

今天给各位分享y牙齿矫正有什么好处的知识，其中也会对牙齿矫正有什么好处进行解释，如果能碰巧解决你现在面临的问题，别忘了关注本站，现在开始吧！

本文目录

1. [女性子宫有哪些作用？](#)
2. [请问有什么好看的重生文的小说推荐一下？](#)
3. [有哪些好的手机app推荐？](#)
4. [BIOS升级有什么好处要怎么升级](#)
5. [l音发成y音了怎么办](#)

女性子宫有哪些作用？

大家都知道，子宫是孕育生命的摇篮。子宫也被赋予了极高的寓意、含义，孕育、生育、哺育、繁衍、生命，等等。足以证明子宫是有多么的重要，那么，子宫作为一个女性器官，到底还有什么作用呢？

第一部分：科普小知识！有必要科普一下，什么是子宫，希望广大男性朋友女性粉丝，能够学点小知识！

一、子宫概述

大家对于子宫这两个字并不陌生，但是很少有人能够说出子宫到底是什么。

首先，子宫是女性的内生殖器。

其实，子宫是一个位于女性盆腔正中的、厚壁、肌性的梨状器官，它的前方为膀胱，后方是直肠，由六条韧带固定在其位置。

子宫的主要功能是孕育胎儿，子宫由子宫体和颈部两大部分构成。

子宫颈在子宫的下部，向下突入阴道的上部，盆腔检查时候可以看到。

第二部分：回答问题，子宫有什么作用？

作为女性的重要生殖器官，子宫对于女性来言，以及对于人类而讲，都有着不可替代的作用。

1、最为重要的生殖器官

子宫是女性最重要的生殖器官，是产生月经和孕育生命的重要场所，是女性生殖系统的标志性器官。人类的存在与不断繁衍，都离不开子宫；女性为人母的重任，更是离不开子宫的作用。

总之来讲，子宫对于女性和人类来讲，至关重要！

2、孕育生命，人类繁衍必不可少

人类生命都是在子宫内着床长大出生的，子宫是人类的“生命之地”。

未孕前子宫的容量大约只有4-7毫升，受孕后至足月时，宫腔的内容物胎儿、羊水、胎盘等重量达到5000克以上，它的容积扩大了6000倍。

进入青春期的女性，子宫内膜出现周期性的脱落，形成规律性的月经。婚后，精子通过宫腔在输卵管与卵子结合受精；受孕后，受精卵子在子宫腔内种植、生长和发育。

3、内分泌的重要器官

子宫能分泌多种激素维持内分泌平衡，防止内分泌紊乱引起的其它疾病

研究发现，子宫除了为双侧卵巢提供血供维持卵巢功能外，本身还分泌多种激素比如前列腺素、泌乳素、胰岛素生长因子、松弛素、上皮生长因子、内皮素、细胞因子等，参与女性的内分泌功能，子宫具有不可替代的作用。

4、保护卵巢

子宫一旦破坏比如切除，对卵巢有着无法避免的损伤，对人体造成无法弥补的伤害。切除子宫后卵巢的血供减少了一半以上，同时卵巢失去了子宫的支撑，血液循环收到严重影响，卵巢的内分泌功能大大降低甚至衰竭。

5、月经功能

女性每月一次的月经来潮时女性健康的标志，同时也是女性新成代谢的重要组成部分，具有促进女性造血系统的更新、排除体内毒素等作用。

6、免疫功能

子宫还有免疫功能，一旦切除子宫，人体的免疫系统和功能将会有不同程度的破坏

。

7、盆地支撑功能

子宫位于盆底的膀胱和直肠之间，是内脏、膀胱和直肠的支撑物，维持盆腔内各脏器的正常位置。

8、性兴奋组成部分

子宫位于阴道的顶端，是参与性兴奋的重要组成部分。在性兴奋时候，子宫收缩提升，子宫颈也被动提升，使得阴道假唱，可增加性爱感觉；子宫颈在引导管壁充分润滑后会排出少量排卵型粘液，高潮期子宫肌肉节律性收缩，增加性舒适度。

