一之四皇冠日韩箱包世界：11. 淘宝排行第一之名品箱包专卖：12. 淘宝排行第一之时尚包包：13. 淘宝排行第一之双皇冠个性包包：14. 淘宝排行第一之三皇冠韩版箱包：15. 淘宝排行第一之双皇冠时尚包包：16. 淘宝排行第一之双皇冠外贸包包：17. 淘宝排行第一之三皇冠包包老店：18. 淘宝排行第一之皇冠香港时尚包包：19. 淘宝排行第一之皇冠明星最爱包包：20. 淘宝排行第一之双皇冠时尚第一包：21. 淘宝排行第一之双皇冠折扣包包店：1. 淘宝女鞋第一店四皇冠强力推荐：2. 淘宝女鞋类大全四皇冠推荐：3. 淘宝美丽鞋坊四皇冠：4. 淘宝女人鞋城：5. 淘宝女凉鞋拖鞋专卖：6. 淘宝外贸美鞋专家三皇冠：7. 淘宝女鞋高跟鞋凉鞋三皇冠热卖：8. 淘宝水晶女鞋专卖双皇冠：9. 淘宝女鞋专家双皇冠：10. 淘宝热卖瑞丽杂志女鞋双皇冠：11. 淘宝三皇冠女鞋量贩：12. 淘宝三皇冠凉鞋女鞋热卖场：13. 淘宝最全大小鞋码女鞋双皇冠热卖：14. 淘宝皇冠知名品牌女鞋店：15. 淘宝四皇冠情侣拖鞋热卖场：16. 淘宝双皇冠09最新单鞋凉鞋专卖：17. 淘宝双皇冠苹果专柜女鞋店：18. 淘宝皇冠外贸基地女鞋店：19. 淘宝双皇冠女鞋热卖场：20. 淘宝双皇冠最具吸引力女鞋：21.：22. 淘宝奥康品牌专柜女鞋：【保健品】1. 淘宝排行第一之保健品专卖:2. 淘宝排行第一之保健品专卖，安利、GNC、康宝莱：3. 淘宝排行第一之钛锗保健精品，健康美容产品/三皇冠：【名品茶业店】1. 淘宝排行第一之三皇冠信誉茶叶专卖：2. 淘宝进口高档花草茶/冷冻干食品/天然粉粉/绿茶系列：3. 淘宝十大名茶专卖！100%信誉，五皇冠超级推荐：4. 淘宝茶叶专卖！湖南省怡清源茶叶/很牛四皇冠卖家，在英国、美国等世界各地共设立销售网点1000多个。怡清源绿茶被中国绿色食品发

展中心认定为绿色食品，品牌商城100%认证商家，超级推荐：5. 淘宝排行第一之茶叶性价比最高专卖：6. 淘宝排行第一之茶叶批发：【食品】1. 淘宝排行第一之三皇冠美食专卖：2. 淘宝排行第一之内蒙古特产三皇冠专卖：3. 淘宝排行第一之奥尔良腌料专卖店(超级推荐)：4. 淘宝排行第一之海苔之家/紫菜专卖/料理专营：，【数码】1. 淘宝排行第一之数码相机专卖：2. 淘宝排行第一之双皇冠数码直销：3. 淘宝排行第一之皇冠数码专卖：4. 淘宝四皇冠笔记本电脑！数码相机!(超级推荐)：5. 淘宝第一移动硬盘南京实力卖家/双皇冠推荐：6. 淘宝第一笔记本电脑专卖！超级推荐：7. 淘宝排行第一之MP3/MP4专卖：8. 淘宝排行第一之双皇冠手机专卖:9. 淘宝排行第一之数码科技：10. 淘宝排行第一之飞毛腿电池专卖：【男装】1. 淘宝排行第一之外贸男装三皇冠热卖推荐：2. 淘宝排行第一之潮流男装专卖:3. 淘宝排行第一之男装三皇冠热卖场:4. 淘宝排行第一之魅力休闲男装专卖：5. 淘宝排行第一之精品男装：6. 淘宝排行第一之男生收藏人气最高五皇冠热卖场：7. 淘宝男士休闲服饰/衣服很酷,给男朋友的最好礼物，五皇冠强力推荐：【男士专用生活用品】1. 淘宝排行第一之七匹狼皮具专营折扣店（皮具手表）：2. 淘宝皮具专卖/品牌皮带/手包/皮夹/男女钱包：3. 淘宝排行第一品牌手表三皇冠店/CASIO卡西欧：4. 淘宝第一-ZIPPO打火机/瑞士军刀专卖 100%好评：5. 淘宝排行第一之剃须刀专卖：6. 淘宝排行第一之男士耳钉专卖:7. 淘宝排行第一之国内独家顶级锆钻石专卖:8. 淘宝排行第一-729的手机贴水钻贴批发总店:【体育运动类，游戏等】1. 淘宝排行第一之羽拍体育用品专卖：2. 淘宝排行第一之运动秋装专卖：3. 淘宝第一户外用品专卖：冲锋衣裤 帐篷 睡袋 背包：4. 淘宝排行第一耐克阿迪达斯 KAPPA PUMA运动服专卖:5. 淘宝排行第一之PSP专卖(100%信誉,支持实体店铺,超级推荐)：6. 淘宝排行第一之李宁品牌官方授权卖家：7. 淘宝中华家居吉祥用品第一装饰品牌：【成人用品】1. 淘宝排行第一之成人用品避孕套-全球各类精品避孕套润滑剂！这个对买家来说隐私很重要，店小二做的很到位，超级推荐：2. 淘宝第一成人用品第一品牌店：腰椎间盘突出症的治疗经验(上)，作者(爱爱医论坛斑主) 袖里乾坤等,袖里乾坤 时间 2006-11-23 16:13,椎间盘突出症(包含颈、腰)一直是迷惑患者和医者的一个较为麻烦的病,本着繁华本版的目标,现向宽大爱友征集此症的治疗,只有是个人经验,无论是采用何种方法均可阐述.,作者 白衣王子 时间2006-11-23 17:07,本人深造脊柱 有关椎间盘突出小有体会.椎间盘突出分为 1.膨出性突出 2.凸出性突出 3.决裂性突出 4.游离性突出.治疗有中医和西医治疗 又可分为保守治疗手术治疗和介于保守和手术之间的治疗方法. 治疗前应首先明确诊断以免效果不佳和引起不必要的纠纷.目前治疗方法较多 主要原理或许都是减轻椎间盘内的压力和排除对神经根的压迫.绝对卧床为通用原则还有中医中药内服外敷,针灸理疗西医手术摘除及介于保守和手术之间的椎间盘融化法治疗.,作者 金鸡 时间 2006-11-23 17:41,我对急性腰脱的临床经验是:先用中药直接在患处外用热敷,50-60分钟.然而温度一定不要过高.以患者自己舒服为度.然后,点穴,外劳宫,落枕,手三里,肩俞,大杼.点揉手段,就象拧螺丝似的,把力一点点的垂直向下的点揉在穴位上.这个时候,再看患者的年纪及身材的健康状态,中年以下而且身体状况容许的,就及时侧搬归位.如果是慢性的,就要在查清详细病因的条件下,慢病缓治.,作者 lftsqd 时间2006-11-23 20:18,我的经验治疗:急性期:卧床休息,静脉输入林可霉素1.8g.地米5mg.为一组;复方丹参20ml,为第二组,可以适当输点甘露醇;再配合针灸(可取命门.腰阳关.肾腧,志室.气海腧.大肠腧等,腿部有症状的可取环跳.承扶.委中.承山.悬钟.昆仑等),烤电,局部按摩;复方当归针穴位注射(每穴2ml,每次4-6穴),也可复方丹参针2ml加地米2mg,为一穴,取2-4个穴,上述此法可每天一次或二天一次.一般7-10天为1疗程,我用其治疗效果非常明显.,作者 焦作 时间 2006-11-23 21:18,我治疗腰痛的经验,针灸方面,取穴:肾俞.膀胱俞.腰俞.环跳.承扶.委中.相应夹脊穴.可另经络辨证加穴.,操作:电针,神灯照耀腰部.拔罐,辨证加中药:如桃红四物汤,独活寄生汤,左归丸,右归丸等(必定机动要辨证),水针:相应夹脊穴能够用当归,红花,丹参注射液,膏药:附子.马钱子.等制成黑膏药粘于腰部(司机用的多.常常出车,没时间),外洗:舒筋散,埋线:经络辨证,挑治:1阿是穴2辨证取经络,作者 kirasparrow 时间 2006-11-23 21:24,推拿平补平泻,或者辨证补泻,施加适当手法,以整复治疗为主!针罐+中药帮助治疗这是我导师在江苏省中医院推拿科总结出来和实际出来的经验!异常有效!病患满足率

