

产后恢复——每位妈妈的健康投资

倾佰丽

步源堂®战略支持

近年来,随着我国母婴健康事业的飞速发展,产后恢复已逐渐成为女性健康管理的重要环节。根据党的十九大报告中提出的“健康中国战略”,以及《“健康中国2030”规划纲要》的相关指引,国家明确指出了加强妇幼健康服务,推动生殖健康的全面发展。作为生殖健康的重要组成部分,产后恢复正日益受到社会的广泛关注和重视。



1. 盆底肌问题——放任不管,后果严重;科学恢复,效果立竿见影

分娩,尤其是顺产,常常对盆底肌造成不同程度的拉伸或撕裂,导致盆底肌功能障碍。研究表明,约6%~31%的产妇可能会发生产后尿失禁,而没有得到及时有效的治疗,这些问题可能伴随一生,甚至影响到未来的生育能力和性生活质量。而如果通过产后恢复进行盆底肌修复,漏尿和脱垂等问题能够得到有效预防和改善。

2. 体形变化——不做恢复,恢复更难;产后恢复,重拾自信

不少妈妈在分娩后,面对体形变化和体重管理的困扰,难以适应自己的新身体。腹部肌肉松弛、腹直肌分离等问题若得不到及时修复,甚至会导致腰背疼痛等问题,影响到日常生活和育儿。但如果进行科学的产后体形恢复,不仅可以恢复腹部肌肉的紧致,还能有效塑造健康、美丽的身材,重拾孕前自信,拥有更好的生活质量。

3. 产后腰背疼痛——忽视恢复,疼痛困扰;恢复训练,舒缓轻松

产后腰背疼痛,尤其是哺乳期的不当姿势导致的肩颈疼痛,几乎是每个妈妈的“必修课”。如果不进行有效的产后恢复,腰背疼痛将会加剧,严重时甚至影响到育儿和日常生活的正常进行。通过专业的产后恢复训练,腰背疼痛能得到缓解,妈妈们的身体状态得以改善,日常育儿也不再是身体负担。

4. 产后情绪问题——无助焦虑,无法自拔;科学产康,重拾快乐

产后身体的变化可能让许多妈妈感到不适或对自己的形体感到不自信,这种心理压力常常引发情绪波动。随着激素水平的波动和育儿压力的增加,部分妈妈可能会经历情绪低落或焦虑。科学的产后恢复,帮助妈妈们更好地恢复身体健康,提升生活质量,帮助她们重新找回自信与美丽。

3 如何选择适合自己的产后恢复方案?

产后恢复是多学科密切合作的过程,服务团队需要具备丰富的医学知识和技能。然而,目前市场上部分产后恢复服务存在一些问题:服务设备不完善、服务缺乏规范性,以及服务水平参差不齐,甚至有的可能会对产妇造成二次伤害。因此,选择一个专业、规范、设备齐全的产后恢复机构尤为重要,以确保产妇能够获得科学、安全的恢复支持。

倾佰丽产康项目采用多岗位协同服务模式,所有产康师都经过专业培训并持证上岗,从专业角度为每位宝妈提供全过程评估,量身定制个性化恢复方案,帮助她们全面恢复健康、调整体态。

技术支持

徒手正骨,恢复骨盆健康

倾佰丽主打于徒手正骨,由专业正骨师徒手矫正骨盆位置,改善骨盆倾斜,预防脏器移位及产后漏尿、子宫脱垂等问题。通过改善骨盆区域的血液循环,缓解疼痛,促进韧带、肌肉的恢复,帮助骨盆结构和功能恢复正常。

个性化护理

精准手法,全方位修复

产康师凭借专业手法,针对宝妈身体不同部位提供个性化护理,并配套选用相应的产后恢复方案,给予宝妈全方位贴心的照顾。这些方案不仅关注骨盆等九大身体部位,还特别考虑到宝妈的私密护理需求,真正做到精准、贴身的服务。

科技助力

先进设备,助力产后恢复

倾佰丽选择医院同品牌仪器,南京麦澜德的产后康复仪用于盆底肌、腹直肌的恢复,更科学更专业地为宝妈提供产后恢复。同时倾佰丽还选择多款髓骨仪、排酸毯等针对不同部位的产后恢复设备,提升产后妈妈的身体恢复。

专业产品

内外兼修,全面呵护健康

倾佰丽研发了专用的植物提取护理产品,包括开穴放松筋膜的药液、调理疏通经络的药油、持久固型的药膏等。同时,倾佰丽还研发了胶原蛋白肽等内服营养品,与外用产品搭配使用,帮助宝妈全方位恢复健康。这些产品均通过药监局备案,确保母婴安全,可以放心使用。

产后恢复,不仅是恢复身体健康的方法,更是妈妈们重拾健康、自信与幸福的必经之路。倾佰丽产康项目始终秉承为新一代宝妈量身定制服务的理念,全面关注身体、心理和情感的多重关怀。2024年7月,十月馨·倾佰丽产康项目与著名影星赵文琪成功签约,开启了品牌代言的新探索,进一步提升了倾佰丽在产后恢复领域的影响力与专业性。

未来,倾佰丽将继续创新与优化,为更多宝妈提供科学、安全、个性化的产后恢复服务,帮助她们实现身体与心灵的全面恢复,迈向更健康、更自信的生活。选择倾佰丽,与明星同行,让产后恢复更专业、更贴心。

(步源堂乳业)

1 产后恢复:开启女性健康管理新篇章

科学研究显示,产后恢复不良可能导致一系列健康问题,严重影响女性的生活质量。数据显示,产后约30%的女性可能会面临盆腔器官脱垂,6%-31%的产妇会发生产后尿失禁,近50%的哺乳期妈妈体重会滞留。此外,产后抑郁和焦虑等心理健康问题影响着15%-20%的产妇,亟需得到专业的恢复护理。

随着对产后恢复认识的逐步提升,母婴健康行业的专业化、细分化需求也日益增长,产后恢复不仅仅是恢复体形的过程,更是保障女性健康、提高生活质量的关键环节。产后恢复,是指在产后通过科学的护理和治疗,帮助女性恢复身体机能,修复因妊娠和分娩所产生的各种身体损伤,恢复体形,预防和治疗产后常见问题。它不仅是物理层面的修复,也包括心理层面的支持,帮助妈妈们顺利过渡到育儿期,重拾健康与自信。产后恢复,已经成为每位妈妈重拾健康与自信的必修课。

2 为什么产后恢复至关重要?

产后恢复是每位妈妈必须面对的挑战,而这个过程直接关系到她们未来的身体健康和生活质量。许多妈妈在经历了分娩后,只关注了宝宝的成长,而忽视了自身的恢复。实际上,产后身体恢复得好坏,将深刻影响妈妈们的健康状况、情绪管理和生活质量。通过产后恢复,妈妈们能够有效预防并解决这些问题,重拾健康与自信,若不重视产后恢复,往往会导致健康隐患不断积累。