

法，但实际上却有很多人做不到。

划重点

1.冬季身体瘙痒大多是皮肤表面的皮脂膜不够，造成水分容易流失皮肤干燥，解决办法就是，减少洗澡频次，如果每天洗就隔三差五的使用香皂和浴液，不要天天用，另外就是洗澡的时候使用乳液或者浴后涂身体乳。

2.传统的坐月子中的不能喝凉水、不能吃寒性食物、不能洗澡洗头刷牙、不能见风、不能下地活动已经不适合现代人。产妇真正要注意的只有生产完6周之内不要行房和不要完全躺在床上不下来。



卓克

这次答疑就是这样，咱们明天再见。