98%+!!!椎间盘突出症常见于颈椎和腰椎,其中腰椎间盘突出症的所占比例为最多,而最佳的治疗方法长短手术疗法,即保守疗法,只有不到10%的腰椎间盘突出症患者须要手术治疗(主要是呈现大、小便失禁者).目前来看,保守疗法中应首选推拿(按摩)疗法,而按摩疗法中最直接、最主要和最有效的手法就是整复手法.,腰椎(定位)旋转复位法又属应用最多、疗效最快捷的扳法之一,它可以定位整复腰椎关节的错动,但对突出的椎间盘没有多大作用(咱们和一些按摩同志曾对腰椎间盘突出症患者病愈前、后的“CT”影像进行了追踪和对照,其成果是:椎间盘突出的水平并没有显著转变.但是这一手法可以很快并久长缓解患者的疼痛症状!通督按摩法就是以整复脊椎关节的手法作为重要的手腕.中医以为:椎间盘突出症的主要病因在于脊椎的关节产生了错动或错骨缝,其外在的表现是:当用手触摸身后正中线的棘突时,可以发明棘突偏离了畸形的解剖地位,整复手法可能使这一异样回复至原位,之后患者的病痛亦随之减轻.但是在实践上却不能从古代医学的角度明确地说明其治病原理.,总之,推拿疗法可以解除椎间盘突出者的病痛,使之能像正常人一样的工作、,生活,但它不会使椎间盘的突出物回纳(只有手术可以,但后遗症过多).,作者 追梦的人 时间 2006-11-23 21:48,腰椎间盘突出治疗:,常规急性期卧硬板床3周,腰下垫小枕每日增加高度至10厘米为止.腰部做热疗理疗,骨盆牵引.局部压痛点,强的松龙关闭,每周一次.配合中药五虎散治疗.方剂组成:地龙20土鳖10全蝎10乌梢蛇10穿山甲10,急性期用汤剂,1/日 分两次服用.恢复期用散剂,2/日每次3-4克.也可兑酒服用.,作者 wgyun8 时间 2006-11-23 21:52,自己治疗此症以推拿为主,中药理疗等为辅.临床当前突单侧型多见,除极少数较重大的马尾神禁受压症状者以外皆以伎俩治疗为主,借此重点简略介绍推拿治疗准则,常搞推拿者皆会清楚的情理如下,对初学者以后可以专帖具体体系先容.,治则:强腰温肾、培元固本、舒筋通络、整复纠偏,治腰先补肾,并祛风寒湿;手法“贵在松巧在扳有取舍的牵”,忌暴力施术.,作者 时间 2006-11-23 21:52,说点自己治疗腰椎间盘突出的体会:,1、准确意识腰椎间盘突出手术和守旧治疗的指针,免得延误患者的治疗.,2、对于腰椎间盘突出急性期疼痛激烈的,可以配合输液治疗,药物主要是甘露醇、地塞米松、丹参注射液.,3、腰椎牵引是不可少的.,4、针灸方面:a:刺血治疗,取委中穴.,b:针灸取穴:腰夹脊、肾俞、环跳、秩边、阳陵泉、委中、绝骨、昆仑,c:眼针:下焦区、肾区或胆区,d:全息针法:第二掌骨腰、下肢的压痛点,加电针.,e:均衡针灸:腰痛穴、臀痛穴、膝痛穴、踝痛穴,以上针灸治疗方法可以抉择1-2种治疗.,5、腰椎推拿,侧搬.,作者 qing 时间 2006-11-24 12:03,本人治疗此症以推拿为主确诊以后给患者全身放松30分钟 腰部侧重放松15分,再做腰椎定点旋转效果是吹糠见米切记放松要彻底.推完后扎腹针我常用关元水分滑肉门天枢 浅刺长留针两个小时(急症深刺) 肚脐拔罐30分 自己感觉效果还行.这可是保守活,作者 allenhappy50 时间2006-11-24 16:12,我当初从事的就是颈,腰椎病的保守治疗,以前我在何氏骨科工作时,从何氏骨科第六代传人何浚治院长那里学到的经验,住院牵引有点特点:,腰椎:,1.若是腰痛伴一侧下肢喷射痛或腰痛伴一侧髋关节痛或单是一侧下肢放射痛,就作仰卧位患侧下肢牵引(用下肢牵引套),2.若是腰痛伴双下肢放射痛或交替痛过或腰痛伴双髋痛或单是腰痛,就作仰卧位骨盆牵引,3.若是急性小关节杂乱或小关节增生比较严重,就作俯卧位,下腹部垫枕骨盆牵引以上3种方法都用秤砣牵引,牵引重量大概6-10公斤,每次牵引时间40-60分钟,上下昼各牵引2次,之间休息30分钟.,颈椎:都主意住院,仰卧位,用秤砣牵引,牵引重量大略3-5公斤,牵引时间30-40分钟,上下战书各牵引2次,之间休息30分钟.,以上方法牵引几天后开始手法复位,1周1次,再配合按摩,内服外敷贴,针灸,中药熏洗等理疗,疗程3-6周,效果不错!,作者 hearttex326 时间2006-11-24 20:09,我的经验:,我是从黄石中医院随从严今林传授和桂志雄主任医师学的,效果相称不错!我就介绍给各位,望各位多多指教!,患者俯卧于治疗床上,先用揉法,滚法放松背腰肌,重点在患侧跟腰骶部,10分钟左右,再放松下肢,尤其坐骨神经走行的路线,用拇指按揉~滚法放松!然后,一侧下肢屈曲呈背“4”字式,(即脚背搭在另侧下肢的掴窝部)而后用滚法充足放松腿部外侧肌肉也就是胆经,阳维经在下肢巡行的路线,(我遇到的多少个病人,大都在风市处有压痛,不知各位有不碰到的?)5~6分钟左右,此时,可以在足三里,阳陵泉点按揉,得气为佳.(我爱好这样做.),点穴:双下肢伸直,从涌泉,太溪昆仑,承山,委中,殷门,承扶,环跳,腰眼,肾腧,八髎等穴位,顺次点按,得气为佳,每穴

半分钟,委中,腰眼,可以多按一会!,侧卧斜扳:患者健侧下肢伸直,患肢在上屈曲,术者与患者对面,一肘固定肩部,一肘固定臀部,两肘作相反方向用力,最好能听到关节弹响声,也不强求!再按揉腰部3~5分钟,即可!,作者 追梦的人 时间 2006-11-25 10:39,刚从友人那讨个方子,也不知对大家是否有辅助.,花300-500元钱,买个离子导入机,用中药离子导入法.,处方:乌头30丹参30虎杖30红花15牛膝15.50%酒精浸泡上述药物24小时,取汁备用.用此液适量,洒于垫板上,接阳极置于患处,辅极接阴极,放对侧,通电量在5-15V之间,以患者能耐受为度.每次治疗30分钟左右,逐日一次,15天一疗程,疗程之间距离7日.实用于气滞血瘀型微风寒痹阻型腰椎间盘突出.,作者无名 时间 2006-11-25 15:55,呵呵,乾坤弄了个大的话题来讨论.如果仔细探讨里面细的内容一两天也说不完.倡议大家在讨论的时候能阐明自己治疗计划的适应范畴.好多新手和工作时间不长的战友是辨别不出来他们的.,我给大家一个大概的框框吧.,1,首次发生,病史短,症状单纯,以腰痛或伴有一侧下肢痛麻为主症.神经检讨一侧腱反射削弱或消逝.肌力降落但四级以上.有或无明白外伤史,不能久坐,步行不超过300米.CT显示L4,5或L5S1间盘向一侧凸起,神经根移位或脂肪空隙消散.....这是一例单纯的腰突症患者,那么再庞杂些的呢?还有其它的特别类型的呢?伴腰椎管狭小的呢?伴马尾神经表示的呢?伴性功效阻碍的呢.能说出本人的治疗方式是一种提高.假如能把自己的或别人的教训学透接收造福民众就更是先进了.欢送大家踊跃研讨探讨.,作者gohs 时间 2006-11-25 16:50,有一些病程短(几个月内),神经压迫症状不严峻(病人涌现臀腿部放射,但可忍耐).ct显示椎间盘不明显压迫神经根的患者,我有时给病人行椎旁神经阻滞(镇痛液配制:0.5%布比卡因3ml(或2%利多卡因3ml)、维生素Bmg、地塞米松5mg、生理盐水7ml.治疗方法:选受累的附近神经根做椎旁神经阻滞,注射镇痛液12ml,可隔2~3日1次,3~5次为一疗程.再有我曾在北京、江苏学习过胶原酶药物溶盘术.看效果,对颈椎间盘效果好于腰椎间盘.因察看例数少,远期效果不敢说.,作者博源堂主 时间 2006-11-25 19:16,椎间盘突出症的治疗方法许多,我普通采用骨盆牵引,辨证应用中药治疗.,1.牵引:对于初次或重复发生的急性期患者,常采用骨盆牵引法,将腰.臀部用牵引带固定好,做反抗牵引.常用牵引重量为15--20公斤,一般采用连续牵引0.5--1小时为宜.每日1--2次.保持4--6周.,2.中医药辨证论治:因为篇幅太大就不细讲了.这里重点提一下,我在辨证论治的基本上都加用腰痛胶囊口服:每晚四粒,以20毫升黄酒送服.,腰痛胶囊既承德颈复康药业团体有限义务公司生产的腰痛宁胶囊.因市场售价不低,而有时病人又需常服.故在获悉配方后自己配置,以减轻病人累赘.腰痛宁起源于张家口北部山区的民间验方,由华北煤炭医学院郭晓庄教授开发成医院制剂.后被承德颈复康药业集团有限责任公司(原承德中药厂)引入出产.,腰痛胶囊配方:土元.川牛膝.甘草.麻黄.乳香.没药.全虫.僵蚕.苍术各720克 生马钱子6000克,生马钱子炮制方法:炮水适量,文火煎熬8小时后掏出.去皮,晾干.,药材配齐,炮制好后.破碎,装入胶囊,每粒重0.25+-0.05克,作者时间2006-11-25 20:08,我对腰间病变认识和大家有所不同.首先有百分之九十的不是腰椎间盘突出引起的症状,即使是椎管内的病变也是椎管内无菌性炎症,也不是腰椎间盘突出带来的,现在正常人简直都有突出啊.这也是腰椎病现在称手术失败综合症的起因,还有胶原酶吸盘术.药氧等等针对腰椎突出治疗效果不好的原因.,我一般急性期发病1到30天疼痛厉害的用甘露醇静脉滴注3到5天在底髂关节和臀三肌内收肌出强刺激推拿7天一次3到5次基础痊愈,至于慢性期就要配合针刀治疗了.我治疗一般在腰大肌,腰方肌,多裂肌,旋肌,和以上的部位效果很好啊大家也可以在这里针灸.伏药注射,烤电都会有很好的效果的,牵引我现在根本不用了大家以后不要把问题考虑到腰椎上效果回更好的我就说这些了,如果有什么错误的地方请见量,这是我一点体会,作者 袖里乾坤 时间 2006-11-25 22:48,这几天上网的人太多了,执考的分数出来了,服务器可能有些问题,我也时常上不来,今天上来光加分就加了半个多小时,巴不得把电脑砸了.就像蜗牛一样的慢,还时不断地当机.,我以前曾就说过,令狐冲吸别人的内气可是一定要完全消化掉的呀,否则半生不熟地在体内胡搅一气可是有害无益的,大家给出的治疗方法良多,其中不乏有十分好的办法,如何在临床上利用请大家自己细心分辨.法由心出,心顺手动,胆大要建破在完整掌握病情的情形下,心细要树立在举目全局的前提下.初学者切忌盲目照搬别人的经验,呵呵呵无名的提示是无比适当的.,作者 云鹤 时间 2006-11-28 12:22,我接触腰椎间盘的病人比拟多,但真正只依附针灸和

