

# 女人常跷二郎腿的危害



## 易引起阴道炎、痛经加重

女性跷二郎腿会导致局部温度升高,这样在会阴处形成温暖潮湿的环境,可引起致病菌大量繁殖,从而引起外阴炎或者阴道炎。久跷二郎腿,容易造成盆腔内气血循环不畅,引起附件发炎,如果病原体经生殖道上行感染并扩散,有可能影响整个盆腔。另外,有痛经史者,久跷二郎腿还可能加重痛经。

## 导致脊椎出现变形

正常的脊椎是直的,从侧面上是呈现S形状的,那么长期跷二郎腿会让脊椎形成C字形,脊椎严重受到压迫,在受力不均匀的情况下,就会出现变形的现象,严重的话还会出现腰椎间盘突出症。跷二郎腿虽然不会马上让你的身体出现一些疾病,但是长期这样下去,到老年时期,很多症状就会出现,例如骨关节炎等。

## 引发大脑和心脏供血不足

长时间跷二郎腿,血液不能上下顺畅地流通,循环过慢就会引发大脑和心脏供血不足,从而

出现高血压、心脏病等症状。

## 导致腰痛

专家介绍,腰痛是久坐的上班族女性中最常见的一种疾病。由于她们上班时喜欢跷二郎腿,这样极易造成腰椎与胸椎压力分

布不均,引起脊柱变形,有的则会导致腰椎间盘突出,形成慢性腰背痛。有专家认为,经常跷二郎腿,还是加重颈椎病、腰肌劳损的重要原因之一。

(据《新浪健康网》)

>>>链接

## 跷二郎腿影响男人生殖健康

对于男性来讲,跷二郎腿导致的局部温度上升确实可能影响生殖健康。精子生存的最适宜温度为35摄氏度左右,低于腹腔内部温度(37摄氏度~38摄氏度),这也是人类的阴囊之所以悬挂于腹腔之外的原因。当温度升高到37摄氏度~38摄氏度时,精子的活力会大大降低,甚至可能导致不育症。先天性隐睾症(睾丸停留在腹腔,未下降至阴囊)患者不育也正是因为如此。

另外,跷二郎腿可能会对前列腺造成不良影响,导致前列腺炎。前列腺所分泌的前列腺液是精液中的主要成分。正常分泌的前列腺液对保障精子活性和授精能力非常重要。如果长时间跷二郎腿,会阴部的压力增加,前列腺的血液运行受到明显影响,分泌功能会下降;同时阴部、尿道口部位的温度增高,有利于细菌繁殖,逆行性感染前列腺,从而发生前列腺炎。(据《新浪健康网》)

## 男人精液对女性有什么好处

男人精液中有一种不明物质,对于女人精神、情绪、容颜和对疾病的抵抗力的改善起着决定性作用。

### 促进女性生殖健康

雌激素能够使女性保持良好的血液循环系统的结构和功能,性生活有规律的女性,雌激素水平比偶尔同房性要高得多。从而使卵巢的生理功能加强,月经正常,还可推迟更年期,而且每一次性爱都会使阴部分泌物增加,防止阴道黏膜干燥。

### 减缓衰老

女性在35岁左右,骨骼开始疏松,性爱可以调节胆固醇,保持骨骼的密度,减缓骨质疏松。使整个人看上去步态轻盈,身体的灵活性也强。

### 让男性更强壮

健康适度的性生活,可使男性的睾丸酮分泌量增多,使男性的肌肉更发达,体重增加,提高了骨髓造血功能,而且还能减少体内脂肪的积存。

### 有利于消除失眠

所有人都渴望有个深沉、甜美的睡眠,但是各种各样的原因导致的失眠,经常困扰着大家。特别是女性,更容易失眠。而当经历一次和谐的性生活后,紧张激动的身体开始放松,肌肉也在满足之后的疲倦中得以舒展,睡意自然而然地袭来,有助于消除失眠症。而且性生活越是美满,事后也越容易入睡。

### 减轻经期前的综合征

女性在月经前的5~7天内,流入骨盆的血液增加,有可能引起肿胀和痉挛,导致腹胀或腹痛。而性生活时的肌肉收缩运动,能促使血液加速流出骨盆区,进入血液总循环,而减轻骨盆压力,从而减轻腹部不适。

### 减轻或是缓解疼痛症

性爱竟然同阿司匹林一样的功效,听起来似乎有点神乎其神。不过,大量的医疗机构的反馈,证实了性生活能刺激大脑中枢神经系统,分泌出一种叫胺多酚的化学物质,对减弱疼痛相当有效。

(据《99健康网》)

信阳新闻网 www.xynews.com.cn

信阳 2015 新闻网

触屏版

手机客户端 (Android/iOS)

拿出手机 快来扫一扫!