



摩天文傳 著

微整型

一定要知道的事！

三大重點，一次搞懂微整型

入門 ► 微整型與整型有何不同？醫生常用的術語小辭典！常見微整型迷思破解！

進階 ► 依需求講解：皮膚微整型、五官微整型、臉型微整型

實戰 ► 術前與術後不能忽視的肌膚保養方法彙整

JV1609

微整型， 一定要知道的事！

國家圖書館出版品預行編目（CIP）資料

微整型，一定要知道的事！／摩天文傳 著．

-- 初版．-- 臺北市：上奇資訊，2016.05

面；公分

ISBN 978-986-375-680-4（平裝）

1.美容手術 2.整型外科

416.48

105005127

作 者：摩天文傳

發行人：章孝祺

責任編輯：林采霖

封面設計：王蕙婷

發行所：有意思

地 址：104台北市中山區南京東路二段98號8F-1

電 話：02-2562-7969

傳 真：02-2562-5269

出版日期：2016年05月

著作權聲明：

上奇資訊股份有限公司版權所有。本書所有內容未經本公司書面同意，不得以任何方式（包括儲存於資料庫或任何存取系統）翻譯、抄襲或節錄。

版權所有・翻印必究

COVER DESIGN/Eva

1

Chapter

醫美入門班

妳對微整形瞭解多少

- | | |
|---------------------------|-----|
| 1. 不得不說的微整形 | 010 |
| 2. 微整形的謠言與正確觀念 | 016 |
| 3. 微整形的分類及類型 | 020 |
| 4. 消費者迷思 VS 醫師觀點 | 022 |
| 5. 微整自測，妳是需要微整形的「差一點美女」嗎？ | 024 |
| 6. 如何選擇適合的微整形療程 | 028 |
| 7. 和妳的整形醫師溝通 | 030 |
| 8. 在適當的時候實現微整形夢想 | 037 |

2

Chapter

醫美普及班

最受歡迎的皮膚微整形

- | | |
|------------------------|-----|
| 1. 皮膚鬆弛老化的變化過程 | 042 |
| 2. 化學煥膚 皮膚重生的機會 | 044 |
| 3. 光療美容 利用光線改變肌膚疑難 | 048 |
| 4. 注射型微整形 | 068 |
| 5. 微針滾輪 最方便有效的抗老方式 | 090 |
| 6. 醫師一對一：針對各種皮膚問題的醫美提案 | 094 |

3

Chapter

醫美進階班 開啟第二人生的五官微整形

1. 擬定自己的五官微調方案	104
2. 眼部微整形之雙眼皮再造	108
3. 眼部微整形之打造臥蠶	110
4. 眼部微整形之內、外眼角	114
5. 眼部微整形之消除眼袋	116
6. 眼部微整形之擊退黑眼圈	120
7. 眼部微整形之拒絕眼瞼下垂	122
8. 眼部微整形專家解答	126
9. 鼻部微整形之矯正歪鼻	128
10. 鼻部微整形之縮鼻術	130
11. 鼻部微整形之隆鼻術	132
12. 鼻部微整形專家解答	134
13. 唇部微整形之厚唇改薄	136
14. 唇部微整形之豐唇術	140
15. 唇部微整形之紋唇術	142
16. 唇部微整形之人中與唇珠成形術	146
17. 唇部微整形專家解答	148

4

Chapter

醫美高階班

塑造 360 度無死角臉型

-
- | | |
|-----------------|-----|
| 1. 最美的臉型比例 | 152 |
| 2. 找到最安全的臉型完善方案 | 154 |
| 3. 增添立體感的豐額術 | 156 |
| 4. 豐頰術讓面部線條更優雅 | 160 |
| 5. 飽滿度滿分的豐太陽穴術 | 164 |
| 6. 磨顴骨術減少面部刻薄感 | 166 |
| 7. 磨骨瘦臉徹底拯救臉型 | 168 |
| 8. 墊下巴術讓臉型更完美 | 170 |
| 9. 去雙下巴還原面部俐落線條 | 172 |
| 10. 糾正歪下巴讓面部更端正 | 176 |
| 11. 酒窩成形術增添甜美度 | 178 |

5

Chapter

醫美針對班

針對細節的微整形專案

-
- | | |
|-------------------------------|-----|
| 1. 針對腋下毛髮的冰點雷射脫毛 | 182 |
| 2. 針對妊娠紋的雷射 / 光子 / 電波 / 微晶去紋術 | 186 |
| 3. 升級甜美笑容的酒窩成形術 | 188 |
| 4. 針對缺損眉毛的紋眉修復術 | 192 |
| 5. 針對無神雙眼的紋眼線術 | 194 |
| 6. 幫助疤痕體質加速修復的疤痕修復術 | 198 |
| 7. 重建完美曲線的豐胸手術 | 202 |
| 8. 針對腋下異味的狐臭去除術 | 206 |

