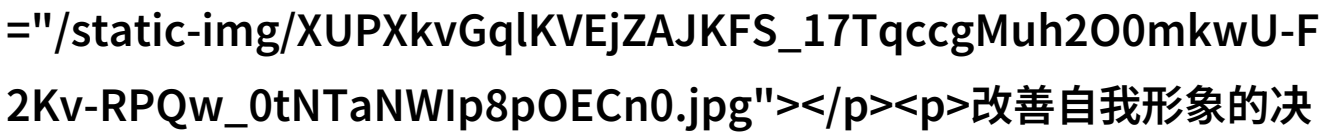


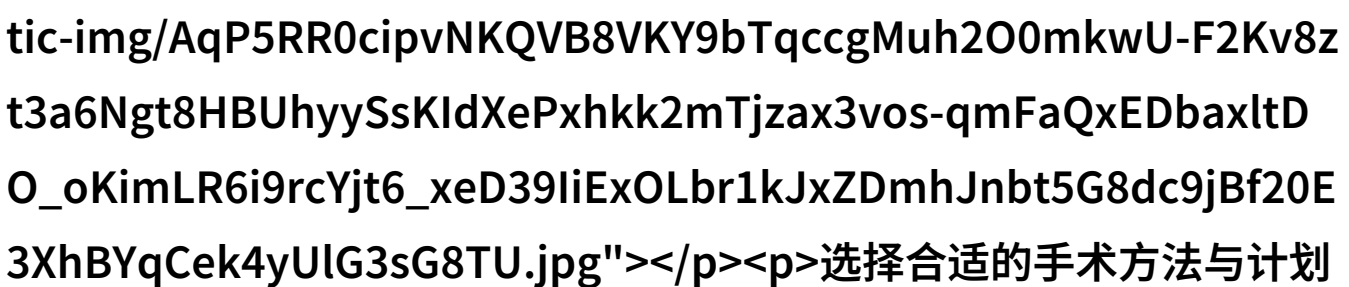
平胸舞娘的隆胸日记揭秘从娇小到丰满的

平胸舞娘的隆胸日记：揭秘从娇小到丰满的转变



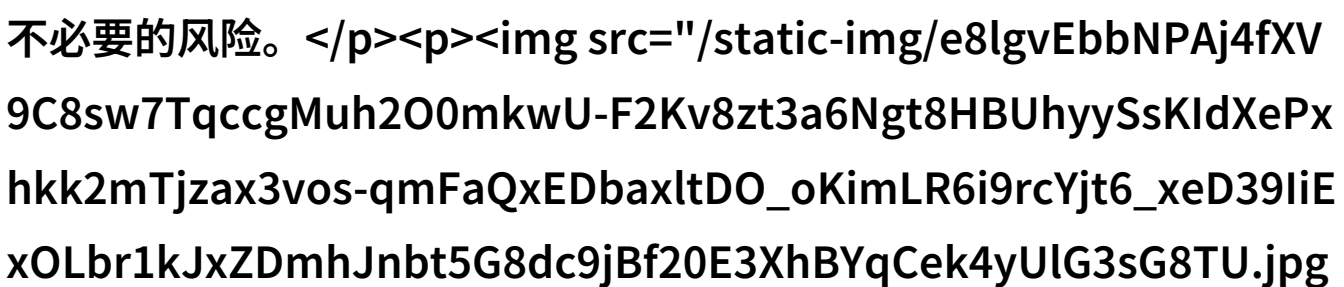
改善自我形象的决定性因素

随着舞蹈职业生涯的不断深入，平胸舞娘逐渐意识到外观对舞台表现力的重要性。通过阅读隆胸日记，她了解到了美体整形对于提升个人魅力和专业表演效果至关重要。



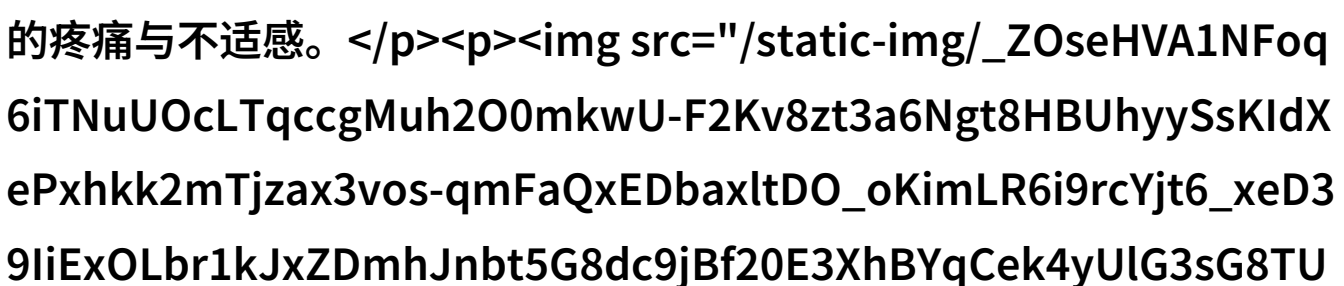
选择合适的计划

平胸舞娘在进行隆胸手术前，仔细研究了多种不同的手术方法和恢复期程。她发现，选择合适的手术类型，如内置式或下移式等，以及精心规划术前准备和后期护理，是关键一步，可以最大限度地减少不必要的风险。



过渡期中的心理调整与身体适应

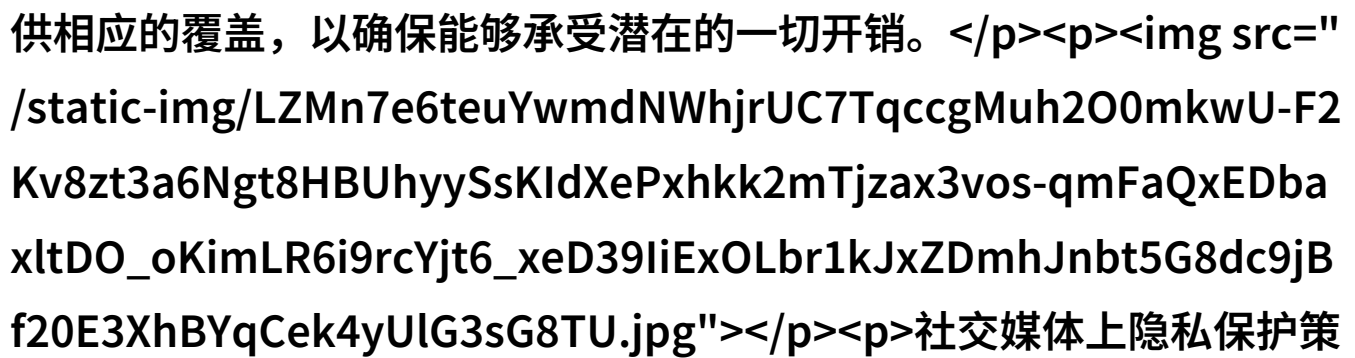
