

名医护航 / 第二军医大学健康科普系列丛书
总主编 孙颖浩 朱明哲

汇聚军大医学精英 打造医学科普全书 传递前沿健康理念

医学美容与抗衰老

YIXUE MEIRONG YU KANGSHUAILAO

主编◎江 华



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

名医护航

第二军医大学健康科普系列丛书

总主编 孙颖浩 朱明哲

医学美容与抗衰老

主 编 江 华

副主编 孙美庆



第二军医大学出版社

Second Military Medical University Press

内 容 提 要

本书内容涉及目前医学美容的各个方面,包括医学美容概念、衰老与抗衰老、医学美容与年轻化等,具体对皮肤与毛发美容年轻化、眼睛的医学美容年轻化、面中之王的鼻子整形、面部轮廓整形、脂肪抽吸与乳房整形的身体轮廓美容年轻化手术,以及隐私部位的整形美容等常见问题进行了详细解答,并对如何科学正规地进行美容医疗咨询以及如何选择医疗机构和手术医生等做了概述。适合求美人士及美容整形行业从业人员阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

医学美容与抗衰老/江华主编. —上海:第二军医大学出版社,2016.9

(名医护航/孙颖浩,朱明哲主编)

ISBN 978-7-5481-1274-7

I. ①美… II. ①江… III. ①美容—整形外科学—问题解答 IV. ①R622-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 225343 号

出 版 人 陆小新

责任编辑 许 悦

策划编辑 陆小新 高敬泉

医学美容与抗衰老

主 编 江 华

第二军医大学出版社出版发行

<http://www.smmup.cn>

上海市翔殷路 800 号 邮政编码:200433

发行科电话/传真:021-65493093

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本:787×1092 1/16 印张:11.75 字数:158 千字

2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-1274-7/R.1992

定价:36.00 元

第二军医大学健康科普系列丛书

编 委 会

总 主 编 孙颖浩 朱明哲

副 总 主 编 王红阳 廖万清 夏照帆

刘 斌 贺 祥

编 委 名 单 (以姓氏笔画为序)

丁 茹	马丽萍	王 丹	邓本强
石勇铨	白 冲	白玉树	冯 睿
毕晓莹	庄建华	刘 龙	刘玉环
刘伟志	刘建民	江 华	江德胜
李 兵	李 明	李兆申	吴宗贵
张 彤	张火俊	陈世彩	陈岳祥
金志军	郑宏良	居小萍	封颖璐
赵东宝	赵仙先	侯晓军	俞超芹
袁 文	徐明娟	高春芳	唐 昊
凌昌全	黄 勤	黄志刚	梅长林
盛 媛	梁 春	韩一平	景在平
曾 欣	谢渭芬	潘炜华	魏锐利

总主编助理 孙 逊 徐正梅 刘厚佳 孙 嫒

《医学美容与抗衰老》

编者名单

主 编 江 华

副主编 孙美庆

编 者 (以姓氏笔画为序)

朱 翥 朱晓海

刘安堂 江 华

孙美庆 汪 汇

张文俊 张盈帆

林宪政 赵耀忠

胡哲源 章建林

总序

General Preface

随着医学科技的发展和人民生活水平的提高,预防保健、健康管理已成为当代人日常生活关注的热点。

国医大师蒲辅周说过,“无病善防、提高体质;有病驱邪,慎毋伤正”。惟有了解疾病,才能有效地与其作斗争。因此,一套科学可靠、权威专业、贴近需求、易于理解、便于操作的科普保健指导丛书对于广大群众来说,显得十分必要。与此同时,现代医学技术、互联网科技和健康保健产业快速发展,人们获取各类医疗保健知识和讯息的方式更为便捷,渠道更为通畅,信息量空前巨大。特别是近年来,各类养生、保健的知识、食品、药品宣传铺天盖地,相关书籍、网站、微信公众号层出不穷,在丰富健康资讯的同时,也给广大缺乏医疗专业知识背景的群众带来了选择和鉴别上的困惑,甚至某些时候产生了误导,从而影响了正确的健康选择。

为满足广大人民群众对医学科普和保健的需求,我们精选了当前人们普遍关心和发病率较高的常见病、多发病和一些健康问题,内容涵盖了循环、呼吸、消化、泌尿生殖、内分泌、肌肉骨骼、神经系统以及心理健康等,形成了这套“第二军医大学健康科普系列丛书”,以期为广大军民普及医疗保健知识,正确了解相关的疾病和健康问题,有效地选择防治方法和策略提供指导,为推进国人整体健康提供帮助。