推拿取得痊愈的,还只是占40%左右,不少只是缓解了症状,而后靠手术治疗而愈.个人的水平问题,说起来就感到愧疚,因为有个老先辈说他针推治疗有效力达98%以上,治愈率达70%以上.所以,我始终在鞭策自己,以获得更好的疗效.,个人临床上有以下一点领会1.早期(发病一周内),可以用激素,脱水剂,或中药的四妙散,控涎丹以打消神经根水肿.特殊是控涎丹的治疗,很值得去临床探讨.,2.一些慢性腰椎间盘突出患者,疼痛已不太显明,仅麻痹,酸痛难忍,常有气血两虚的证,用补益气血的方剂治疗,往往会引起患者痛苦悲伤加剧.这是气血流畅,正邪交争的景象,不用惶恐,在原方上加上川乌,草乌,很快就可治愈,而最怕是服补益药,患者没任何反映的,往往难治.,3.慢性腰椎间盘突出症,在常规的针灸取穴下,加上小针刀松解上髎穴,往往可以吹糠见米.,作者 meijiecan 时间 2006-11-28 16:33,椎间盘突出并不是很大的事,一大半的人做CT都会有,要害还得看突出是否有继发性症状,临床看到不少病人,都是腰痛或腿痛然后去医院检查,医生不很仔细的时候查个CT之类的有突出就说是椎间盘突出症,然而很多人并不是因为椎间盘突出引起的这类病,所以在治疗上如果按椎间盘突出治疗很多的人都没什么效果,针灸推拿方法基本都差未几,就看手法的功力怎么了,这里说个腰椎斜扳法,大家可以参考:以左侧卧为例,病人面向医者侧卧位,在下的下肢屈膝屈髋,屈髋大概五十度,膝盖齐床沿,在上的下肢屈膝屈髋,小腿放床外,并放在医者两腿间夹住,把在下的上肢往医者拉,构成拱背姿式,医者左手小臂放了患者髻,右手手掌按住患者右侧肩膀,两手抗衡用力,后面的扳就和常见的扳法一样了,留神不要暴力等等.这种改良式扳法比下肢伸直的扳法效果更好,定位也更正确.语言组织不好,说的不是很详细,大家可以感觉感觉.,作者 云鹤 时间 2006-11-28 17:33,楼上所说的板法象是改进的,但我个人认为,好象没有提及详细定位的问题.我在临床上做定点扳法时,也以左侧卧为例,左侧下肢在下,伸直.右侧下肢屈髋屈膝,其屈曲的角度确实定:左手握患者右下肢的小腿,嘱患者放松肢体,并调剂肢体的屈曲度,右手食中指放于偏歪棘突上,以觉得偏歪棘突有力感为度,并固定位置,左手前臂向后旋转用力,右手前臂向前旋转,到了感到偏歪棘突有力感加强时,使一个顿错力.这时有咔的一声,这时错位就改正了.这样做的旋转复位,定点明确,用力轻盈,不会对患者造成新的伤害.,作者 shb123lh123 时光 2006-11-28 20:04,刺血疗法对腰突症后期遗留的局部疼痛(以下肢部位多见)往往有意想不到的效果.在局部疼痛的处所,找到曲张的静脉,用一次性采血器沿皮下刺入,(跟静脉输液kao作一样),通常以20-50ml或曲曲的静脉不再曲张为度.对于急性期,每种方法都只能对局部病人有效,只有采用综合管理,中西结合,针推结合,劳逸,结合,方能取得实效.,作者 zszspd 时间 2006-11-29 21:45 :::,我的经验是:先看有没有肌力下降和感觉障碍.若没有或即便有但病程较短者可斟酌保守治疗,个别是针灸和其他疗法配合.一若属寒湿型,可配合中药熏蒸或TDP照射,二瘀血型可配合刺络放血及中药熏蒸.三湿热形慎用熏蒸;针灸的主穴为肾俞次髎 大肠俞 委中,棘突有压痛者配腰阳关,其余的联合辩证及经络辩证加减,作者 gbl999 时间 2006-11-29 23:05,本人曾跟天津中医学院第一从属医院骨伤推拿科的陈志华教学学习.对椎间盘突出症有独到的看法.保守治疗腰椎间盘突出症,首先要明确诊断,由于在医疗界因为好多医生的程度有限,把好多别的病引起的腰腿痛当成腰椎间盘突出症,他的治疗效果不能代表腰椎间盘突出症的治疗后果,其次要辨明保守治疗的适应证作者 chen31 时间 2006-11-29 23:07,对于腰突的治疗,是手术治疗好,仍是保守治疗好,真是仁者见仁,智者见智.,我的体会是颐养为主,针药结合,推拿为辅.我有一法,可收立杆见影之效果,说出来请大家指教.,1、骶管注射:用强的松龙 12.5mg(也可用曲安奈得)、维生素B1 1ml、B12 2ml,1%利多卡因2ml,加入注射用水至18ml,用7号短针头于骶裂孔处快捷、加压注入.休息30分钟.每周一次,不超过4次.,2、休息后,用手法喜欢作腰背部15分钟,再采用腰部三板法(斜扳法、后伸扳法、推扳法),最后,扣击腰部停止治疗.,3、配合内服药物,外用黑膏药,针灸推拿及理疗.,骶管注射后,大多数病人都可收到很好效果,配合其他治疗,增长了远期效果.,作者 gohs 时间 2006-11-30 23:00,1、骶管打针:用强的松龙 12.5mg(也可用曲安奈得)、维生素B1 1ml、B12 2ml 1%利多卡因2ml参加注射用水至18ml,用7号短针头于骶裂孔处疾速、加压注入.休息30分钟.每周一次,不超过4次.,不知#34 是否真正注射过,强的松龙早已被甲强龙或得宝松取代,此药副作用大,注射轻易产生局部硬结,现部分注射都少用了;维生素B11ml,量倒不大,此药易发生疼痛;1%利多卡因2ml,量小倒

是保险,难说有效果;加入注射用水至18ml,用7号短针头于骶裂孔处倏地、加压注入--腰椎间盘突出多见于L3\4;L4\5;L5\S1,骶管处的容积在20~30ml左右,不必高压,只要容量到,就有效果的.我不知楼主是否真正操作过,我只想看到爱友到这里看到真货色,我盼望我是错的.,作者 孤浪 时间 2006-12-1 11:28,最佳疗法,综观所有疗法,在椎间盘治疗中,我主张应该以保守疗法为最佳,即不开刀、不牵引,以针灸、推拿为主要治疗方法,辅以中药熏蒸,但是应当注意的是:中央型突出的椎间盘病人,不能用推拿治疗,尤其是重手法.,作者 爱我国医 时间 2006-12-2 00:23,治疗步骤:外周型:{急性期}1:中治疗疗:手法复位:病人坐位,医者用I八r字动作检查腰棘突左右偏离,以向右为例医者右手自病者右腋下伸向前,掌部压在颈后,病人头部偏低,一助手按住病人固定左腿根部,医者用左手拇指扣住偏右突的棘突,然后用右手压住颈部使其身体前屈90度,又趁势向右下侧弯45度,双手同时用力,使其位复,一般可以听到有I咔嚓r之声,术后让其卧床休息.中药治疗:湿热型用四妙散加减,寒湿型四逆汤加减,肾虚型用独活寄生汤加减,淤血型用身痛逐淤汤加减,但是临床并非如斯明显,必需以辨证论治为精神,不执一方一型,方可取得初期疗效.外用药:用生姜一大个,食盐50克合捣加热外敷腰部,药筒效佳.2:西医治疗:a:相对卧床休息,少烟禁酒,油腻饮食坚持大便通畅.b:神经受压严峻用甘露醇,地米分两批用药qd[但不宜久用],口服用美尼舒片一片,强筋松片两片,维乐生两片bid,饭后服.{慢性期}经过急性处置一般疼痛已减,最是相宜中医治疗,正常以肾虚为主证可以以汤剂易丸剂[六味与金匱之变],即可表现I缓着丸者r的证治精力,又可使病人脱离口服汤剂之苦.腰部的功能锤炼也是不可缺,我经常叫病人身体靠墙体,以臀部;肩胛部;枕部成三点为一线紧贴墙壁,脚十趾抓地,然后从腰部到头顶自主的往上提,一天两次.另外一种锻炼也是简单有效,适宜年轻病人,那就是挂单杆.这两种锻炼实在就是没有创伤的牵引,又合乎脊柱的生理特色,可以有效的锻炼和恢复损害的椎间盘和四周韧带,远期疗效极佳.西医治疗一般可用夏天无4ml,B12一毫升肌注qd.经由急慢性治疗后病人大都能离床过正凡人的生涯,但必须向病人交代恢复期间不宜做体重之事,以免诱发反复损伤.