听完这些，子宫你真的了解了吗？

请问有什么好看的重生文的小说推荐一下？

重生类的小说，也分很多种：有现代重生到古代，有本就是在古代重生，还有在古代两度重生，还有就是古代重生到现代，现代重生到现代。

每一种重生文，之所以让大家大呼过瘾，根本在于主人公，解下了曾经的观念与桎梏，重生后的目的单一而又绝对，且手握着超前的资源与信息。

所以，在面对着一群牛鬼蛇神的时候，才会手起刀落，势不可挡。

和大家分享一下，这两年追完的古代重生文，放心，都是完结本。

按作者——介绍：

一作者：侧耳听风

1：《病王绝宠毒妃》

女主是一位控蛊高手，男一号是位病入膏肓的王爷。在女主的救治下，这位腹黑的王爷，一步步把女主圈在自己的身旁，两个人很恩爱。

这部书中有两位男二，其中一位是另一个国家的皇帝，脾气不好，手段狠辣，却又很可爱。女主一拒绝他，他就去攻打别的国家。

而另一位男二，是一位将军，看着他对女主的情不自禁，都会莫名地让人心疼。

这本书的番外，是将军穿越到女主来的时代，并遇到女主的真身。两人在一起了，很甜。

2：《冷王盛宠魔眼毒妃》

女主是现代人，重生到了古代，嫁给了一位不受宠，被排挤的王爷。这位王爷看见女主的第一眼，只看到了一张芝麻脸，并把女主当成一个接灰的陶盆。

好在女主，自带一双魔眼，看得见人的未来，能预测到未来的事情。同时，她又是一个娇气可爱机智的女孩，不知不觉，两个就看对了眼。两个在一起的过程，充满了喜剧的元素。

这本书的男二，也是一个有着特异能力的人。

他的灵魂可以住到任何鸟类的身体里。

虽然，他是一个病秧子。

这本书的番外，是历经十世后，男二和他爱的女人在一起啦。

二面北眉南

3：《嫡谋》

古代重生在古代的文。

女主是一商户家的小姐，而她的外公是一位皇子。

前世，她被父亲的妾室设计，又被祖母利用，成为一位公公的玩物，后遇到一位有名望的老师才解脱。

重生后，她为了保护家人，运用一切手段与智慧，改变了她母亲，她姐姐及父亲的命运。

当然，还有美貌无敌智慧无双的男主的左右护佑。

在男主的一步设计下，两个人修得正果。

而男二，世家子，很爱女主；但是，因为他傲娇的本性，两个人终归无缘。

看到他的结局的时候，只能低叹一声吧。

4：《名门闺杀》

现代重生到古代的文，女主开挂，宅斗之王。

故事从女主还很小的时候讲起。

男主是一位外表冷漠，内心很温柔的人。

因为女主有绘制地图的特长，男主与女主才开始有了一二再的接触。

又因为各种机缘巧合下，两个人由太后下旨赐婚。

虽然，女主在婚事上利用了男主。但是，外表冷峻的他，心甘情愿。

两个婚后恩爱，很有趣。

这里面出现的配角，都有着各自的故事。

过程也是步步悬念，好在，恶人终得恶果。

里面的反派大BOSS，也是重生，因为各种原因，才会造反。

而且，大BOSS最后的结局也不错。

书里面出现的人物，智商都不低。

结局，每个人的归宿遵从每个人的性格。

三六月浩雪

5：《重生之温婉》

从小说的名字上，就知道是一部重生类小说。

在现代，女主原先的父母因为意外去世，她从小不受奶奶的待见，对于亲情，她一

直很渴望。后来，她的朋友又背叛了她，只因为看中了她的钱财。

