

funfun78780 / July 16, 2015 05:08PM

產後肌膚護理不馬虎 媽咪寶貝產後護理之家協助您找回水嫩肌膚

媽咪從妊娠第一天開始，為了讓子宮成為穩定孕育胎兒的環境，體內的荷爾蒙機制開始變化，促使雌激素和黃體素的分泌濃度提高，自然會影響到原有的平衡狀態，此外媽咪於懷孕期間為了預防保養品成分可能間接影響到胎兒，也會適時調動保養程序，以上原因都可能使部分孕媽咪的肌膚產生某些症狀。

專業醫師表示孕媽咪從懷孕到分娩，過程中難免會經歷皮膚暗沉甚至出現孕斑、妊娠中線、乳暈加深、痣的顏色變深、皮膚長痘、毛孔粗大、妊娠紋、搔癢症和掉髮危機等等；由於每位孕媽咪的身體狀況不同，遇到的問題也不一樣，但只要產後坐月子時透過均衡食補以及充分的休養，便可改善因為生產所造成的老化問題。

面臨這些產後可能出現的肌膚狀況，多數在一段時間後，等體內的內分泌系統趨於穩定，就會慢慢恢復到健康狀態，其中產後坐月子食補相當重要，按部就班地進行調理，促使身體機能漸漸恢復。媽咪寶貝產後護理之家專業團隊表示，本月子中心餐點均由專業廚師與營養師調配製作，產後母親所需營養及熱量皆經過精準計算，不必擔憂吸收過多養分而成為身體負擔，月子中心菜單變化多元，多樣化菜色不僅增加食慾也滿足媽媽們味蕾且不易吃膩

若想要恢復皮膚水嫩，建議可以多攝取五穀類、肉類、魚類、奶類、蛋都是富含維生素B群的食物，幫助促進代謝及循環，亦有助體力恢復，透過媽咪寶貝產後護理之家專業團隊以專業謹慎的態度解決媽媽對新生寶寶照顧的憂慮與恐懼，使產後媽咪於坐月子期間獲得充足的休養時間，藉此也可以使肌膚盡速恢復產前水嫩感。

媽咪寶貝產後護理之家 坐月子 月子中心 產後護理之家 板橋

♥媽咪寶貝產後護理之家地址：新北市板橋區重慶路262號5F

♥媽咪寶貝產後護理之家電話：02-8953-5488

♥媽咪寶貝產後護理之家官網：<http://www.mamibabylove.com.tw/front/bin/home.phtml>

♥媽咪寶貝產後護理之家粉絲團：<http://goo.gl/pwkL3l>

♥媽咪寶貝產後護理之家部落格：<http://mamibaby89535488.pixnet.net/blog>