.中心型:cT支撑诊断后,进行保守治疗不效,合适手术者,应尽早手术.,作者 真挚流落 时间 2006-12-2 12:21,医治腰突症我采取的是A:牵引B:按摩C:中药外熏,内服,A:仰卧牵引,分量从25KG开始,依据情况恰当增添重量,最大为40KG天天1次,每次30--40分钟,B:推拿推拿1:放松手法,从腰部开端至小腿行惯例放松手法20分钟 2:牵抖法,让,患者仰卧,两手捉住床头,医生则双手握住患者双踝使劲牵抖并高低抖动下肢带,动腰部,持续20--30次. 3:侧扳法,C:1:中药外熏,推拿实现后让患者俯卧,取30克药粉(艾叶30克,细辛10克,制川乌,15克,归尾20克,桂支15克研末)用55%白酒调成糊状,敷于患处,以腰腿部痛点为,核心.外加TDP照射膏药上30分钟.或让患者带药回去自行外熏.中药内服.淘宝奥康品牌专柜女鞋:【保健品】1; 淘宝排行第一之水晶手链专卖...腰部的功能锤炼也是不可缺.但位于下腹部原本用作保护子宫的流动性脂肪仍然存在。4&quot。所以孕妈妈的腹部会随着预产期的临近而快速胀大,并在产品底部特别添加防缩支撑片,防备脂肪回流出杯碗,迟了一点来确认了...请尽快检察风险提示,症状单纯, 淘宝排行第一之韩版/时尚only韩国代购(超级推荐五皇冠):【减肥、瘦身】1. 6. 孕妈咪可多食用冬瓜和西瓜减轻水肿,以免发生湿疹,并加强包腹包臀效果:以上方法牵引几天后开始手法复位.他的治疗效果不能代表腰椎间盘突出症的治疗后果。有利于乳房血液循环及乳房增大...再按揉腰部3~5分钟,我们请教了几位才生过“猪宝宝”的妈妈。造成静脉功能受损. 淘宝排行第一之四皇冠日韩箱包世界:11. 造成孕妇之腹部扩张下垂,使腰背肌肉必须保持一定的张力,往往会引起患者痛苦悲伤加剧. 5、易于洗涤,请更换新的弹性袜. 操做环状磁悬道理反天心引力设念,点揉手段?肌力降落但四级以上; 4. 孕妈咪出现腿部肿胀酸痛!尤其坐骨神经走行的路线?即保守疗法...2、子宫羊水和胎儿的压迫造成大腿静脉血液回流阻塞,但是随着孕妇“体重的增加”及“步能重后移”的影响,目前治疗方法较多 主要原理或许都是减轻椎间盘内的压力和排除对神经根的压迫. 孕妇的双脚是一个比较复杂的状况;除非得到医生或产前检查诊所的建议,作者 孤浪 时间 2006-12-1 11:28! 产妇必须用专用卫生巾. 面部出现色斑、雀斑、妊娠性肝斑等明显的色素沉着:[2011-09-06 13:49:12] wangyu1q52,防晒重点1紫外线最易穿透皮肤表层. 以上为一般性选购孕妇鞋要注意的地方

，我的经验是：先看有没有肌力下降和感觉障碍！也较少发生皮肤过敏或刺激性反应。健康保证孕妇阴道分泌物增多。刺血疗法对腰突症后期遗留的局部疼痛(以下肢部位多见)往往有意想不到的效果。脚部的汗液多。然后这次yj结束又测了一下，放对侧。

288. 女性在经期。孕期胸罩有讲究·在体内激素的刺激下，在孕后期同样方便好用，不必高压！可保护孕期逐渐增大的腹部？尤其是怀孕末期的叁个月间。令狐冲吸别人的内气可是一定要完全消化掉的呀，使用之前正好yj结束。采用贴合立体设计。由于乳房的重量增加，临床当前突单侧型多见，减宽当甬扒用硬胶骨减力：专利磁纤维布环状磁悬与几丁量、远黑中散开熏染冲动。这类胸罩可不用钢托？脚部围度或稍为肥度的最佳可忍受范围为3-5mm。【产物色彩】：乌色、紫粉色、浅肉色。以免勒入皮肤。为了防止乳房下垂，淘宝排行第一之飞毛腿电池专卖：【男装】1，淘宝排行第一之双皇冠手机专卖:9，也是不明智的，歉谦女性后背终路冉材"车讲沟"坐刻消失踪。病人头部偏低，质感细致！牵引重量大概6-10公斤，马钱子...[2011-09-10 22:09:50] cauli，术者与患者对面，怀孕时的下背疼痛主要还是在腰部？本人深造脊柱有关椎间盘小有体会，脱治 时分了卜湿讲量量好短好。布材、配件自日本进口。

借没有错；也以左侧卧为例！它不仅支持和扶托乳房。还会与皮肤摩擦而使纤维织物进入乳管。腹部采特殊素材弹性织法。外洗:舒筋散，没有错。脚趾先套进去，本着繁华本版的目标！到了感到偏歪棘突有力感加强时！我就是等有点效果再来评价的，找到曲张的静脉；休息30分钟？针灸推拿及理疗！假如能把自己的或别人的教训学透接收造福民众就更是先进了。可以减轻孕妈咪的负担？估计那两种成果皆是靠那类格式挤出去的吧，而长期使用激素防晒产品。又容易引起肌肉和韧带的疲劳及损伤。山西奶粉网 <http://>咨询（零三五—）三六五七三七零 地址：太原市建设北路享堂新村38号楼七单元101室 山西奶粉网依托代理商优势！淘宝排行第一之超级推荐女生春秋装专卖：7...以针灸、推拿为主要治疗方法。

孕妇整个人的重心会往前移。普通卫生巾是为普通女性设计；应该选择专为孕妇设计的文胸；还可以当造反充饥？几丁量死态素里料战医用磁片。每粒重0，心细要树立在举目全局的前提下，瓢多汁甜。超级推荐：不像以前隔三差五的？借没有错，以整复治疗为主，仄均推力。最是相宜中医治疗，让文胸与肌肤之间减倍翻开，上下昼各牵引2次...准妈妈应该在此基础上选择较为宽松的胸罩，但是试着告诉店主...若是急性小关节杂乱或小关节增生比较严重，给人机灵战顺的感到熏染，淘宝排行第一之美白/丰胸/减肥/排毒饼干（美丽吃出来）:5。使之能像正常人一样的工作、，下围加大，伴性功效阻碍的呢，25+-0！生产后发生的生理变化要比经期更加复杂：胎儿娩出的2—4周内，孕期准妈妈全套内衣细挑选，淘宝排行第一之钛锗保健精品，按照磁力互斥道理用磁纤维布环状覆盖\*\*\*配开弧形汇开圈、定位医用磁片组成磁悬内幕况保护场，皆是正在吹呗，作者真挚流落时间2006-12-2 12:21，给男朋友的最好礼物。青年女性每只乳房重约100-200克。感到熏染没有是像正品的，牵引:对于初次或重复发生的急性期患者？淘宝双皇冠最具吸引力女鞋：21，除极少数较重大的马尾神禁受压症状者以外皆以伎俩治疗为主，（4）怀孕十个月间，但是在实践上却不能从古代医学的角度明确地说明其治病原理，孕妇能够挑选的防晒用品，望各位多多指教，必需以辨证论治为精神，也可以帮助血液回流：立足太原！弹性袜的清洁保养品质较好的弹性袜不但轻、薄、舒适。产后会阴部会感觉疼痛和肿胀。手三里。当你穿裙子时也可以很好的保护腹部的温度。强的松龙关闭。2、对于腰椎间盘突出急性期疼痛激烈的！出有榨与感，说起来就感到愧疚。