她是一位很有经济头脑的经理人。

重生到古代以后，女主的外公，是皇帝；她的公主娘，很早就去世。而她的亲爹后妈，总是不断挑战她的底线。

她依靠着自己的能力，找到一位当时名望很高的老师。同时，因为她的足智多谋，也得到了皇帝外公的护佑。

当然，这位有眼光，有头脑的女主，肯定是财源滚滚来。

女主是真心地在乎自己的亲人，从而获得了皇帝外公的宠爱，并帮着舅舅得到了皇位。

因为她，改变了很多人的命运。

这部书的男主出现的很晚，好不容易出现了，又被支到边关去打仗。

所以，整部书可以看成一个现代职业女经理重生在古代，重新奋斗的故事。

6：《世家》

古代重生文。

文笔细腻，故事属于细水长流型。

很喜欢这部书，看了至少十遍，是一个很励志的故事。

前世，女主被自己的伯母卖给一个商人。

这个商人确实对女主宠爱有加，但是，商人从没有告诉过她，他家中有妻，她只能为妾。

她自毁容貌，逃回家中，揭露伯母的罪行，自此，她这一世家于京城中陨落。

重生后，父母已不在，她走一步算十步，步步防备着大伯母。好在，她有一个舅舅，关键时候很给力。

女主凭着自己一手好画与好字，得到侯府世子与尊贵王爷的厚爱与提携。

因为给郡主当陪读，又得到了一个好闺蜜，还有一个身手不错的女护卫。

男主出现的也相对较晚，出场没多久，也被作者支到边境去打仗了。

在这里面，那个前世的商人，又与女主有纠缠。

后来，商人也恢复了前世的记忆。

这本书最打动人的地方，无论女主是嫁人前，还是嫁人后，都从未放弃自己的爱好，每发生事情，她总是能抓住事情的要害，处理问题很干脆，非常吸引人。

7：《嫡女重生记》

前世，女主因为京城动乱，被大火活活烧死。

重生后，她努力学习各方知识，只为了争取一个活命的机会。

当然，刚开始，我还以为是一部宅斗文。

可是，慢慢涉及朝堂风云时，整部书的布局也变了，更让人放不下了。

因为皇太后的原因，女主婚事被退，还几经生死。

最后被指婚给一位边境的将军。

前世时，这位将军可是一位杀人不眨眼的恶魔。

无论处境有多么的艰难，女主总会活出自己的特色。

路遇劫匪，女主斗智斗勇，安全抵达边关。

刚拜完堂，将军就得上战场。

好在，女主对男主的第一印象不错，两个人相互扶持，闯过一个又一个难关。

而后，因为对手的迫害，男主冲冠一怒为媳妇，造了反。

多年以后，女主与男主共同登基，创建了新的朝代。

这本书追了两年，后面还有一个长长的番外。将女主及男主及他们的孩子，都做了详细的交代。

很长很完美的一本书。

这几本书的女主，性格迥异。但是，重生后的她们，都摆脱了前世懦弱的自己，敢于追求自己的幸福与自由。

没有什么比这个更能打动人。

希望大家看书开心，有所得，有所悟吧。

以下内容是根据评论区的书友们的留言整理，时间截止到7月15日早上，后期持续更新。

推荐作者：浅绿、意迟迟、莫清灵、楚和铃、千山茶客、一世风流

推荐书籍，根据评论留言时间顺序整理如下：

- 1、《朱砂》
- 2、《惜花芷》
- 3、《梦回大清》
- 4、《长嫡》
- 5、《知否，知否，应是绿肥红瘦》
- 6、《楚乔传》、
- 7、《芸汐传》
- 8、《闺宁》
- 9、《残王霸宠重生逆天小毒妃》