为了使本套科普丛书可靠、可读、可用,我们在编写中注意把握住了以下几个方面:一是坚持科学性。书中所有内容均来自于医学专业书籍、期刊和真实的病例、案例,每个观点、论断都有

科学的数据或理论支撑。二是突出权威性。丛书汇集全校数十名长期在临床一线从事医教研工作的国内知名临床医学专家,充分利用学校几十年来形成的临床常见病、多发病防、诊、治方面的特色和优势,科学梳理、系统归纳,科普演绎,编撰成册。三是注重系统性。每种疾病和健康问题的描述均从“因”“防”“治”“养”四个方面加以展开,既保证系统性,又有所侧重,使广大读者知道病因、明确预防,了解治疗,学会保养,全面了解疾病防治策略。四是兼顾新颖性。虽然丛书介绍的均为常见病、多发病,但在具体编写中,注重增加国内外前沿动态和编写者原创性的研究成果和发现,力求将疾病最新的进展介绍给大家。五是提升可读性。在科学、专业、准确的同时,坚持做到语言通俗易懂、编排图文并茂、案例典型深刻,确保整书可读、易读、好读。六是确保实用性。本书坚持科普与保健相结合,做到在了解危险因素的基础上针对性预防,在知道疾病演变的前提下主动性保健,并将日常最简便经济、科学易行的方法介绍给大家,力求增强日常生活实践的可操作性。

中医自古就讲究“治未病”,在自己健康时注重卫生与养生,预防疾病。希望该套丛书能够为大家了解常见疾病、理解健康、学会自我保健提供帮助和指导,为大家的健康保驾护航。同时,该书也可作为医学生和各岗位医务工作者的参考书籍。

医学在发展,理念在更新,丛书内容中难免会存在缺漏与不足,我们恳请广大读者和医学专业人士提出批评、给予意见和建议,以便我们再版时改进和完善。最后,衷心感谢为该套丛书编写付出辛勤劳动的编委会成员、各位编写者、出版社编辑人员和组织协调的各位工作人员!

孙绍浩 毕明哲

爱美之心，人皆有之。新世纪，随着我国经济大发展和老龄化社会的形成，美容医学以及抗衰老事业也随之快速发展。随着整形美容意识在消费人群中的传播，求美诉求对象也开始从年轻群体以美容为主向中老年人的年轻化抗衰老并重的局面靠拢。美容和抗衰老年轻化的刚性市场需求导致美容医疗机构如雨后春笋，兴起一股美容和年轻化抗衰老治疗的热潮。不能不说锦上添花增加美感的比比皆是，但过度医疗弄巧成拙的也屡见不鲜。现在各种类型的广告层出不穷，让目标消费者看花了眼，产生了许多在各大整形美容医院门前的“徘徊者”。

目前，一些整形机构出于盈利的需求，普遍都表现得很浮躁，注重于市场的营销宣传，不重视科学的健康医疗美容理念，而且出现了一个介于医生和求美者之间的全新职位——医疗美容咨询师。医疗美容咨询师在医疗美容机构中的地位甚至超过了医生，这是很不正常的现象。由于目前的媒体多已走市场路线，面对着激烈的市场竞争和信息资源的竞争，使得抓经济多过抓社会效益，于是出现了很滑稽的现象：一阵子一窝蜂地进行整形失败的负面曝光，过一阵子又一窝蜂地鼓吹甚至神话整形的术后效果。北京魏则西事件就把医疗科室外包以及百度搜索引擎竞价排名只重经济利益做法的危害性展示到了公众的面前。

前几年武汉“超女”因医疗美容手术死亡，非法行医者注射玻尿酸导致多人失明，以及非法肉毒素注射致中毒事件，都是美容年轻化抗衰老热潮中需要我们警惕的事件。医疗机构过度依赖