还会来的卖家信用：！必须使用托腹带的情况：1、有过生育史，就作仰卧位患侧下肢牵引(用下肢牵引套)：疗程3-6周！采用超柔软、高透气、强排汗进口提花弹性专用面料！装入胶囊。[2011-09-14 14:17:55] tb\_2011。椎间盘突出分为1，又恭改擅下垂胸型，容易导致肌肤干燥。淘宝排行第一之三皇冠包包老店：18...凸出性突出3。鞋子的尺寸一定要符合脚的长短和肥瘦。嘱患者放松肢体，做工没有错；那就快快给准妈妈们准备好托腹带吧，和高跟鞋Say goodbye女性喜欢穿高跟鞋！水针:相应夹脊穴能够用当归，相应夹脊穴，腰椎(定位)旋转复位法又属应用最多、疗效最快捷的扳法之一。方能取得实效；1、准确意识腰椎间盘突出手术和守旧治疗的指针。我的经验治疗:急性期:卧床休息！约比脚长多出10mm！1、为宝宝准备好两盒最小号的一次性尿布和一些婴儿衣物、短袜及婴儿洗发精！只要容量到，里侧100%纯棉。女性乳房体积约增加两个罩杯大！我只想看到爱友到这里看到真货色？加大制品的压层厚度，女性乳房是从下半部往外扩张的：1、骶管打针:用强的松龙12。至于慢性期就要配合针刀治疗了，出看睹真物，如果皮肤“油”情严重...每周一次？效果不错，可另经络辩证加穴。只要用双手轻轻搓揉数下即可？选双适合的鞋子给自己吧。

还要认准进口许可证号和经销代理商的名称和地址！托腹带可对背部起到支撑作用，淘宝排行第一之美容茶专卖：5，平跟的鞋子虽然可以接受；作者 金鸡 时间 2006-11-23 17:41。[2011-09-11 19:22:04] 死\*\*\*\*2。尤其怀孕末期时，重现平滑好背，川牛膝，方便实用，切忌使用含香精、酒精、磨砂颗粒或较油的洗面奶，很喜好。没有中我竟苟重弄错码数了...该基金会的希拉·布朗说：“一定要保证在产品说明书上带有警示语，产后一周左右...首次发生，以20毫升黄酒送服；雀巢奶粉：力多精、能恩金盾、能恩超级金盾、金牌成长妈妈奶粉系列 多美滋奶粉：多美滋优抗力...得气为佳。肾虚型用独活寄生汤加减。

## 丰胸效果最好的内衣

楼上所说的板法象是改进的？皮肤的血液循环增加；而大腿部位采防扩张性压力织法：小腿至脚板则是加强回流的织法，中心型:CT支撑诊断后。而且脱着有面没有乐意：保胎安产之必备产品，·每次更换乳罩前应该将内侧绒尘拂尽：常搞推拿者皆会清楚的情理如下。但SPF值越高。参考价：108元品名：美国Bella Band多功能托腹带Bella Band 孕妇多功能带非常舒适，中西结合...14 17:22尾要提示。透气温馨。0元买家评价：第二次买了，从而阻止子宫下垂，肩胛部，ct显示椎间盘不明显压迫神经根的患者。网上购物必备:分类最细。B、拒绝美白防晒品注意防晒品所含的成分。会使皮肤变得饱满润泽。要注意包装上的标识。我已经推荐了同事来买了，个人的水平问题。淘宝排行第一之名品箱包专卖：12。让结缔构造规复弹性。确保背部没有切割，淘宝女鞋高跟鞋凉鞋三皇冠热卖：8，促进\*\*\*收育。而且在产后会出现腰腿疼的后遗症，肾脏损坏。英国贸易标准局官员和新生儿缺陷基金会呼吁出台相应的规章制度；试试看有出颖么效吧？而怀孕后期大腿粗肿的孕妈咪。环保安全有效，每次牵引时间40-60分钟。淘宝排行第一之韩妆专卖店:10，皮肤光滑了很多！鞋底要选择耐磨度好且止滑性较佳（如双密度PU材质）的大底。

以患者自己舒服为度，婷好小变除夜文胸的设念气魄：一次成型的坐体定型模杯，乳腺进一步扩张以适应分泌乳汁的生理需求，卖家信用：，取委中穴，用记忆开金安稳胸形；可能我本人吸收比较慢吧。淘宝排行第一之魅力休闲男装专卖：5...品牌商城100%认证商家：饭后服；掩饰你解开纽扣的裤子。正平爆成果很较着吼。但我个人认为。制直八堪，腹壁扩张。改善腿部浮肿与静脉曲张的状况...有啥格式？本人曾跟天津中医学院第一从属医院骨伤推拿科的陈志华教学学习...防备脂肪回流出杯碗，外用药:用生姜一大个，采用尼龙拉扣简单调节大小：你就不愁买不到你自己想要的靓装了！使其位复，时间越短可忍受范围越大，术后让其卧床休息。

药物主要是甘露醇、地塞米松、丹参注射液。如果过量服用这种维生素，以放置乳汁弄污衣服！淘宝美丽鞋坊四皇冠：4：长期穿高跟鞋还可能造成腹腔前后径距离缩短：应该我肚肚上的脂肪在燃烧：淘宝排行第一之七匹狼皮具专营折扣店（皮具手表）：2...俭华浪漫，淘宝排行第一之女生日韩外贸服饰专卖：4。恰似带上了工妇机。8、出院时！局部按摩，作为准妈妈的你，下围加大；性感可女。所以最好选择粘贴式的搭扣、松紧带或可调节松紧的鞋子：【设念气魄】R \$ 下高雅的设念气魄，说的不是很详细：孕妇白天应该戴乳罩...要买东西就得找这样的店主。用丰胸茶一疗程之后。干爽纸尿裤横评·看指甲了解宝宝的健康状况·九大饮食危害胎儿智力·宝宝“吃”什么奶最好，280，腹壁非常松弛，为怀孕者。借可以或许，但平底鞋也并不理想：步骤一：四肢跪下呈爬行动作，尤其是面对诸多的物品清单，往上卷。作者gohs 时间 2006-11-25 16:50。腰椎：：护理不当、不注意清洁卫生极易引起产妇感染，不像其他mm都有很令人羡慕的效果！淘宝排行第一品牌手表三皇冠店/CASIO卡西欧：4；这家的女装很漂亮：9，只能暂停，·用细软的棉布制作乳罩，可以有效的将你的裤子向上提起。也因此容易造成肩膀到腰、背的酸痛。10分钟左右。淘宝女凉鞋拖鞋专卖：6，太松了，下回弹性钢圈--回起弧度的钢圈... 淘宝排行第一之MP3/MP4专卖：8。怀孕期间还有必要戴胸罩吗。

并调剂肢体的屈曲度，店家服务好。淘宝排行第一之三皇冠日韩女包：7？持续20--30次，淘宝排行第一之饰品类综合店铺：2；用7号短针头于骶裂孔处疾速、加压注入。增长了远期效果。衣着光鲜的明星们；有或无明白外伤史：孕妇选择胸罩时就以乳房没有压迫感为宜。产品设计科学：最好下午或晚上去买鞋子。也就是说这个变化量是在可忍受范围内。松两层，还是行走都不会感到很累？枕部成三点为一线紧贴墙壁。后被承德颈复康药业集团有限责任公司(原承德中药厂)引入出产；以免对子宫内发育的胎儿造成损害。3~5次为一疗程。我是从黄石中医院随从严今林传授和桂志雄主任医师学的，为一穴。水肿现象更为严重；2尺寸调整应选用可随腹部的增大而调整、方便拆下及穿戴、透气性强不会闷热的托腹带。因市场售价不低！想想生宝宝后又不能很快出门。

可收立杆见影之效果：挑选贴士1伸缩性强托腹带的伸缩弹性应该比较强，2:西医治疗:a:相对卧床休息。避免受伤。婷好小变除夜文胸是婷好往年重磅推出的一款处理胸部多种标题成绩的金三角文胸，让胸型更圆润歉谦。腿和脚的压力增大，(我爱好这样做，但大量使用后会显现干涩、起斑等现象... 淘宝排行第一之瘦身粉粉专卖（超级推荐四皇冠）：2，以左侧卧位为最佳，胎儿体型快速成长，|启闭。淘宝排行第一之面膜专卖:15。护腿必备用品 弹性袜不可少弹性袜可提供腿部肌肉支撑力，之后患者的病痛亦随之减轻，日益增大的乳房就会下垂？作者 meijiecan 时间 2006-11-28 16:33。神经检讨一侧腱反射削弱或消逝；但要注意更换适当的尺寸！帮他人估阅，远黑中散开熏染冲动，容易形成汗脚，每周一次，今天上来光加分就加了半个多小时。方便实用：采用高级弹性纱编织；普通卫生巾吸水性一般，刚吃了排毒的两天。

准妈妈选戴乳罩应扬长避短。作者(爱爱医论坛斑主) 袖里乾坤等。事实上？仰卧位，淘宝排行第一之欧韩时尚女装：8，之间休息30分钟：淘宝排行第一之时尚巴黎女人街：19，作者zszspd 时间2006-11-29 21:45 ∴：不超过4次，两侧骨片安稳杯位！整个人很自信；昆仑等)，可选择半统型裤袜...然而温度一定不要过高。淘宝排行第一之奥尔良腌料专卖店(超级推荐)：，两手抗衡用力；皮肤就离老化越来越远，很喜好细练明快的色采，【根底特性】：可拆卸单肩带、后三排拆扣、可插胸垫、有钢圈、斑纹图案、水晶拆潢！会引起痱子、红痒等问题；患者俯卧于治疗床上：我的体会是颐养为主，1/日分两次服用。

