

琢颜 微雕 时代



TIME
MICRO PLASTIC

赵琼 著

一本能让你读懂的微整形百科手册



微雕时代

赵琼 著

图书在版编目 (CIP) 数据

微雕时代 / 赵琼著. — 青岛: 青岛出版社, 2015.1
ISBN 978-7-5552-1607-0

I. ①微… II. ①赵… III. ①美容 - 基本知识②美容 - 整形外科学
IV. ①TS974.1②R622

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第017058号

TIME OF
MICRO PLASTIC

书 名 微雕时代
著 者 赵 琼
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号 (266061)
策划组稿 周鸿媛
责任编辑 王 宁 曲 静
特约编辑 孔晓南 张文静
装帧设计 毕晓郁 王 芳
制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷 山东鸿杰印务集团有限公司
出版日期 2015年2月第1版 2015年2月第1次印刷
开 本 32开 (890毫米×1240毫米)
印 张 11
字 数 100千字
书 号 ISBN 978-7-5552-1607-0
定 价 49.80元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

(青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068629)

本书建议陈列类别: 时尚类 美容类

感谢《时尚芭莎》为本书提供大量精美图片

前言 /16

第一章

回春，驻颜有术

- 01 皮肤紧致与除皱——电波拉皮 /26
- 02 电波拉皮升级版——Ulthera极线音波拉皮 /29
- 03 肤色暗沉不均匀——激光回春 /33
- 04 皮肤胶原再生——童颜针 /38
- 05 细微纹路改善——胶原蛋白埋线 /41
- 06 老化状态矫正——4D钻石线雕 /43
- 07 面部全方位紧致——韩式无痕埋线拉皮 /49
- 08 老化皮肤修复——黄金生长因子PRP /52

第二章

留住时光，拒绝皱纹

- 01 抬头纹 /56
- 02 眉间纹 /62
- 03 鱼尾纹 /67
- 04 鼻背纹 /71
- 05 双颊松弛 /74
- 06 耳前纹 /76
- 07 法令纹 /78
- 08 木偶纹 /82
- 09 颈纹 /85
- 10 面部细纹 /88

第三章

晶莹的面部皮肤

- 01 肤色暗沉 /94
- 02 毛孔粗大 /99
- 03 讨厌的下垂 /104
- 04 皮肤松弛 /107
- 05 永恒的美白 /112
- 06 皮肤上的小东西 /117
- 07 红血丝 /123
- 08 酒渣鼻 /127
- 09 痘坑 /131
- 10 黑头 /135

第四章 形形色色的斑

- 01 太田痣 /140
- 02 雀斑 /143
- 03 太阳斑 /147
- 04 咖啡斑 /151
- 05 老年斑 /154
- 06 肝斑 /157
- 07 黄褐斑 /160
- 08 色素沉着 /163
- 09 痘印 /166
- 10 痣 /174
- 11 鲜红斑痣 /179



第五章 面雕

- 01 泪沟 /184
- 02 下眼睑凹陷 /187
- 03 眼尾下垂 /190
- 04 眼袋 /193
- 05 注射隆鼻 /195
- 06 鼻尖微整形 /198
- 07 瘦脸 /201
- 08 性感苹果肌 /204
- 09 天庭饱满 /207
- 10 可爱的下巴 /210
- 11 有福的耳垂 /213
- 12 收紧下颌缘 /215
- 13 颞部填充 /217
- 14 性感双唇 /220
- 15 唇珠 /223
- 16 嘴角上扬 /225
- 17 颈部松弛 /227
- 18 眉弓塌陷 /232
- 19 鼻翼肥厚 /235
- 20 纹唇 /238
- 21 卧蚕术 /240

第六章 体雕与身体管理

- 01 去掉腹部的小块脂肪 /244
- 02 蝴蝶袖 /248
- 03 背部的线条 /252
- 04 小腿曲线 /255
- 05 全身紧肤 /258
- 06 橘皮样变 /260
- 07 手部问题 /263
- 08 妊娠纹 /272
- 09 下肢静脉曲张 /281
- 10 多汗症 /285
- 11 狐臭与腋下多汗 /288

第七章 毛发管理

- 01 头发移植 /294
- 02 睫毛种植 /300
- 03 体毛移植 /303
- 04 头皮养护 /305
- 05 发际线 /308
- 06 腋毛祛除 /312
- 07 体毛祛除 /316
- 08 比基尼线 /320
- 09 纹绣 /323