- 10、《重生之嫡女有毒》
- 11、《王妃十三岁》、
- 12、《凤还朝》
- 13、《妖孽王爷请让道》
- 14、《盛世嫡妃》
- 15、《盛世谋臣》
- 16、《绝色病王宠哑妃》
- 17、《王府宠妾》
- 18、《望门闲妃》
- 19、《忽如一夜病娇来》
- 20、《重生之将门毒后》
- 21、《一代军师》《望门庶女》
- 22、《相府庶女：王妃不好惹》
- 23、《掌心宠》
- 24、《重生之毒妃》
- 25、《权臣闲妻》
- 26、《凤倾朝纲》
- 27、《刁蛮野后》
- 28、《贵女多娇》
- 29、《重生霸宠摄政王爷太凶猛》

30、《萌师在上逆徒别乱来》

31、《无霸》

32、《重生之王牌军婚》

33、《宦妃天下》

34、《咬定卿卿不放松》

35、《漂亮的他不说话》

36、《帝台娇》

37、《我的侍卫大人》

有哪些好的手机app推荐？

熟悉我们有调的调友都知道，每年过年期间有调君都会推荐一些优秀的App，往年推荐的App都是有调君亲自用过，精心挑选的，但今年玩个不一样的，是我们有调的同事来为大家推荐。

当然不是胡乱推荐，而都是他们平常会用到，并且觉得非常棒的App，有调君在收集的时候还特意提醒他们一定是相对小众的。所以这次推荐的App各个都是实用、小众、精品。有调君只能提醒各位调友一定要下载玩一玩，说不定会打开你的新世界。

目录资讯阅读影音图像游戏其它资讯阅读

好奇心日报App (iOS/Android)

有调时而沉默时而疯癫陈老湿年度推荐

除了我们有调，以及一些社交、工具类软件，这是我最常打开的一个App。它绝对是新闻阅读类App中的一股清流，没有博眼球的震惊派标题党，也没有密密麻麻的小广告，界面干干净净，看起来十分的舒服。

除了简洁到性冷淡的界面，最吸引人的是它优质的内容，涉及到商业、娱乐、艺术、科技、时尚等各个方面，有新鲜独特的资讯，也有深刻的分析报道。另外它还有

特别有意思的栏目，比如：浮华日报、这世界、为什么读书等等，总之它的内容可以用高逼格、有深度、涨姿势来形容，如果手机上只能保留一个新闻阅读App，我一定会选它。

FlipboardApp (iOS/Android)

有调成都分舵蘑菇年度推荐

Flipboard也叫红板报新闻，喜欢看新闻的朋友一定要下载的一款软件！用“质感”这个词最能形容它带给我的感受。界面设计异常简洁清爽，文章内的排版也很舒服，和阅读纸质媒体的体验相差无几。特别是翻页特效，特别有意思！

作为个性化内容推荐的鼻祖，推送的文章内容都是相当优质的，并且一些小众、专业的垂直领域都有涉及。另外一点觉得比较舒服的阅读体验是，不同于微博的评论区，红板报App内基本没有什么讨论。（虽然设置了评论区，但真的没人发！）我觉得这样反而提供了一个更纯净的阅读环境，独立阅读和思考的空间都被放大了。在这里静心看一篇长文真的毫无压力。

网易蜗牛读书App (iOS/Android)

有调成都分舵苏打年度推荐

有句话说的好“书非借不能读也”。网易蜗牛读书App就很好的践行了这一句话。全站的图书任意免费读，但是每天只有1小时。很有趣，因为只有1小时那么你会只会挑选你真正感兴趣或有用的书来阅读，同时保持了你阅读的热情，让阅读变成一种非常值得期待的事情！

App内涵盖的类目很齐全，还细致的分为了不同的阅读专题，以及读者阅读榜单，让选书也变成一件很容易的事情！“领读”这一板块类似于阅读推荐，以及读书笔记。可以看看别人推荐的书，以及交流自己对同一本书的看法，做到有输入有输出。不要小看每天一小时哟，坚持下来收获也不小撒！