手术后的初期恢复阶段，对于任何人来说都是一个考验。平胸舞娘通过阅读其他人的经历故事，学会了如何在这个过渡时期保持积极的心态，并正确处理身体上的疼痛与不适感。



经济负担与保险覆盖情况分析

在考虑隆乳手术之前，平胸舞娘也必须权衡经济成本。这包括咨询医生的费用、住院费用以及可能发生的手续费等。此外，她还研究了各种医疗保险是否能提

供相应的覆盖，以确保能够承受潜在的一切开销。



社交媒体上隐私保护策略制定

随着隆乳过程和恢复进展被记录下来，社交媒体成为了分享这段旅程的一个平台。然而，这同样带来了隐私泄露的问题。因此，在分享自己的经历时，她采取了一系列措施来保护自己的个人信息，不让这些内容落入非法渠道。

后续护理与维持新状态建议

完成手术之后，就开始了长达几个月甚至几年的后续护理工作。在这个期间，由于皮肤松弛、乳房重量变化等问题出现，她需要遵循医嘱做定期检查，同时注意生活方式调整，比如健康饮食、规律运动，以维持新状态并防止再次退行。

[下载本文pdf文件](/pdf/454866-平胸舞娘的隆胸日记揭秘从娇小到丰满的转变.pdf)