第八章 错误观念 /327

附录 全球注射类美容产品一览表 /346



微雕时代

赵琼 著

图书在版编目 (CIP) 数据

微雕时代 / 赵琼著. — 青岛: 青岛出版社, 2015.1
ISBN 978-7-5552-1607-0

I. ①微… II. ①赵… III. ①美容 - 基本知识②美容 - 整形外科学
IV. ①TS974.1②R622

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第017058号

TIME OF
MICRO PLASTIC

书 名 微雕时代
著 者 赵 琼
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号 (266061)
策划组稿 周鸿媛
责任编辑 王 宁 曲 静
特约编辑 孔晓南 张文静
装帧设计 毕晓郁 王 芳
制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷 山东鸿杰印务集团有限公司
出版日期 2015年2月第1版 2015年2月第1次印刷
开 本 32开 (890毫米×1240毫米)
印 张 11
字 数 100千字
书 号 ISBN 978-7-5552-1607-0
定 价 49.80元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

(青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068629)

本书建议陈列类别: 时尚类 美容类

感谢《时尚芭莎》为本书提供大量精美图片

{ 序一 }

大家好，我是韩国首尔BK整容外科医院代表院长及上海刚成立不久的中外合资医院首尔丽格医疗美容医院的总院长洪性范。

自1992年从事整容外科医生的职业以来，我非常幸运能够有机会在韩国运营一家最具规模且备受患者好评的医院，虽然在此期间也经常在国内学术大会上演讲，但相比这种外表上的成功，在我心里面一直有一个小小的遗憾。那就是，我一直没有机会写一本这样的书，它能够为真正想要学习医疗美容、整容的后起者们带来实际的帮助，它是根据医生自我经验整理的临床精华。

赵琼医生，真诚地祝贺您成功出版了连我都没有机会完成的这么优秀的书籍。作为医疗人，我非常理解您为了出版《微雕时代》这本书经历了多少的困难和辛苦。亲自执笔一本书需要耗费大量的时间，需要阅读大量的相关文献和资料，还需要和这个领域的专家们进行无数次交流。在读这本书的过程中，我能感受到您亲自整理所有临床经验及知识所付出的努力。

我从我的导师那里学到“医生真正的师傅不是医生，而是患者”这句话。我来北京参观赵医生的诊所时，就想起了这句话，这里非常人性化，无论是装修还是服务，都处处体现出为患者着想的理念。

再一次祝贺您成功地发表著作，您的气场让我想起了韩国著名歌手安致焕的歌曲《人比花儿美丽》。

相信赵医生您正直的姿态能够成为很多医疗人的榜样，为中国医疗事业的发展作出更大的贡献。

最后祝愿所有拜读本书的观众，无论在学术上、人文上都能实现各自的梦想，也祝愿赵医生能够事业家庭双丰收！



洪性范
韩国首尔BK整容外科医院创始人、代表院长
上海首尔丽格医疗美容医院总院长

2014年12月

注：本文根据洪院长韩文原作翻译

{ 序二 }

历经时光的蜕变，仍在众多人们心中保持女神地位的奥黛丽·赫本曾经说：“若要可爱的眼睛，就要看到别人的优点；若要优美的双唇，就要讲善意的话；若要优雅的行走姿态，就要记住你永远不是独行。”从青春洋溢的少女到优雅温婉的淑女，赫本也从以美丽外表征服观众的一名演员，蜕变成内外兼修的魅力巨星。

事实上，修炼魅力，始发于心，又需神形兼备，所以外表的美丽也是魅力展示的必要手段。而从古至今，这个世界始终都未脱离“看脸的时代”。看脸并非说内心、举止、风度、教养、学识不重要，而是好的外貌仪容会让你赢得更多人生机会。

而现实中的我们并不完美，也没法做到容貌外表始终如一，所以我们才需要赵琼这样的美丽使者。她好像一个神奇的魔法师，让许多感觉自己不完美的人有了更多靠向完美的机会，也好像一道阳光和一阵清风，吹散许多人因憔悴衰老而在心中堆积的雾霾。

因为工作关系我很早就结识了许多美容医生，从他们那也了解到许多行业动态和美疗项目，而相对保守的我并不轻易尝试，直到在一次工作中认识了赵琼，看到许多老客人围绕在她身边，她微笑着认真而专业地解答问题，她工作时轻盈而熟练准确的注射操作，让我顿感一份由衷的信任。因为这份信任我尝试了她独创的保养注射，体验了一些从未听闻的光疗仪器，更将身边许多明星朋友放心地介绍给她，而我们也都因为赵琼，不仅获得了意想不到的治疗效果，更获得了一份对自己的信心！