市场营销宣传的做法,也导致手术纠纷时有发生。其中的原因何在?我觉得有几个问题值得我们思考:第一,就是我们医疗美容从业者提高医德,要真正做到遵从做一名医生的希波克拉底誓言,从求美者利益角度出发,做合理的医疗建议,掌握好医学治疗的适应指征,不滥用医疗手段,不做过度医疗,做到医患双方可持续发展的良好互动。第二,就是医学从业者有责任、有义务对求美者加强相关医疗美容专业科普知识的宣传和普及,让求美者对现代医疗的先进性和局限性这两个方面都有一定的了解,对医学美容和年轻化抗衰老的目标尽量合理。做到这一点这就需要一些真正客观的第三方科普知识材料的出版,这也是编写本书的最大目的,让求美者阅读后能有一定的医疗美容专业科普知识,从而进行合理美容医疗,保护其身心健康。第三,也就是呼吁政府相关管理部门确实担起监管的责任,制定好相关法律法规并严格执行,尤其对于危害人民健康的非法行医、无证行医要严厉打击。

最后,希望我们这本科普书能对广大求美者、对医学美容和抗衰老的正确知识有一定的普及,从而合理进行医学美容医疗行为,减少过度医疗和降低不必要的手术并发症发生的悲剧;也希望这样能为整个医疗美容行业的健康发展贡献一点微薄之力。

江 华

2016年9月

一、美容与抗衰老——永恒的话题	1
1. 衰老与抗衰老,千年之谜	1
2. 人如何衰老	2
3. 为什么会老	4
4. 衰老有哪些表现	6
5. 什么是科学的抗衰老	7
二、爱美之心——医学美容概述	8
6. 美容手术带来了什么	8
7. 什么是美容	9
8. 美容分哪几类	9
9. 什么是整体美容	10
10. 什么是医学美容和美容医学	10
11. 美容医学是如何发展的	11
12. 什么是中医美容	12
13. 什么是物理美容	12
14. 医学美容和心理社会因素关系如何	13
15. 医学美容与生活美容有什么区别	14
16. 求美者的心理及类型有哪些	14
17. 什么是美容医疗咨询	16
18. 美容咨询者有哪几类	16

19. 美容手术前咨询包括哪些内容·····	17
20. 如何选择专业医疗机构·····	18
21. 如何选择手术医生·····	19

三、雪肤花貌——皮肤年轻化整形 ····· 21

22. 医学美容怎样解决秃发·····	21
23. 什么样的秃发可用医学美容来解决·····	22
24. 什么时候修复秃发比较好·····	22
25. 修复秃发术前要作什么准备·····	23
26. 修复秃发术后应注意什么·····	23
27. 什么是发际畸形,形成的原因是什么 ·····	24
28. 发际畸形该如何整形·····	24
29. 发际畸形整形术前后应注意什么·····	25
30. 什么样的胡须是异常胡须·····	25
31. 异常胡须是如何产生的,该如何处理 ·····	26
32. 女性体毛增多的表现和原因有哪些·····	26
33. 女性体毛增多如何治疗·····	27
34. 女性体毛增多治疗前后应注意哪些问题·····	27
35. 眉毛整形是指什么,有哪些方法 ·····	28
36. 什么是眉毛再植,它适合于什么情况 ·····	28
37. 眉毛再植术前后应注意什么·····	29
38. 什么是眉毛切除,怎样切除 ·····	30
39. 眉毛切除术有哪些风险,怎样避免 ·····	31
40. 眉毛切除术前前后应注意什么·····	31
41. 什么是光子、激光与电解去眉 ·····	32
42. 什么是纹眉、绣眉 ·····	32
43. 纹眉或绣眉有无并发症·····	34
44. 什么样的眉毛适合纹眉、绣眉 ·····	35
45. 纹眉或绣眉前后怎么做·····	35
46. 什么是除皱术·····	36

47. 皱纹有哪些分类·····	37
48. 皱纹的产生有何规律·····	37
49. 皮肤老化的组织学表现有哪些·····	38
50. 如何判断是否需要做面部除皱术·····	39
51. 除皱要有哪些准备·····	39
52. 什么是额颞部除皱术·····	41
53. 什么是颞部除皱术(小除皱)·····	41
54. 什么是下面部除皱术·····	42
55. 什么是全面部除皱术·····	42
56. 什么是提眉术·····	42
57. 除皱术的辅助性手术有哪些·····	43
58. 什么是骨膜下除皱术·····	43
59. 什么是小切口除皱术·····	44
60. 面部除皱术后感觉如何·····	44
61. 面部除皱术后效果如何·····	45
62. 除皱后影响面部表情吗·····	45
63. 什么是外用护肤、防皱霜除皱方法·····	46
64. 什么是化学剥皮术·····	46
65. 什么是填充除皱法·····	47
66. 什么是磨削术·····	47
67. 什么是肉毒杆菌毒素注射除皱法·····	48
68. 哪些人不能用肉毒杆菌毒素注射除皱法·····	49
69. 肉毒杆菌素注射除皱法有哪些并发症与副作用·····	50
70. 注射肉毒杆菌毒素安全吗·····	50
71. 换肤术怎样改变皮肤·····	51
72. 换肤术有哪些种类·····	52
73. 什么是玻尿酸·····	53
74. 注射玻尿酸有哪些风险·····	54
75. 什么是皮肤美容激光及光子治疗·····	55
76. 激光治疗安全吗·····	55

