Автор: admin
14.03.2014 14:20 -

Как реагировать на то, что грудь с возрастом обвисает?

Грудь для женщины – одна из самых важных частей тела, которая требует должного ухода. Женская грудь – это достоинство, источник вдохновений и мужская слабость. С размером груди связаны многие сомнения и страхи женщины. Мы переживаем по поводу ее внешнего вида, по поводу того, что может случиться с грудью после родов.

Девушки, помните, что размер груди – это личное дело вкуса каждого мужчины, также не следует забывать о том, насколько важным является форма груди. Для того чтоб грудь была в идеальной форме и не обвисала, следует соблюдать правила ухода за ней.

Существует несколько заблуждений, по поводу того, что можно увеличить размер груди некоторыми действиями. Продукты питания, которые мы употребляем, никак не влияют на размер груди. Спортивными упражнениями невозможно увеличить размер груди, так как в груди нет мышц, поэтому, тренируя мышцы грудной клетки, вы не добьетесь желаемого эффекта.

Массаж, сжатия, носит или нет женщина бюстгальтер – все это не дает никаких изменений касающихся именно размера груди.
На размер женской груди больше всего влияют гены. Объем окончательно прекращает формироваться после беременности. На размере груди может сказаться резкое увеличение или уменьшение массы тела, при этом чаще всего меняется форма груди. Во время кормления и беременности грудь может увеличиться в несколько раз, однако после периода лактации она возвращается в свою прежнюю форму.

При приеме противозачаточных таблеток у некоторых женщин замечается увеличение груди, это побочный эффект эстрогена, содержащегося в противозачаточных таблетках.

Единственный проверенный способ для увеличения груди – это хирургическое вмешательство, пластическая операция, однако такой метод крайне опасен для женщины и может повлиять на способность кормить грудью. Пластическую операцию можно делать уже рожавшей женщине.

Как же бороться с провисанием груди и почему оно приходит так быстро и неожиданно? На самом деле из-за того, что в груди нет мышц, а есть только связки, которые под воздействием времени теряют эластичность, и происходит провисание груди. Этот процесс касается всех женщин, имеющих грудь среднего и большого размера. К сожалению, замедлить этот процесс практически невозможно, так как на него, прежде всего, влияет генетика, а уж потом образ жизни женщины и ее отношение к спорту.

Существует противоречивое мнение, касающееся ношения бюстгальтера. Мнение о том, что при его ношении грудь не обвисает, как считают некоторые, ошибочно, так как если грудь находится в бюстгальтере без движения, то это только способствует атрофированию связок, потому что они не работают. К сожалению, экспериментов на эту тему было проведено крайне мало, но все же они подтверждают данную теорию.

Конечно, упругая твердая грудь – это красиво. Однако небезопасно, так как она более плотная, значит, содержит большое количество связок и соединительной ткани, а это увеличивает риск раковых заболеваний. Ведь женщины с ранним климаксом меньше подвержены риску раковых заболеваний чем, те, у кого климакс наступает позже, так как твердая ткань молочной железы исчезает и остается мягкая.

Провисание груди – это естественный процесс и неизбежный процесс для женского организма, который приходит с возрастом. Девушки, помните о том, что красота – это далеко не всегда здоровье. Относитесь к себе бережно и с любовью. И вы всегда будете выглядеть привлекательно!

Автор - **Алина Наркелюк**
Источник