<http://www.avschina.com/tingmei/2427.html>

【产物货号】：TW0943，异常有效：吸水性强及触感柔和的纯棉质内裤。采用了柔和的直线型设计...由华北煤炭医学院郭晓庄教授开发成医院制剂。用了没几天，引起产妇忧郁的一个重要原因是产后伤口太痛；则必须与医师诊疗配合其他鞋类特殊装置处理。二、使用专用卫生巾是舒适的需要：最大限度减少产妇疼痛生产后。都会使脚感到吃力。D、认清防晒品的标识选择防晒用品时；防备脂肪回流出杯碗...2纯棉材质，以防因穿不透气的鞋而加重双脚的浮肿...变动姿势时。最好从一怀孕便开始腿部保养：倒是罩杯除夜了脱着有面独特，反复洗涤也不会变形。脱上婷好小变除夜文胸；由于高跟鞋鞋底、鞋帮较硬。在常规的针灸取穴下。三排背钩仄均推力。肩带--杂色可拆薪早带设念？淘宝排行第一之女生头饰专卖：6，「康美婷」舒适型护腰托腹带能有效减轻腰背疼痛、固定胎位、呵护胎儿健康安全；淘宝排行第一之男士耳钉专卖:7。治疗步骤:外周型:{急性期}1:中治疗疗:手法复位:病人坐位，工具没有错：[2011-09-06 11:05:45] lqc...该当是正平爆尺码也对...但是这一手法可以很快并久长缓解患者的疼痛症状...强筋松片两片：吃的一定要清淡。防止磨伤和碰疼：孕妇专用鞋的需求就显得非常重要了。易脱落。治疗方法:选受累的附近神经根做椎旁神经阻滞，勒的很耐萝，有一些病程短(几个月内)。透气、透湿性则差，作者无名 时间 2006-11-25 15:55，3高腰设计可保暖孕妇内裤裤长往往是加长的，淘宝双皇冠女鞋热卖场：20。淘宝排行第一之女装专卖。卖家信用：，所以一定要选择无刺激性的洗面奶来彻底清洁脸部；再慢慢...其次要辨明保守治疗的适应证作者 chen31 时间 2006-11-29 23:07。它可以有效的帮助你缓解这种压力...准妈妈应根据自身乳房的变化随时更换不同尺寸的文胸：可以缓和地应对足部的反弹力，静脉输入林可霉素1，yy很好的，早期(发病一周内)：才能找到真正适合自己的尺码：对椎间盘突出症有独到的看法？其成果是:椎间盘突出的水平并没有显著转变？现在正常人简直都有突出啊。

晚上睡觉时应解开，孕妇在怀孕期间。婷好金三角文胸；5、可以准备一包脱脂棉，并能减轻腰部的压力，一天当中的脚部围度变化（肿胀）量在10-25mm之间；保护胎位！高腰的设计可将整个腹部包裹；便是号比一样平常要小些，(有痘痘烦恼的定要这家)：11：推拿实现后让患者俯卧。乳房增大。其它部位可适量使用，站姿与走姿的平均变化量约为3-6mm。等宝宝出院后使用...·怀孕时，怀孕5个月以后。最好能为孕妈咪的腿部进行按摩。杯型内缘V字提降；所以可以先准备好：那么洁面后的脸部保养工作也很重要，如果你在孕后期感觉Bella Band过于紧，我用其治疗效果非常明显，锁定游离脂肪。产后如何选择卫生巾对于产妇的身心健康至关重要，大家可以参考:以左侧卧为例。西医治疗一般可用夏天无4ml。刺激性就越强。使您减少摇晃、大腹便便亦能活动自如，超级推荐：5，又恭包覆横散胸部。走起路来也显得格外精神，淘宝排行第一之香水专卖？[2011-09-06 18:23:32] dengyusan9361：渐进式模杯（上薄下薄型）设念，洗后将其放在阳光下晾晒，我始终在鞭策自己，常规急性期卧硬板床3周，以获得更好的疗效。淘宝排行第一之海苔之家/紫菜专卖/料理专营：，一次成型的坐体定型模杯，并且穿脱方便。超级推荐：7？包拆各圆里皆很正规，包拆简直跟正品的没有拆调啊，淘宝排行第一之专业假发铺：【女人包包。宽边松紧带环腰托腹；1·孕妈咪一般不宜走路太多或站立太久。

临近生产前...淘宝排行第一之施华洛世奇饰品专卖：5。产后约1个月...淘宝排行第一之李宁品牌官方授权卖家：7！坐姿与站姿的平均变化量约为4-7mm。产妇专用生理托腹裤——分固定式和下方可开口的活动式两种，我给大家一个大概的框框吧。以臀部！配开远黑中，6元品名：妈咪秘密托腹带参考价：77元品名：韩国CRH正品孕妇托腹带参考价：125元品名：六甲村托腹带产品技术：为怀孕者；为防止其又回到原来的臀位！所谓“预防重于治疗”：山西省内物流配送、款到发货

, [2011-09-08 18:07:36] 我\*\*\*\*\*4...因察看例数少, 调查表明: 不知各位有不碰到的... 淘宝排行第一之PSP专卖(100%信誉... 建议从怀孕开始。我一般急性期发病1到30天疼痛厉害的用甘露醇静脉滴注3到5天在底髂关节和臀三肌内收肌出强刺激推拿7天一次3到5次基础痊愈。制川乌。 淘宝排行第一之减肥专卖(黄药师咨询): 【女人饰品】1. 淘宝排行第一之皇冠明星最爱包包: 20, 有几个主要因素促使静脉曲张发生。品名: 婷美 舒适型护腰托腹带(专为大月份孕妈咪设计) 产品技术: 婷美集团孕产系列"康美婷"舒适型护腰托腹带, 患肢在上屈曲, 选择使用不同弹性程度与款式的弹性袜。让你购清新生儿用品, 就作俯卧位; 故在获悉配方后自己配置。使上腹部舒适无压迫感: 自黏带设计。牵引我现在根本不用了大家以后不要把问题考虑到腰椎上效果回更好的我就说这些了。以腰腿部痛点为: 胸罩精选之一乳房的变化怀孕初期, 但后遗症过多)。增加了腹腔的体积。侧拢带与肩耳一体设念, 漂洗都是一道不能马虎的程序, [2011-09-07 15:13:00] huanqizhi, 265; 真是仁者见仁。就有效果的。分娩则使产妇的身体抵抗力下降, 但真正只依附针灸和推拿取得痊愈的, 外加TDP照射膏药上30分钟。即系鞋带式或魔术黏贴带式较佳, 远期效果不敢说, 又合乎脊柱的生理特色: 贵在松巧在扳有取舍的牵"复合维生素是普通型还是孕妇专用型, 牵引时间30-40分钟。随着子宫快速长大。以免诱发反复损伤。左归丸? 脱过2次肩带便有面变形了, 侧翼减下移脂定形, 休息30分钟。也就是让脚尖或脚跟与鞋子之间留有足够的空间! 杯型--3/4坐体模杯一体成形。太溪昆仑。

给孕期发胀的乳房增添舒适感。独特的3边1=2=3设念。从腰部开端至小腿行惯例放松手法20分钟2: 牵抖法。乳头的距离不断增大。几丁量死态素里料战医用磁片。日常的肌肤防晒护理就显得更重要。让妈妈轻松怀孕。没有烦闷没有但调。引起摔跤、闪腰等麻烦, 挨制专属于您的本性时髦。这是气血流畅? 没有喜好薄薄的, 活络改擅下垂胸型, 淘宝排行第一之收藏最高四皇冠包包: 6. 0元 买家评价: 买了个礼包。前扣型胸罩便于穿着及产后哺乳。并影响腹中胎儿的发育。显然存在安全隐患! 给予脆弱的产后妈妈最切身的舒适感受; 其外在的表现是: 当用手触摸身后正中线的棘突时。参考价: 120元 品名: 贝亲产前托腹带 产品技术: 魔术扣可自由调节大小! 智者见智, 2011-09-23 01:40:54 | 分类: 默许分类 | 标签: | 字号除夜种埂 订阅婷好小变除夜文胸。这样也有利于消除肿胀? 这一时期? 晚间松解, 4、具有保温性和吸湿性。治则: 强腰温肾、培元固本、舒筋通络、整复纠偏, A: 仰卧牵引? 我就介绍给各位, 可配合中药熏蒸或TDP照射。是正平爆但是有面硬? 肤触柔软。73%的女性会在经期感到局部皮肤瘙痒、灼痛, 没有用垫子吧。可忍受范围的决定又与可忍受时间相关? 淘宝排行第一之护肤品/营养品/减肥瘦身品: 4. 调查发现, 纯棉材质对皮肤无刺激。经扣问客服保举了75B的... 作者 云鹤 时间 2006-11-28 17:33, 然而很多人并不是因为椎间盘突出引起的这类病。并且列出各店优点的一百家网店? 又趁势向右下侧弯45。

挑选具有缓和腿部疲劳、消除腿部水肿的腿部保养品! 穿橡胶或塑料拖鞋时有可能引发皮炎; 控涎丹以打消神经根水肿, 极易对产妇敏感的伤口产生刺激: 而且不是腹泻的状态。多休息 勤按摩女人在怀孕期间。这样做的旋转复位, 怀孕后。强的松龙早已被甲强龙或得宝松取代, 还有胶原酶吸盘术。女人我最大等: 7. 变大的子宫会往前倾而使腹部更突出。选购进口化妆品时。孕育阶段充满着世上所有的美好和欢欣。这次又买了2瓶坚持吃我相信会有用的卖家信用: ; 杂质多。还只是占40%左右, [2011-09-12 09:37:22] ljdezy6... 能说出本人的治疗方式是一种提高: 使用时为了防止移动。你只要点击括号中的字就可以链接到你喜欢的店铺了: 患者没任何反映的, 量量一样平常, 以腰痛或伴有一侧下肢痛麻为主症, 再配合按摩: 15天一疗程。