77. 激光及光子治疗适用于哪些皮肤病变	56
78. 什么是射频紧肤	56
79. 什么是美容超声刀	56
80. 什么是水光针	57
81. 水光针的安全性如何	57

四、明眸善睐——眼整形 59

82. 单睑和重睑指的是什么	59
83. 单睑和重睑有什么区别	60
84. 为什么双眼皮手术最受欢迎	61
85. 中国人的双眼皮有几种类型	61
86. 中国人有哪些上睑类型	62
87. 双眼皮手术成功的关键是什么	62
88. 什么样的眼睛适合双眼皮手术	63
89. 双眼皮手术有哪些风险	64
90. 双眼皮术后如果效果不满意怎么办	64
91. 影响重睑效果的因素有哪些	65
92. 双眼皮手术有哪些方法	67
93. 双眼皮手术后怎样进行护理	69
94. 眼袋有几种类型	70
95. 眼袋手术成功的标准	71
96. 眼袋矫正术方法有几种	71
97. 眼袋矫正手术后如何护理	72
98. 眼袋整形的效果能持续多长时间	72
99. 眼袋矫正手术有哪些风险	73
100. 眼袋矫正手术有瘢痕吗	73
101. 吸脂能除眼袋吗	74
102. 什么是内眦赘皮	75
103. 内眦赘皮需要治疗吗, 怎么治疗	75
104. 内眦赘皮术后怎么护理	76

五、面中之王——鼻整形 77

- 105. 为什么鼻子被称为“颜面之王” 77
- 106. 什么样的鼻子最美 77
- 107. 鼻子有哪些方面可以整形 78
- 108. 什么是鞍鼻 78
- 109. 鞍鼻者该怎么处理 79
- 110. 隆鼻术有哪些风险 80
- 111. 隆鼻术前后该注意什么 80
- 112. 什么是驼峰鼻 81
- 113. 驼峰鼻该怎么办 82
- 114. 驼峰鼻术前后应该了解些什么 82
- 115. 驼峰鼻有哪些矫正方法 83
- 116. 鼻部整形就等于隆鼻吗 83
- 117. 什么样的鼻尖才算好看呢 84
- 118. 低鼻尖矫正术有哪些方法 84
- 119. 什么是超高、钝平、肥厚鼻尖矫正术 85
- 120. 什么是综合鼻整形术 86
- 121. 综合鼻整形分别有哪些优缺点 87
- 122. 什么是酒渣鼻 87
- 123. 酒渣鼻是怎么引起的 88
- 124. 有了酒渣鼻该怎么办 88
- 125. 什么是酒渣鼻激光治疗术 89
- 126. 什么是酒渣鼻切割术 90

六、樱桃小嘴——唇部以及酒窝整形 91

- 127. 什么是美的嘴唇 91
- 128. 什么是厚唇和重唇 91
- 129. 厚唇和重唇的常见病因是什么 92
- 130. 厚唇和重唇如何整形呢 92

131. 什么是酒窝、酒窝是如何形成的·····	93
132. 酒窝可以手术再造吗·····	94
133. 酒窝成形术适合什么样的脸型·····	94
134. 再造的酒窝如何定位呢·····	94
135. 酒窝成型术如何做的呢·····	95
136. 人造酒窝和天生的酒窝有什么区别·····	95

七、闭月羞花——面部轮廓整形····· 96

137. 人类的脸型为什么会有所不同·····	96
138. 常见的脸型有哪些·····	97
139. 什么样的人适合做脸型手术·····	97
140. 脸型手术后能否看到明显伤疤,应注意什么·····	98
141. 手术能否达到较好的审美预期效果·····	98
142. 什么是方脸·····	98
143. 造成方脸的原因是什么·····	99
144. 方脸如何做成瓜子脸·····	99
145. 方脸截骨手术是如何进行的·····	100
146. 方脸截骨术前术后要注意什么·····	101
147. 肉毒杆菌毒素为什么可以用来治疗方脸·····	102
148. 方脸的综合治疗还有哪些方法·····	103
149. 什么人适合做颞部充填(丰太阳穴)整形术·····	103
150. 颞部充填整形术前医师怎样检查·····	103
151. 颞部充填整形术如何实施·····	104
152. 颞部充填整形术前后应注意什么·····	104
153. 眉弓整形术如何实施·····	105
154. 什么人适合做眉弓整形术·····	105
155. 眉弓整形术前后应注意什么·····	106
156. 颧骨在面部美容中是什么地位·····	106
157. 颧骨有哪些情况需要做美容手术·····	107
158. 颧骨肥大真的是克夫相吗·····	108

159. 颧骨肥大都应该做颧骨磨骨削骨术吗.....	108
160. 颧骨肥大怎样手术.....	108
161. 颧骨整形手术有几种切口选择.....	109
162. 颧骨整形术前后应注意什么.....	110
163. 颧骨整形术后疗效评定标准是什么.....	110
164. 什么人适合做颊脂肪垫摘除术.....	111
165. 什么是颊脂肪垫,它有什么作用.....	111
166. 颊脂肪垫有多大,能取多少.....	112
167. 怎么检查是面部皮下脂肪多还是颊脂肪垫肥大呢.....	112
168. 取颊脂肪垫手术切口如何选择.....	113
169. 取颊脂肪垫术前后应注意什么.....	114
170. 哪些人适合做下巴整形手术.....	114
171. 隆下巴整形手术(隆颏术)是怎样进行的.....	115
172. 隆下巴手术所用的假体有哪些类型.....	115
173. 隆下巴手术前后应注意什么.....	116
八、婀娜多姿——吸脂体型再塑	117
174. 什么是脂肪抽吸减肥术.....	117
175. 脂肪抽吸术是减肥术吗.....	118
176. 脂肪抽吸术有哪些方法.....	119
177. 什么是注射器吸脂术.....	120
178. 什么是电动负压吸脂术.....	121
179. 什么是超声吸脂术.....	121
180. 什么是电子吸脂术.....	122
181. 什么是共振吸脂技术.....	122
182. 脂肪抽吸术应用原则是什么.....	123
183. 脂肪抽吸术使用于哪些部位.....	123
184. 脂肪抽吸术前应做些什么准备.....	124
185. 脂肪抽吸术可能出现哪些并发症.....	124
186. 脂肪抽吸后会复发吗.....	125

187. 做了脂肪抽吸手术后需要注意什么问题..... 126
188. 何时是吸脂的黄金季节..... 126

九、丰满挺拔——乳房的整形 127

189. 什么是科学隆胸..... 127
190. 什么样的乳房最美..... 127
191. 隆乳术适应证是什么..... 128
192. 隆胸方式有哪些..... 129
193. 什么是植入性乳房假体..... 131
194. 乳房假体有哪些类型..... 132
195. 隆胸材料哪种更安全..... 132
196. 植入乳房假体的手术切口在何处..... 134
197. 各种假体的优、缺点是什么 135
198. 硅凝胶假体安全吗..... 136
199. 乳房假体大小及形状如何选择..... 137
200. 乳房假体的隆乳效果是终身的吗..... 137
201. 隆乳术有哪些风险..... 138
202. 隆乳术前要作什么准备..... 139
203. 隆乳术后如何护理..... 140
204. 隆乳术后是否需要按摩..... 142
205. 隆乳术后何时能恢复正常工作..... 143
206. 消瘦者隆乳要注意什么..... 143
207. 合并轻度乳房下垂的人能隆胸吗..... 143
208. 隆乳术后包膜挛缩怎么办..... 144
209. 药物丰乳的隐患有哪些..... 144
210. 什么是乳头内陷, 有哪些类型 146
211. 乳头内陷需要治疗吗..... 147
212. 乳头内陷如何进行手法治疗..... 147
213. 哪些乳头内陷需要手术治疗, 如何治疗 148
214. 乳头内陷矫正术后是否会影响哺乳功能..... 148