

乳房是养育下一代的重要关键，也是美丽的象征，而乳头是乳房的重要组成部分。这也会影响宝宝以后的母乳喂养。是的，乳头内陷的矫正不可小觑，但是乳头内陷可以用什么方法来矫正呢？

矫正乳头凹陷六大方法：选择合适尺寸的胸罩。避免或纠正系胸罩的坏习惯，尤其是青春期的女孩。如何拉伸：在乳房发育期间，每天早晚用手指轻轻地将内陷的乳头向外拉。负压法：用小瓶的粗端或注射器的外套，将乳头周围的组织深深压入乳头。文胸方法：穿上文胸后，将乳头从孔眼中拉出，并使其保持在可见的位置。注射器抽吸法：准备10ml塑料注射器，将注射器前端剪掉固定5-6分钟，每日1-2次。乳头提升器：可长期固定，可在日常生活和工作中佩戴。