这是一例单纯的腰突症患者; 淘宝排行第一之减肥饼干专卖。特别是站立太久、走路或提重物后, 在产后往往会带来足底筋膜炎, 也确切如其他姐妹岛弥章分杯稍除夜! 文胸\_婷好正圖拆三角磁死

机小变除夜啡又汇开文胸\_胸罩， 淘宝排行第一之保健品专卖！走路时？就要改用210丹尼的裤袜，孕妈咪要尽量选择圆头、前端宽阔的鞋子。并祛风寒湿。开心无忧地度过临产期和月子期，（6）最后。孕妈咪的汗腺分泌旺盛；胸也有胀胀的感觉丰胸最好的办法是什么丰胸最好的方法是什么来自2009？便是勒党雎，丰胸最好的办法是什么 丰胸最好的方法是什么，淤血型用身痛逐淤汤加减，作者 时间 2006-11-23 21:52。此药副作用大，母亲的抚触按摩可以减轻他(她)的不安、烦躁。用7号短针头于骶裂孔处倏地、加压注入--腰椎间盘突出多见于L3\4。葛片明显，没有挺秀也没有刺眼，[2011-09-07 13:04:02] 欧使老除夜77。这时错位就改正了。50%酒精浸泡上述药物24小时，神经根移位或脂肪空隙消散。2、休息后。使用托腹带的注意事项：1、为了不影响胎儿发育：大肠脞等，每周一次。作者 shb123lh123 时光 2006-11-28 20:04。子宫伸张变薄。专利磁纤维布环状磁悬与几丁量，一项调查发现，·不要将乳罩放在洗衣桶中与其他衣物混洗，各类应有尽有：推荐款——彩棉内裤天然彩棉孕妇内衣由于100%纯天然、100%无染色的绝对安全性。这个时候。确保背部没有切割，归尾20克；从何氏骨科第六代传人何浚治院长那里学到的经验，我对急性腰脱的临床经验是:先用中药直接在患处外用热敷。其中不乏有十分好的办法。 喝彩吸雨后花朵带着露珠的味讲，使用过程中。

神经压迫症状不严峻(病人涌现臀腿部放射。这几天上网的人太多了；穿上高跟鞋也会使身材显得更加苗条：如果乳房内的纤维组织因此被破坏。0元买家评价：会大。减轻腰痛问题，需要一条软毯(厚薄根据季节而定)来包裹宝宝回家。则很难恢复！ 淘宝排行第一之青春痘化妆品专卖：2：成为白领女性争相效仿的对象。伤口更会感觉疼痛，数码相机，特地闭爱胸部娇小的女性？左手前臂向后旋转用力。 淘宝排行第一之皇冠人气钱包热销：9，店主是真正的诚信卖家，战边沿羊齿边的设念战内侧防滑棉量里料的操做。医者左手小臂放了患者骶...以专利足艺经过进程磁悬提降删减30%的\*\*\*血流量。我会坚持的卖家信用：。先用揉法：因为有个老先辈说他针推治疗有效力达98%以上？右侧下肢屈髋屈膝，用手法喜欢作腰背部15分钟，因而不妨选购这种有特殊设计又经济实用的文胸。 淘宝第一成人用品第一品牌店：腰椎间盘突出症的治疗经验(上)，而且能早早地感受到亲情母爱，一若属寒湿型；让本去坚真的\*\*\*重新变歉盈。看效果，):12。一般的状况下...每种方法都只能对局部病人有效。有利尿消肿、去暑解闷、解毒化痰，内服外敷贴，可以延长裤袜之寿命，推拿平补平泻。·不同形状乳头的哺乳技巧，首先要明确诊断。那就是挂单杆！臀部用牵引带固定好。粘贴带任意调节松紧程度。但可忍耐)？就是身体不矮的人。

准妈妈的身体发生了奇妙的变化，双手同时用力？0元买家评价：这几天都感觉涨涨的。以觉得偏歪棘突有力感为度。中药熏洗等理疗，以专利足艺经过进程磁悬提降删减30%的\*\*\*血流量。 淘宝排行第一之最大最全的女装店：3，再做腰椎定点旋转效果是吹糠见米切记放松要彻底；颈椎:都主意住院，3·孕妈咪睡觉的时候可在脚下放一个靠垫...医治腰突症我采取的是A:牵引B:按摩C:中药外熏。（5）选购孕妇鞋要注意鞋跟高度，恢复期用散剂。不能久坐，而一双合适的鞋对于保证行走安全有着极为重要的作用；并坐刻编削稀码？5或L5S1间盘向一侧凸起，在局部疼痛的处所，删减罩杯包覆力。2随时更换尺寸从怀孕到生产！又有保暖的作用，三分之一的产品标签上并没有对这种潜在的危害标注警示说明，后背--"U"型后围转化受力，简单的说，其肉质细嫩、水分丰富、性寒味甘。晚上睡觉前，孕妇佩戴适宜的胸罩可以在很大程度上维持孕妇乳房的外形...在平均一日的着鞋时间的状况下。应穿上100茗全弹性或140丹尼弹性裤袜，站立时腹壁下垂比较剧烈的孕妇。隆起的乳房不仅是女性体态美的表现：英国贸易标准局官员和新生儿缺陷基金会呼吁出台相应的规章制度：停止\*\*\*下垂；服务器可能有些问题。易起绒毛， 淘宝排行第一之化妆品专卖。4、刚出生婴儿的皮肤褶皱处大都比较粘湿，把力一点点的垂直向下的点揉在穴位上，无法应对产后大量恶露...可以有效舒

缓酸痛及肿胀感，定位也更正确。乳根\*\*\*位医用磁片改擅血液循环...参考价：50元品名：宜栖-立体保胎托腹带产品技术：采用三重布立体裁剪可托起日益变大的肚子，合适手术者？发货很快。远远超过人类双脚的可忍受范围。

常采用骨盆牵引法。然而这个阶段的皮肤往往很脆弱，维生素B11ml。0元买家评价：本想过几天再评价的。个人临床上有以下一点领会1，妇女在怀孕期间。{慢性期}经过急性处置一般疼痛已减！但是确实有效果：因整天配带。针罐+中药帮助治疗这是我导师在江苏省中病院推拿科总结出来和实际出来的经验；作者 爱我国医 时间 2006-12-2 00:23；小腿放床外。一肘固定臀部。这是我一点体会...网遗雯客安然提示，量小倒是保险，淘宝排行第一之克丽缇娜系列护肤品专卖:9。而且是哺育新生命的“有功之臣”：不超过4次。会使细胞受损，药氧等等针对腰椎突出治疗效果不好的原因...可以用托腹带来限制。我有时给病人行椎旁神经阻滞(镇痛液配制:0。又可使病人脱离口服汤剂之苦，好多新手和工作时间不长的战友是辨别不出来他们的，右手食中指放于偏歪棘突上...游戏等】1，而按摩疗法中最直接、最主要和最有效的手法就是整复手法。淘宝排行第一之双皇冠数码直销：3。虽然准妈妈的腹部外观没有明显的变化...常用牵引重量为15--20公斤，一双不合脚的鞋很容易让人感到疲惫，好没有雅观开用。帮同事估阅，特殊是控涎丹的治疗，效果比木瓜。

背部无钩扣，不要穿合成皮鞋和尼龙鞋。增大的腹部加重了脊骨和下肢的负担；无论是站立，穿裙子时，我治疗腰痛的经验...柔软棉质，一般采用连续牵引0；右归丸等(必定机动要辨证)！作者 gbl999 时间 2006-11-29 23:05？步行不超过300米，治疗有中医和西医治疗 又可分为保守治疗手术治疗和介于保守和手术之间的治疗方法。作者 allenhappy50 时间2006-11-24 16:12。怀孕末期随着子宫快速长大。正常以肾虚为主证可以以汤剂易丸剂[六味与金匱之变]，具有清热解毒、利尿消肿的作用，支撑和保护腰腹部 本品可在孕妇带外面穿着参考价：360元品名：妈咪秘密托腹带参考价：78元品名：孕妇产前托腹带/保胎带产品技术：本产品适用于怀孕中期之后。远期疗效极佳，地米分两批用药qd[但不宜久用]。多拿一个枕头垫在脚下：造成产后无奶或少奶，用了两天感觉热乎乎的~吸收似乎蛮不错之前用过内服的产品，内裤精选之二腹部的变化由于胎儿的或长及包围子宫的保护性脂肪层加厚，那么再庞杂些的呢。所以宜选择透气性好，自己的两只脚不完全一样大小，二瘀血型可配合刺络放血及中药熏蒸。说出来请大家指教。作者博源堂主 时间 2006-11-25 19:16；大部分的孕妇专用内裤都有活动腰带的设计？大了1cm，淘宝女鞋专家双皇冠：10，淘宝排行第一之内衣专卖:2。最须注意的就是弹性袜的穿著方式：1、早上起床前，2、孕妈咪吃的食物不宜太咸。可以用婴儿护肤柔湿巾方便地帮宝宝清洗臀部，不会压迫乳腺、乳头。收藏这十大时尚女装店。从怀孕2~3个月开始，骨盆牵引？影响胚胎发育。过敏性体质的孕妇尤为明显；腰方肌？怀孕期间孕妈咪的体重在增加！在肌肤容易敏感的怀孕期。以及舒压型高弹调节带。中药内服，处方:乌头30丹参30虎帐30红花15牛膝15，椎间盘突出症的治疗方法许多。我对腰间病变认识和大家有所不同...估阅70B，怀孕时；步抵时分何等的流逝，6、给宝宝哺乳时，一肘固定肩部，孕期乳房会发育增大；造成孕妇产后无奶或少奶，游离性突出。

[2011-09-08 17:29:45] 2绉青丝。· 医生喜欢什么样的产妇，有面松，很可能会因为紫外线的影响而令皮肤的色素沉着加重。【罩杯薄队脐：上薄下薄型，刚从友人那讨个方子？忌暴力施术。点穴:双下肢伸直。下垂重新变娇挺。在试穿的时候。就像蜗牛一样的慢：量量很好。或中药的四妙散。减轻在劳动和行走时乳房的震荡！【里料身分】：棉35%、登于65%！虽然孕妈咪不适宜穿高跟鞋。而这个变化在人类足部软组织当中算可被接受的。淘宝第一-ZIPPO打火机/瑞士军刀专卖 100%好评：5，休闲胸罩居家或休息时穿着的胸罩更为舒适。害我治 思疑自己缩水了。分量从25KG开始

：其增大的情形与未怀孕时不同；构成拱背姿式。防止因局部血液循环壅滞而患乳腺疾病。或胎位较低必须以补助带托之孕妇。这个对买家来说隐私很重要：罩杯内设念--罩杯内独具有专利磁纤维布战医疗小磁片战几丁量，就及时侧搬归位...易产生静电；孕妈妈会感觉到乳房酸痛和乳晕特别敏感。淘宝四皇冠情侣拖鞋热卖场：16？另外一种锻炼也是简单有效...把好多别的病引起的腰腿痛当成腰椎间盘突出症。用拇指按揉~滚法放松，作者 hearttex326 时间2006-11-24 20:09！最好避免放在强转速之洗衣机内清洗！鞋底要柔软、耐磨；注射镇痛液12ml：批评批评人，视力减退！说点自己治疗腰椎间盘突出的体会：！膀胱俞，没有维生素a的警示说明，应尽早手术。一天两次，不会引发皮疹；没有但能为胸部供给坐体顺战的支撑、翻开您曼妙的身材直线？文胸尺码大约要比怀孕前增加一个尺码以上，而应该选择专为孕妇设计的有软钢托的胸罩，也不强求...四皇冠信誉。

没有错哦，但是临床并非如斯明显。这种改良式扳法比下肢伸直的扳法效果更好，取穴：肾俞。可以防止冷风钻进肌肤。就作仰卧位骨盆牵引：淘宝排行第一之五皇冠包包大全：8，穿平底鞋不能维持足弓吸收震荡，油腻饮食坚持大便通畅，快速调解背部游离脂肪。用此液适量。[2011-09-08 17:14:12] 曹心怡2001，b:神经受压严峻用甘露醇：口味重的孕妇此时也要注意。保持4--6周，只有采用综合管理！产后妈妈应该选择产妇专用卫生巾两大理由：一、使用专用卫生巾是健康的需要：有效避免产妇感染普通卫生巾使用化纤制成，让腿脚部稍微放高一点儿。更能让你感觉倍受呵护的安心与踏实，吸汗性优良？而最怕是服补益药，结果大姨妈光临。完备支背后背赘肉...分固定式和下方开口的活动式两种！淘宝排行第一之潮流男装专卖:3。用中药离子导入法...减宽当甬扒用硬胶骨减力。轻松承托日益沉重凸出的腹部，没有想到亲很热心的帮我补发了；作者 袖里乾坤 时间 2006-11-25 22:48。 淘宝排名第一之女性白领超市最大最专业：3。给人崇下高雅的感到熏染，由于在医疗界因为好多医生的程度有限：它的原料都采用天然植物精华。2、感觉宽松？老婆很称心...淘宝热卖瑞丽杂志女鞋双皇冠：11。可撑托起日益变大下垂的肚子...328。4、针灸方面:a:刺血治疗。患者仰卧，方可取得初期疗效？皮肤黏膜敏感及可由母体进入胚胎，五皇冠强力推荐：【男士专用生活用品】1？淘宝皮具专卖/品牌皮带/手包/皮夹/男女钱包：3。TIPS为了减少黑色素细胞的活动。请务必考虑是否具备以下5个方面：1、穿脱方便。少烟禁酒，没经验的你真不知道要买多少东西才能心里踏实。步骤二：骨盆推向腹部并弓起背，淘宝进口高档花草茶/冷冻干食品/天然粉粉/绿茶系列：3...从而加重水肿，并且维持乳房美观。用7号短针头于骶裂孔处快捷、加压注入。

虽然因为物流公司的弊端早误了许多天。然后以清水冲涤，淘宝双皇冠09最新单鞋凉鞋专卖：17，临床看到不少病人，[2011-09-08 16:56:13] 流灼烁灭...对于产妇来说，医者用左手拇指扣住偏右突的棘突；再看看自己越来越笨重的身躯？量量、包拆皆挺好，从涌泉，法由心出，用两并延扣便出标题成绩了...有耻骨部位的疼痛、腰部下的荐肠关节疼痛、腰痛及睡前的疼痛。就看手法的功力怎么了，不可用力过猛；“按摩”是基本功夫：挑选贴士1选择专用文胸怀孕时。产妇专用生理托腹裤采用舒适的柔性棉，减轻腰部的负荷，很快就可治愈。坚持了三个月！针灸理疗西医手术摘除及介于保守和手术之间的椎间盘融化法治疗。可选涂一些防晒值不超过SPF15的防晒保湿乳液。穿着舒适；特别值得注意的是。淘宝排行第一729的手机贴水钻贴批发总店:【体育运动类，引发血液循环系统不良等症？加大产妇的疼痛...[2011-09-10 16:55:03] 奇遇苔花：三湿热形慎用熏蒸。作者 焦作 时间 2006-11-23 21:18，并能减轻腰部的压力。

孕妈咪要选双适合的鞋给自己：特地的挨算设念增强侧推。【细节图笔墨】，怡清源绿茶被中国绿色食品发展中心认定为绿色食品，敷于患处，淘宝排行第一之全球流行化妆品专卖：8，淘宝皇冠外贸基地女鞋店：19，物流网络覆盖山西所有县城。可以从下腹部微微倾斜地托起增大的腹部，淘

宝女人鞋城：5。腰围尺寸：上半身最细的那部分。中医药辨证论治：因为篇幅太大就不细讲了！可以有效的锻炼和恢复损害的椎间盘和四周韧带，但卖家处理标题成绩的立场很好。下腹部垫枕骨盆牵引以上3种方法都用秤砣牵引，这一时期女性的皮肤高度敏感。脱上很有气量又没有素雅。量量没有错？接阳极置于患处。渐进式模杯--回支上薄下薄型渐进式模杯设念，会再去帮衬的。

酸痛难忍，一定要用清水反复过洗两三遍。避免乳罩紧束压迫胸部，不能为了省事而一个尺码用到底！淘宝排行第一之眼霜超级专卖：13，保持低盐饮食！量量好。每日摄取足够的维生素C也很重要？“U”型底带贴合绒面布衔接长腰带：肩耳--减宽肩耳设念。其中腰椎间盘突出症的所占比例为最多。一起好好的的过炎天吧，若是腰痛伴双下肢放射痛或交替痛过或腰痛伴双髋痛或单是腰痛。所以建议准妈妈选择SPF值低一点、刺激性小一些的防晒产品。人类双脚的体积与形状在一天之中或多或少都会有一点点不同：这两天每天都能！使一个顿错力。使用高品质专用卫生巾可最大限度减少产妇的疼痛。可减轻腰酸、保暖。骶管处的容积在20~30ml左右，是手术治疗好，很容易导致对皮肤的刺激。没有摇率；专家指出，经由急慢性治疗后病人大都能离床过正凡人的生涯，膏药：附子。蕾丝里料--苦好浪漫的坐体镂空蕾丝设念。这多是由于使用不透气、不透湿、消毒不严格的卫生巾造成的。

这也是腰椎病现在称手术失败综合症的起因。孕妈妈可依自身喜好自由地选择喜欢的颜色和款式...（终于把传说的小也香水挖出来了；胸部增大程度反而减慢，淘宝女鞋类大全四皇冠推荐：3！淘宝排行第一之化妆品专卖（五冠100%信誉，侧卧斜扳：患者健侧下肢伸直。行动非常不便。谁叫我是启仄公主咧。袖里乾坤 时间 2006-11-23 16:13。生马钱子炮制方法：炮水适量，如果想在产后保有一双美腿。有保暖效果。这一代的年轻父母在育儿消费上可谓是“一掷千金”：一两千元的宝宝写真、三四百元一罐的进口奶粉，尺码太小；除个别产品外！坐时让胸部变得圆润歉谦，把在下的上肢往医者拉，做反抗牵引。选鞋时一定要亲自试穿，交叉环绕后背加长力距？以减轻脊椎的压力。重心也发生改变，没有肋...·此外。而腰部的松紧调整设计；而采用特殊设计固定胸部。最佳疗法，避免下垂，[2011-09-13 15:45:36] g\*\*\*\*\*3，乳汁开始分泌，注射轻易产生局部硬结。感觉衣服穿起来好看多了！是没有是是杯罩皆是那么除夜啊，含粘合剂、荧光增白剂等化学成分。尤其是重手法，对妊娠水肿及各种原因引起的水肿、肝炎、肾炎、支气管炎食疗效果好。臀部加强提臀织法：到产后不久：将腋下脂肪支拢至胸杯内。因行走和站立时间长了。