

## 返老还童之“再挺”双峰

“生完宝宝的哺乳期,我的乳房变得很大。可哺乳过后,乳房就开始慢慢收缩,现在还有点下垂,摸上去软软塌塌的感觉,像是皮肉分家。”

——丁丁妈

# 下垂? 萎缩? 干瘪? 你的第二张脸提前衰老了?

女性乳房从10岁左右开始发育,慢慢变大,在产后哺乳期变得最大,哺乳过后开始慢慢收缩,出现下垂,中老年时萎缩下垂得更厉害。“30岁以后,人体开始整体衰老,乳房萎缩下垂也是人体衰老的表现之一。乳房的大小,激素在起作用,40岁以后的女性,特别是停经的女性,激素水平下降,乳房腺

体萎缩加快,但乳房皮肤不受激素水平影响,乳房下垂比较严重。”美胸专家告诉记者,乳房仅由脂肪和结缔组织构成,缺少肌肉组织的支撑,所以要长时间维持年轻时的丰满挺是很不容易的,这就要求女性朋友自己不断地保养和护理。

所以,女性到了25岁之后,就应该做一些胸部保

护,而更年期的女性更不应因年龄问题而疏于乳房的保养。因为这时,女性的卵巢功能逐渐退化,月经逐渐从不规律到停止,雌激素水平降低,内分泌紊乱,乳房内部结构也随之发生了相应的变化:有的乳房虽因脂肪沉积而外观肥大,但其腺体普遍萎缩,失去弹性;有的乳房变得松软、干瘪。

## 中西结合—— 57岁的年纪 35岁的双峰

近日,小记听说一位“牛”阿姨保养胸部相当得法。这位“牛”阿姨姓张,今年57岁,已经绝经三四年了,胸部还跟35岁的人一样圆润、饱满。原来,她在服用医院开的补充雌激素的药物外,还一直坚持在紫颖做丰胸疗程,通过紫颖天使丰胸技法与中国传统的中医经络点穴完美地结合,达到完美的丰胸效果。

### STEP BY STEP

**Step1 开背:**抹上凉凉的按摩膏,循着膀胱经不断来回地按摩,通过在背部指压穴位,把血液引流到胸部,刺激乳房周围自律神经(即提高交感神经和副交感神经)的兴奋性,将血液中的各种营养输送到乳腺;同时将背部多余脂肪往胸前不断推送。

**Step2 点穴+经络调理:**在身体的各个穴位上以适中的力度点下去,特别是与胸部密切相关的几大穴位,如膻中穴、乳根穴;同时疏通脾经、肝经、肾经等经络,改善肝、肾、脾、胃的功能,提高乳房组织对自身激素的敏感性。

**Step3 胸部按摩:**运用独特的紫颖天使丰胸技法对乳房进行理性互动按摩,促进血液循环和女性荷尔蒙的分泌,使胸部脂

肪细胞吸收营养,同时改善胸部肌肉的营养供应,提高胸部肌肉的张力、收缩力、耐力和弹性。

**Step4 上丰盈仪器:**通过丰盈仪器对胸部进行再按摩,并深入到人的手法所不能到达的深层,同时通过吸引,防止乳房外扩、下垂,达到塑形的目的。

**Step5 胸膜:**最后敷上植物型的营养胸膜,给乳房补充营养。美胸师说,当人体内部营养供给不够时,就需要我们从外部给它“施肥”。

### »温馨提示

1、怀孕或产后哺乳期,别过度补充营养造成肥胖,使乳房变得更大,哺乳过后收缩或减肥,会加剧乳房萎缩。

2、用避孕药让乳房变丰满的做法不可取。避孕药的主要成分是雌激素和孕激素,长期服用会打乱内分泌平衡,胸部变大变挺不会维持多久。

3、若你想体验紫颖美胸专业手法,目前紫颖正推出八周年五折礼献活动,还有免费大礼。



## 返老还童之“卸掉”游泳圈

“我觉得这两年新陈代谢缓慢了,吃一点就胖,而且就胖在腰腹部这块,很难减,人总是觉得疲劳,这是不是说明我衰老啦?以前不是这样的!”

——闲九

# 腰腹部怎么 一吃就圆呢?

腰腹部比胸围还大?!专家表示,女性随着年龄增长,性腺功能减退,雌激素分泌减少,而肾上腺皮质功能代偿性亢进,糖皮质激素分泌增多,促进脂肪吸收和储存,大量堆积在肩背部、腹部和臀部。要解决“一吃就胖”,一是合理饮食,二是适当运动。只要坚持、合理,就能收到较好的效果,但如果你已经胖了,就得额外采取一些措施来补救了。

## 50岁已绝经半年 可做减肥时又来例假了

不知何时起,王女士发现自己穿衣服再也没了以前的S曲线,50岁的她抱着试一试的心态来到崔大夫美容机构,彼时,她已经绝经半年了。而到了第六次的时候,她忽然惊喜地发现,自己又来例假了,咨询以后才知道,原来崔大夫的内分泌调理疗程,不仅能够减肥,而且还能调整人体的内分泌,促进女性激素水平和荷尔蒙分泌水平的均衡。

### STEP BY STEP

**Step1 按摩:**通过按摩,增加肠蠕动,促进人体代谢,帮助宿便排泄(正常人的宿便达10斤以上);同时打散脂肪,使其结构疏松。不过按摩的时间不宜过长,否则容易造成皮肤松弛。

**Step2 点穴、手法塑形:**通过中医点穴,调理人体脾胃,加速体内新陈代谢,接着配合专业手法,给身体游离的脂肪“排排坐”。

**Step3 拔韩方火罐:**这一步是崔大夫“内分泌调理疗程”的关键点。通过五行火罐疏通经络,将人体阴阳、代谢调理到正常水平,达到消脂、塑形、养生的效果。根据各阶段身体的调理情况,拔火罐的穴位会随之不断变化。

### »温馨提示

1、吃完饭后不要立即坐下或躺卧,最好能保持站立姿势,可以选择散步或整理一些东西。因为饭后30分钟内,如果保持不动的状态,最容易形成腹部脂肪。

2、走路时要抬头挺胸、摆动手臂,不仅能消耗更多的能量,看起来也格外有精神。摇摇呼啦圈或随时做一做仰卧起坐、伸伸懒腰,都能逐渐消除腹部脂肪,且使腹肌日益结实而不再再堆积脂肪。

3、崔大夫目前推出夏季特惠199元速瘦卡,含减肥和内分泌调理课程。



La Zéphire 紫颖  
美胸·纤体专业连锁机构  
http://www.ziying.com.cn

# 5折礼献 八周年

丰盈紧实  
只需8天

## 关爱女性 感恩呵护

保养乳腺组织的系统循环周期,调节荷尔蒙激素、孕激素的分泌;增进乳房健康,提高乳房组织免疫力,改善及预防乳房诸多疾病。针对胸部进行全面调节与修复,让您的美与健康尽情流露,展现自我非凡魅力,真正做到“外在的魅力轻松享受,内在的健康简单拥有。”

只需电话预约即可享受  
免费专业丰胸咨询  
+专家乳腺检测  
+居家美胸护理指导

- 知名专业机构, 10年行业领先
- 3-8厘米增大, 签约保证
- 非手术
- 自然健康
- 最新第5代丰胸技法, 更快速, 更持久!
- 一对一专业咨询及服务
- 非药物
- 安全有效

诚聘美容美体师、保洁员

苏宁银河店: 山西路1号苏宁银河购物中心3层 Tel: 83270327 83270337 南京金鹰店: 汉中路89号金鹰国际商城34层B座 Tel: 84730818 84730828