

穿錯胸圍大件事

Q 想胸部豐滿些,帶個 push-up bra 不就可以嗎？

A 很多女士為了穿衣更好看，令乳房變得豐滿，不惜在胸圍上做手腳，包括加入厚墊托高、夾緊、有些還激到用膠紙對角拉緊，好讓事業線突顯，縱使無加工的，那些原裝鋼圈也足以致命。

穿錯胸圍不但難以達到美的效果，還會出現不同程度的疼痛、瘀傷、肩頸僵硬、手麻痺、脊退化、皮膚過敏、色素沉著甚至造成腫塊。況且，必需清楚知道，要提升胸部線條，對抗衰老與地心吸力，並不是靠鋼圈作出假象，要靠，就靠自己的肌肉、彈性蛋白、纖維、皮膚與軟組織，這才是真確的道理。

想獲得豐富且有彈性的的胸部線條，可以試試以下方法。

一、按壓穴位：

膻中穴、乳根穴和天溪穴，對乳房發育有重要作用。每日兩次，每次三十壓。

膻中穴：胸圍平行線上的中心點，正對到胸骨上的位置。

乳根穴：雙乳中心點向下，乳房根部的正下方處，一邊一個。

天溪穴：位於乳頭向外延長線上，將手的虎口張開，正對乳房四指托住，拇指對着乳房外側兩處（第四五肋間）即是天溪穴。

二、頻率電磁療：在胸部表面使用頻率電磁療，導入骨膠蛋白原液，提升胸部彈性之餘，同時美化胸圍的曲線，有效中和體內酸性，是無侵害性的能量美胸方法，能獲得即時提升的效果。

最後，不反對佩戴胸圍，選擇全棉，輕薄柔軟無細圈及合身的就是了。