机核App (iOS/Android)

有调小黑屋一哥木偶君年度推荐

可能是在游戏圈里都比较小众的选手。但它却是我除了NGA，打开频率最高的综合游戏资讯App。它比较吸引我的地方，除了实时的游戏资讯，更会有专题节目聊到游戏背景知识和文化发展，内容的可读性都非常高！

除了游戏，App内还有黑暗料理向的“核众食堂”，冷知识满满的“差点1分钟”等系列视频栏目，一如它的slogan所言“不只是游戏”那样，有时候听他们gadio广播里聊新闻、互怼都非常有趣~

影音图像

MOZIKApp (iOS/Android)

有调天性喜感的文艺粗人灰灰年度推荐

这应该是个永远不会火起来的心情电台。像是家具界的北欧风、摄影圈的杉本博司，够简单也够感性。滚石出来的编辑们，从1000万首的曲库里，人工筛选出2W首，或按心情菜单、或按文化专题呈现出来。

纯白的播放页面，没有歌词不能快进不可下载，带着一丝完全不care用户操作欲的任性，和极强的品味认同需求。在家时总默默开在一边，选择情绪、锁屏听歌、相信耳朵，这种未知感真的很不错。

潮汐App (iOS/Android)

有调深沉内敛迷之沉默的灿哥年度推荐

想要专心做事情又不想听歌的时候，就会打开的一个App，也是无数次清理手机后一直保留的存在。它的主要功能是提升注意力，通过自然环境中的声音，如海浪、鸟叫、下雨声等，让你的注意力保持集中。可以提前设定好时间，在这段时间里就可以专心地做自己的事情，写稿、看书的时候非常好用。

它还可以助眠，睡前设定好起床时间，就会播放夏夜的蛐蛐声帮助入眠，第二天早上也会用自然声音轻柔地唤醒你，让你摆脱被iPhone闹铃支配的恐惧。另外，App会每天自动生成一张高清壁纸和一句名言，每当打开App看到这些句子和壁纸，都很惊喜。希望新的一年，它也能帮助你更专注地工作。

片场App (iOS/Android)

有调一个不愿透露姓名的李大猫年度推荐

不知道你有没有在看过一部电影后，迫切的想去电影中的某些场景亲自感受一下的冲动，那么片场Mocation这个App绝对是你需要的。收录了众多最新和经典电影取景地的Mocation能带你来一次真正的巡礼，甚至直接就规划出一次丰满的电影

朝圣旅行。热门电影-热门地点-

热门路线推荐，甚至最新的话题电影“三块广告牌”已经收录其中。

以《你的名字》为例，新海诚的电影场景每一帧都美到窒息，又大多是参考日本实景，像大猫我就非常希望去日本旅行的时候顺路拜访一下取景地。比如电影中男主泷打工的咖啡厅，实景就在东京新宿，App给出了详细的地理位置、实景照片以及对应的片中场景和故事，甚至还有周边的热门地点，可以说是旅行必备了。

国家地理App (iOS付费/Android)

有调知乎机构号幕后推手年度推荐

最近刚刚下载的一款App，下载的主要原因是便宜，因为价格只要一块钱.....但是下载后恨不得安利给全世界。只要一块钱，你就能看到世界各地的精彩摄影瞬间，足不出户感知世界各地的自然和人文风采。遇到好的作品还能一键保存，也能与朋友分享，就连发朋友圈都不愁高逼格配图了。

更重要的是《国家地理》App真的做到了让你遇见另一个世界，你的世界不再是目光所及之处，每一张图片都会带你走进它们背后的世界。我都说到这了，朋友你真的不考虑下载看看嘛？

TrigraphyApp (iOS)

有调市场部二十一年度推荐

一键实现风格化的几何效果，简直是我等懒癌的福音！有随机傻瓜模式把整个照片平面化，也配备了擦除和涂抹等细调工具，可以根据实际需求来调整刷头大小和效果强度，实现更多的脑洞！

