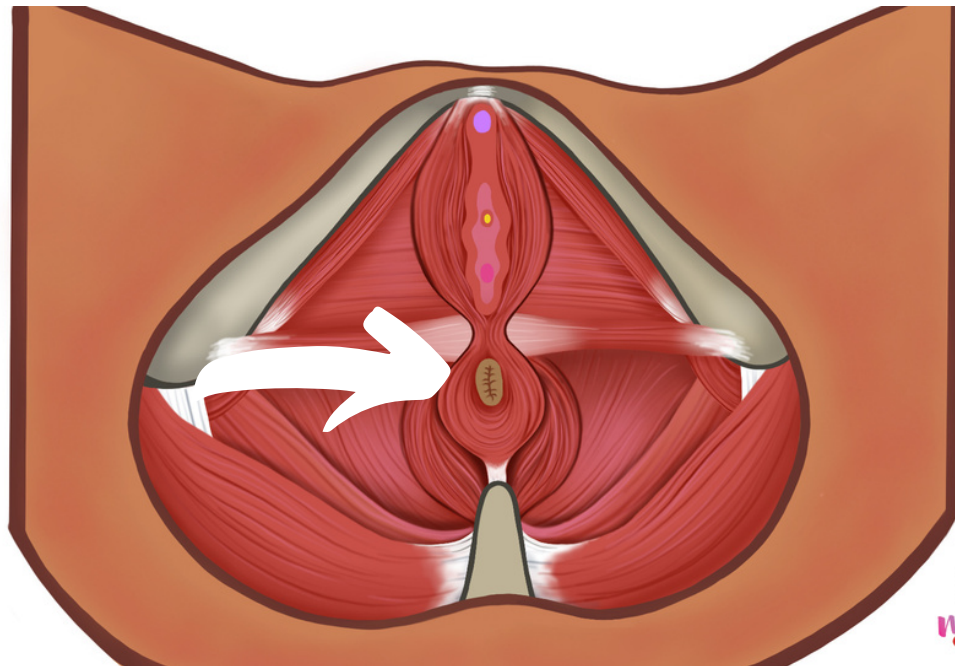


กายวิภาคของกระดูกเชิงกราน

ส่วนล่างสุดของผู้หญิงหดตัว



- ✓ ลองนึกภาพว่าเรากำลังมองจากด้านล่างขึ้นไปข้างบน
- ✓ หลายคนคิดว่าเรามีเพียงกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานเดียวที่ขยับได้แต่ความจริงแล้วมี 17 กล้ามเนื้อ
- ✓ มีกล้ามเนื้อหลายชั้นและกล้ามเนื้อเหล่านั้นทำให้เกิดชั้นของกล้ามเนื้อต่างๆ
- ✓ ยึดจากหน้าสุดไปหลังสุดและซ้ายไปขวาสุดซึ่งนั่นคือพื้นของอุ้งเชิงกรานของคุณ
- ✓ กล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานมีบทบาทสำคัญในความพึงพอใจเวลามีเพศสัมพันธ์โปรดจำไว้ว่าในกระดูกเชิงกรานของผู้หญิง กล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานจะพันรอบช่องเปิดของช่องคลอดและคอยประคองผนังด้านล่างของช่องคลอด ช่วยให้ความแข็งแรงและความรู้สึกในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด