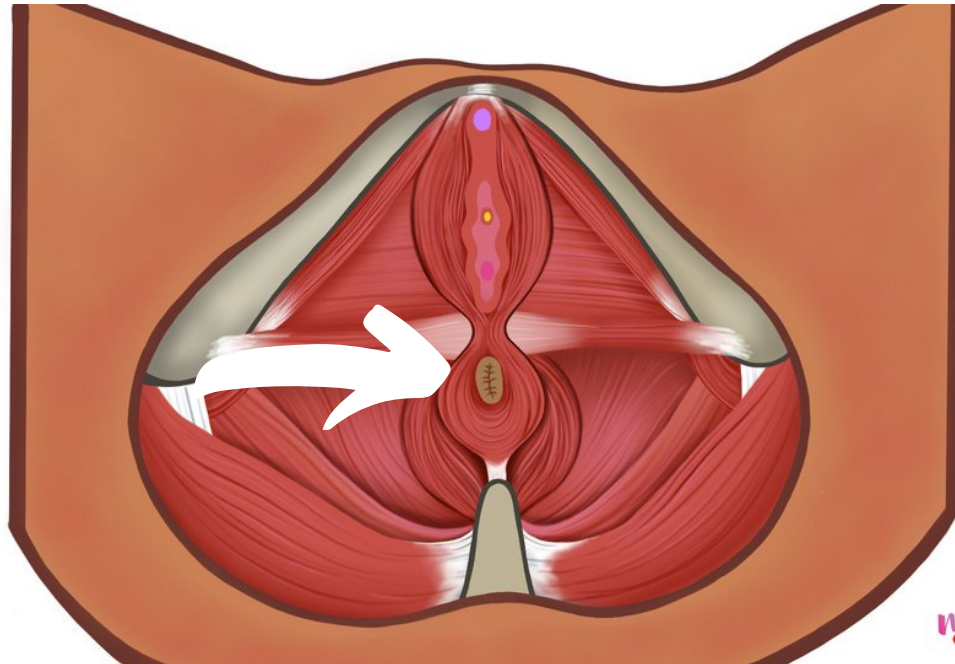


골반 해부학

여성 하부에서 볼 때의 수축



- ✓ 지금 밑에서 하부를 보고 있다고 상상해보십시오.
- ✓ 많은 사람들은 단지 하나의 "케겔"근육이 있다고 생각하지만 그것은 사실이 아닙니다. 세는 방법에 따라 17 개의 골반저 근육이 있습니다!
- ✓ 근육은 여러층으로 되어있으며 각층은 많은 근육으로 구성됩니다.
- ✓ 그들은 앞뒤 좌우로 늘어납니다. 그들은 말 그대로 골반의 "바닥"입니다!
- ✓ 골반저 근육은 성적 만족에 중요한 역할을 합니다. 여성 골반에서 골반저 근육이 질 입구를 감싸고 질관의 아래쪽 벽을 안고 있다는 것을 기억하십시오. 질 성교 중에 긴장도와 감각을 제공하는 데 도움을 줍니다.