另外，MISLEETY那个特效有个特鸡贼的用法：通过掷骰子的随机拾取运算，来提取出色块，从而收集配色方案。作为一个工具狂魔，我觉得探索熟悉工具的过程本身就很有趣迷人，这里就不继续啰嗦啦，大家下载下来试试看吧！

游戏

Playdead'sINSIDEApp (iOS)

有调市场部二十一年度推荐

玩过LIMBO的朋友对独立游戏开发团队Playdead一定不陌生了，除了一贯孤独无助黑暗的游戏氛围、极简却让手残党万死不辞的操作以外，INSIDE有着更细腻的声效场景、更丰富的游戏体验、更震撼人的脚本故事。

谜题设计得非常妙，细节充满着各种现实隐喻，结局更是令人错愕而后细思极恐。零文字的叙述方式使得游戏不会困囿于一个固定的解释，所有人都可以有一番自己的解读。探险解谜类游戏口口相传的神作，绝对值得你好好体验一把！Ps：新作制作中，我们一起观望等待吧！

LOSTTRACKSApp (iOS)

有调种草小能手拾壹年度推荐

LOSTTRACKS是我偶然之间发现的一个单机游戏，是一个学生作品，很短，半个小时就可以结束，但是却非常有意思！它是一个相当意识流的游戏，没有时间限制，没有竞争对手，只有缓缓流淌的音乐和无止境的寻找。它的设定很特别，一共四关：第一关靠视觉、第二关靠听力、第三关靠声音、第四关嘘.....保密！

比如说第二关LISTEN，我认为是最有意思的一关：你眼前的能见度很低，只能依靠耳机里的声音去判断方向，不停的转换人物方向，就可以清楚地感受到声音在左还是在右，是在远方还是在近处，一直到找到声源为止。画面和音乐都很精致，特别是音乐，很适合一个人夜深人静的时候玩。

其它

UberFactsApp (iOS)

有调小黑屋馒头年度推荐

大学到现在换过两三个手机，都一直存活的App。全英文、冷知识，是它最大的两个特点了。每条都是一张图+一两句话，平时作为打发时间或厕所读物再合适不过了。

涨姿势的同时还能随时随地学学英语啥的。内容包含了两性、自然、娱乐圈、历史等多个分类，你可以随便挑喜欢的来看~每条下面还有很多歪果仁的评论，看看也是挺有意思的~

味觉大师App (iOS/Android)

有调爱喝茶的熊大年度推荐

作为一名有理想、有追求的吃货，不仅要会吃还得会做。味觉大师App网罗专业人士（比如厨师、调酒师、美食摄影师），推送全球美食资讯、精致餐酒、名厨动态和最潮餐厅等。同时会有国内星级饭店的厨师视频教你做菜，每个只有三分钟，方便易学效果好，尤其适合现在过年聚会露一手。

另外就是App内除了国内饭店外，还能够找到很多国家、城市格调餐厅的推荐，从几美金的特色汉堡到几百刀的星级厨房都涵盖其中。

美丽修行App（iOS/Android）

有调望京男孩小邓年度推荐

算是最为专业的美妆类App？有各类护肤产品详细的成分表，并且有每种成分的功效说明。在完成肤质测试之后还能根据你的肤质判断产品适不适合你。

同时有很多用户对于产品的评论，在评论中都会有评论者肤质的tag，方便阅读的人判断。上面有不少用户的护肤心得等文章分享，还有比较专业的业界人士进行深度科普，在选购护肤品之前上去看一看能大有裨益。

幕布App（iOS/Android）

有调拥有一整个帮派的琛哥年度推荐

这是一个帮助你理清思路的好工具。无论是做计划，还是写文章，亦或是向别人展示你的想法，都可以用到。

它的核心功能是构建框架，你可以把你想到的要点全部罗列出来，然后按照金字塔原理或者其他思维方式，把要点整理排序，最后一键生成思维导图。这对于你理清逻辑，整理思路，都有很大的帮助。除此之外，它还支持PC端和手机端的同步，既可以在手机上编辑，又可以在电脑上码字，非常便利。