人生，有美好的时候，也有糟糕的局面。但热爱生活的人们，总能很好地让并不完美的人生不断改变，就像赵琼专注的事业，她带给我们的并不是毫无缺陷的自己，而是让我们解决掉可以解决的问题，延展可以延展的青春，拥有本可拥有的魅力。我想通过她这本新书中所撰写的内容，你也可以对现在最新的医美专业和技术有更多的了解，从而找到自己的需求，和赵琼一起，让自己的未来继续精彩！

唐毅

明星御用著名造型师

章子怡、姚晨等巨星长期合作造型师

2014年12月

{ 序三 }

医美消费者是需要教育的，医疗美容行业也是需要教育的。

医疗美容已经成为许多人美化生活的方式，接受它的人越来越多，但是医疗美容消费却不像逛街那么简单，它涉及诸多医学层面的问题，医患之间的信息是不对称的，这也是容易产生纠纷的原因之一。医疗美容与基本医疗的不同之处在于：消费者完全可以自主选择自己的医美消费，而在进行选择的时候，最好的参照系就是所掌握的知识。

我从事了许多年的激光临床治疗工作，也主导了多年的激光美容治疗，皮肤疾病与皮肤美容的界限慢慢变得模糊了，就医者的诉求对外观的要求越来越高，因此，知识的普及也就相应地变成双方面的需要。总体来说，就医者的功课做得越充分，对自身问题的判断就越接近事实，对于医患双方的沟通、合理期望值的建立、预后效果以及治疗方案的选择，就越有益。

很高兴看到年轻的医生有这样的自觉，主动向消费者进行知识的普及。把医学上的术语变成一般大众可以看懂并掌握的语言，并不是一件十分容易的事，赵琼医生的上一本书是从治疗手段入手的科普著作，而这一本改从症状入手，让具有相关问题的消费者可以“对号入座”，方便了读者的阅读与选择，是一种进步，也是更接地气的做法。

赵琼医生从事医疗美容十几年了，虽然年纪不大，却是行业中的老手，积累了比较多的病例，总体来说，对临床症状的把握是准确的，这也是我愿意推荐这本科普书的原因。但是，皮肤上的问题因人而异，读者单



纯地“对号入座”也可能会存在一定的风险，真正确定属于自己的治疗方案，还应该和医生面对面地沟通，经过诊断之后达成最适合的治疗方案。

医疗美容的医生可能来自于不同的领域，如整形外科、颌面外科、皮肤科等，每个领域都可能有自己的独特视角和出发点。希望大家都加入到科普的行列中来，让我们的消费者更多地掌握相关的知识，这不但对潜在就医者是一件好事，对于方兴未艾的医疗美容行业来说，也是一件大好事。

赵小忠

原北京空军总院激光整形美容中心副主任医师

中华医学会医学美学与美容分会委员

小忠丽格诊所创始人

皮肤美容专家，30年皮肤科从业经验

2014年12月

{ 自序 }

美女是被骗大的

塑造接近自然的脸，就是微雕时代的最高境界

我每天的工作，就是在患者的脸上，做细小的加法减法，然后让她们看上去漂亮一点，或者年轻一点。

什么是美丽的哲学呢？我想谁都不是十分乐于接受“人造”的概念，所以，我们致力于通过医学的手段，塑造出接近自然的美，这就是微雕时代的境界。或许，人们以为这是生搬硬套的哲学意味，但我不这么认为，从业十年以后，我逐渐认识到，科技的医学的手段，是完全可以创造自然美的。

美由心生。心灵的美，是人的美丽源泉，如果我要说，医疗美容可以帮助人们美化身心，培养心灵的美，你是不是会说我太矫情了？但事实的确如此，我们在为就医者美化外表的时候，她们会因为外表的美化而反照内心世界，因为自信的提升，唤醒善良的人性，她们会愈加温和地对待周围的人和事。

你想要肉毒素面具脸吗？

我不得不时常对就医者说“不”，因为人们往往会陷入过于苛求完美的误区。比如肉毒素注射，人们发现一些皱纹不见了，于是又会去关注其他的一些面部问题，当这些闹心的问题解决了之后，新的问题又被发现了，于是再度光临美容诊所……最后，面具般的肉毒素脸就这样诞生了。

面部微雕的医疗技术会导致人们研究自己的脸时，距离越来越近。一

开始，女同学们会在一米开外照镜子，随着接受美容治疗次数的增加，照镜子的距离一次比一次近，最后恨不得用放大镜。过度医疗往往会令美容效果走向反面，我相信一位合格的医生都有过劝就医者适可而止的经历，但是往往经不住客人的强烈要求，作为商业医疗，这是一种消费，主动权在客人的手中。

本书出版的主要目的，是因为许多消费者是难以分清医疗美容与生活美容之区别的，所以，医疗行为也常常发生在生活美容院里，消费者甚至没有查验为你进行治疗的人是否拥有医生的资质。相对于美容外科手术来说，非手术的治疗相对简单，但是再简单，它也是医疗行为，没有医生资质的人进行治疗，便是非法行医。再简单的医疗行为，由非医生进行操作，结果是不可能和医生操作一样的。

本书是从适应症入手的，为了阅读的方便，适应症被一一罗列出来，但是，只有一种症状的人是很少的，多数人是许多个症状都有，甚至夹杂在一起，消费者自己并不容易分辨。没有关系，真正到了诊治的阶段，还是得听医生的。本书中会涉及一些产品和器械，每一次提到它们的时候，会加以简单地介绍，以后的章节中再遇到，就不再赘述。那么，我们先谈谈微整形。

什么是微整形？

事实上，微整形作为新概念并没有一个准确的定义。

一般来说，“微整形”专指所有的注射整形美容，比如肉毒素、胶原蛋白、玻尿酸等注射美容；同时一些伤口微小、隐蔽、恢复迅速的手术项目、治疗方法，比如中医埋线美容、微创隆鼻、微创双眼皮，称为“微创整形”。这些虽属手术，但造成的切口甚至不会大过一颗米粒，愈合后几乎无法察觉。“微整形”和“微创整形”不完全相同，但却有着许多相同点。因此也有人将“微创整形”算作“微整形”。微整形特点则更加明显，快捷、安全、无痕。除了注射后暂时留下的针眼，不会有任何疤痕。微整形会让人在不知不觉中发生改变。

快捷、可逆

快捷堪称微整形最具吸引力的要素。

针对时下生活节奏快，人们没有太多时间休息的情况，微整形最多半小时的注射过程自然受人青睐。相对于传统手术会造成永久性定性的风险，微整形手术良好的可逆性保证了求美者在对治疗效果不满意时可恢复原状，快捷在可靠安全性的前提下，更加令人放心。

无痕

无痕则是微整形最令人欣喜的地方。

无痕有两层含义，第一点自然是手术无痕，除了暂时的针眼，不会留下任何疤痕。第二点指的则是改变无痕。

微整形讲究不知不觉间的改变，今天的你也许已经让朋友感觉不同，但具体的不同点却又让人无法言语，十天半月之后，每个人都察觉出你变得年轻美丽，却不知道发生了什么，甚至自己也说不出所以然来。当你静静观察以往的照片，便会露出会心的微笑——原来我真的变了。

在这点上，各种光电美容做得很出色，因此也有人将光电美容划入微整形的范畴。

复合微整形

由于微整形的方式、方法很多，很多擅长微整形的专家就充分发挥各个微整形项目的优点，将其整合在一起，于是，“复合微整形”便应运而生。但是，并不是随便选几样微整形项目放在一起就是复合微整形，复合微整形作为一个崭新的概念有其明确的内涵。

复合微整形的各个项目要体现互补性和增强性，也就是要达到“1+1>2”的效果，基本上包括四大类：埋线+光电+注射+药妆。

具体而言，埋线是运用中医理论，通过在人体特定部位，也就是穴位埋线，从而持续刺激该穴位，以达到促进减肥、排毒等作用，这一功能是其其他微整形项目所不及的；光电产品方面，项目也非常多，有激光、射频两大类仪器，目前，效果非常好，也比较流行的是射频仪器——“热

玛吉”（Thermage）。Thermage是一种安全性高、没有任何创伤的治疗方式，能使皮肤紧致，减轻皱纹。它独特的深层加热技术能刺激皮肤产生新的胶原蛋白，让皮肤更健康、肤质更好并改善脸型轮廓，有提升、收紧面部松弛皮肤的功能。光电项目的总体特点是疗程长，次数多，效果持久；而注射项目往往是立竿见影，时间短，效果明显，但往往持续时间短。药妆产品，就是含有药物成分的化妆品，对于治疗后的修复，诸如激光治疗后的皮肤色沉、热损失、小的创面等都有很好的疗效，能迅速降低各类项目对皮肤的损失度。所以，这几类微整形项目各有千秋，能产生互补，而且互相促进，相辅相成。

随着复合微整形的推广，相信越来越多的顾客会受益于这种全方位治疗，复合微整形一定会引领微整形的未来，开创微整形的新时代！

另外，特别感谢来自中国台湾的著名微整形专家王朝辉、赖衍翰、王祚轩三位先生，他们撰写了本书很多篇章，使读者可以领略来自宝岛台湾的先进美容经验，在此，特别向三位整形界的明星级人物致以最诚挚的谢意，非常感谢他们的辛苦努力！

赵琼

2013年7月于北京

