

## ใช้สายรัดหน้าท้อง....ลดเอวได้หรือไม่

นำเสนอเมื่อ : 23 พ.ค. 2552

### ใช้สายรัดหน้าท้อง ลดเอวได้หรือไม่

#### stay fat ลดความอ้วน ผอม หน้าท้อง

นพ.สุธี ศิริเวชฎารักษ์ แพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู ให้คำตอบว่า เรื่องสายรัดหน้าท้องเข้าใจว่ามีลักษณะคล้ายสเตย ไม่มีผลทำให้เอวลดลงได้ แต่อาจทำให้เวลาสวมใส่เสื่อผา ทำให้ท้อง หรือ เอวดูไม่ใหญ่ นอกจากนั้น ทำให้รับประทานอาหารไม่ถนัด เพราะมันอาจแน่น ทำให้รับประทานอาหารได้น้อยลง บางคน ที่คิดว่า มันสามารถลดหน้าท้องได้ เอาไปใส่ตอนนอน จริงๆแล้ว ถึงรัดทิ้งไว้ตลอดทั้งคืนก็ไม่แน่ว่าจะมีผลเสียร้ายแรงอะไร เพียงแต่จะรู้สึกอึดอัดเท่านั้น แต่เอวไม่ได้ลดลง

แต่อุปกรณ์ชนิดนี้ มีข้อเสียเหมือนกัน ก็คือถ้าหากว่าใส่ตลอดอาจจะทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องอ่อนแรง เวลาที่ถอดออกมาอาจจะมีการปวดหลังหรือเมื่อยหลังได้ง่ายและมีพุงยื่นออกมา

ที่มา : mcot.net