圈子账本App（iOS/Android）

有调市场部风云人物芒果年度推荐

很早开始就有记账的习惯，换了iOS之后，发现之前安卓上用的软件没有iOS版，搜罗了一圈，最终定在了圈子账本。

最喜欢的是界面UI很简单，没有花里胡哨的功能，可以和老婆一起共享一个账本共同记账，月底每个人的支出都一目了然。目前坚持了1年半了，回首过往看看自己的支出，还蛮有成就感的。

有调App (iOS/Android)

有调所有人年度推荐

这个应该是大家最熟悉的了。现在基本上我们每天都会购物，手机上也充满各种各样的购物App，但依然很难分得清商品好坏，很多东西不知道买什么样的好，不知道在哪买价格更合适。而我们有调就是为了帮你买到最好的东西，最合适的东西，帮你把在购物路上会遇到的坑踩平。

有调会做各种有趣科学的评测，目前已经做了近百种生活用品的评测，既有传遍朋友圈的口罩、防晒霜、雨伞评测；也有特别的套套评测、卫生巾评测；还有非常实用的电动牙刷评测、棉柔巾、耳塞等评测，总之涉及到生活的方方面面。去年还成立了有调吃喝团，做出了火爆朋友圈的方便火锅、螺蛳粉、香肠等评测。除了自己做评测，我们还做了大家来评测，让大家发表最真实的体验。

为测雨伞，我们联系了清华大学钱学森班共建风洞实验室

为找到好吃的方便火锅，丧心病狂的试吃

除了花样、科学的评测，我们每天还有各种各样的干货文章，以及好用、好玩、有趣的好物。去年精品购也做的如火如荼，精品购的每件商品，都是我们亲身试用过的好东西。值得买频道也非常给力，可以看到各大购物网站实时的折扣信息，当然这些折扣都是经过层层筛选，每一件都是好东西，怕自己不能找到最优惠的折扣看值得买就对了。

结语

今年就为大家介绍这么多了，这所有的App可都是我们同事精心挑选出来的。希望大家新的一年能变成更好的自己，好的App千千万，今天只是为大家找了一些有代表性的，也许你有自己觉得非常棒的App，记得在评论区留言。

如果你觉得这个回答不错，快来点个赞！想要更多的时尚好物推荐和专业测评，欢迎前往有调App！

BIOS升级有什么好处要怎么升级

bios更新作用如下:提高硬件稳定性修复BIOSBUG兼容更多CPU增加一些新功能等等。系统方面比较稳定,也很流畅。

升级方法是去官网下载对应的bios文件，刷入主板就行了。

l音发成y音了怎么办

你好，如果一个人的发音中出现了将l音发成y音的问题，可以通过以下方法进行纠正：

- 1.观察口形：将舌头放在上齿龈后方，用力将舌头向下推，使其与下齿龈接触，然后发出“l”的音。这样可以帮助正确形成l音的口形。
- 2.练习舌头运动：练习舌头的运动可以帮助改善发音。可以尝试将舌头伸出，然后缩回去，或者将舌头向左、右、上、下移动，以此来加强舌头的灵活性和控制力。
- 3.反复练习：反复练习发音，可以帮助加强肌肉记忆和口腔肌肉控制，逐渐改善发音。
- 4.寻求专业帮助：如果以上方法无法改善发音问题，可以寻求专业语音治疗师的帮助，进行个性化的语音训练和指导。

关于y牙齿矫正有什么好处和牙齿矫正有什么好处的介绍到此就结束了，不知道你从中找到你需要的信息了吗

？如果你还想了解更多这方面的信息，记得收藏关注本站。