6

Chapter

醫美護理班

術前術後都不能忽視的肌膚保養術

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. 術前補充維生素 C 增強體質 | 210 |
| 2. 術前將舒緩防敏納入護膚計畫 | 212 |
| 3. 術前深層清潔讓肌膚煥然一新 | 214 |
| 4. 術前補足水分為微整形做準備 | 216 |
| 5. 術前把更換護膚品的計畫延後 | 218 |
| 6. 術前專家訪談 | 220 |
| 7. 術後飲食上的配合 | 222 |
| 8. 術後嚴密防曬阻絕二次傷害 | 224 |
| 9. 術後遠離菸酒構築肌膚好環境 | 226 |
| 10. 術後適量補充油脂增強肌膚抵抗力 | 228 |
| 11. 術後將溫和作為護膚的首要原則 | 232 |
| 12. 術後專家訪談 | 236 |



摩天文傳 著

微整型

一定要知道的事！

三大重點，一次搞懂微整型

入門 ▶ 微整型與整型有何不同？醫生常用的術語小辭典！常見微整型迷思破解！

進階 ▶ 依需求講解：皮膚微整型、五官微整型、臉型微整型

實戰 ▶ 術前與術後不能忽視的肌膚保養方法彙整

广西日报

（本報地址：廣州市中山路）

本報為廣州市第一份報紙，創刊於一九二一年，當時名為「廣州市報」，後改為「廣州市報」，再改為「廣州市報」，現名為「廣州市報」。

天文

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

（本報地址：廣州市中山路）

前言

並不是每個人都擁有天生麗質的面孔和肌膚，但是每個人都有追求更好的權利，讓自己悄悄地變美麗，秘密就在神奇的微整形！

微整形沒有妳想像的那麼可怕

微整形早已為人們所熟知，但是仍然有人對其報以懷疑和謹慎的態度，其實微整形不應該被認為是可怕的事情，透過現代先進的科學技術，以及反覆磨練的經驗，同時配合安全的手術工具，微整形能夠安全有效的為人們所服務，為美好的外形加分。

面面俱到的微整形

眉毛不夠濃密？眼角有些下垂？鼻子不夠筆挺？想要讓下巴的線條再柔和一點……這些在微整形手術上，都算是常見的項目，只需要進行精細的調整就能夠打造出完美的風情。如果妳對自己的肌膚不滿意，微整形也能夠幫助妳趕走粗糙暗沉，讓妳擁有緊緻細膩美肌。面面俱到的微整形能夠幫助人們改善所有不完美，由內而外的美好是微整形的最終目標。

理直氣壯的變美麗

沒有誰規定只有天生的美麗才是真正的美，後天調整和養護的美麗同樣值得被人們認可和稱讚。每個女孩都有讓自己越來越美麗的權利，如果因為身體的某一處小缺點而產生自卑感的話，不妨借助微整形的力量讓自己找回自信吧！

本書由最好的女性圖書製作團隊——摩天文傳傾心打造，聯合慧美醫學美容整形的專業整形醫師，向讀者解析神奇的美麗秘密——微整形。

1

Chapter

醫美入門班

妳對微整形瞭解多少

- | | |
|---------------------------|-----|
| 1. 不得不說的微整形 | 010 |
| 2. 微整形的謠言與正確觀念 | 016 |
| 3. 微整形的分類及類型 | 020 |
| 4. 消費者迷思 VS 醫師觀點 | 022 |
| 5. 微整自測・妳是需要微整形的「差一點美女」嗎？ | 024 |
| 6. 如何選擇適合的微整形療程 | 028 |
| 7. 和妳的整形醫師溝通 | 030 |
| 8. 在適當的時候實現微整形夢想 | 037 |

2

Chapter

醫美普及班

最受歡迎的皮膚微整形

- | | |
|------------------------|-----|
| 1. 皮膚鬆弛老化的變化過程 | 042 |
| 2. 化學煥膚 皮膚重生的機會 | 044 |
| 3. 光療美容 利用光線改變肌膚疑難 | 048 |
| 4. 注射型微整形 | 068 |
| 5. 微針滾輪 最方便有效的抗老方式 | 090 |
| 6. 醫師一對一：針對各種皮膚問題的醫美提案 | 094 |

3

Chapter

醫美進階班 開啟第二人生的五官微整形

1. 擬定自己的五官微調方案	104
2. 眼部微整形之雙眼皮再造	108
3. 眼部微整形之打造臥蠶	110
4. 眼部微整形之內、外眼角	114
5. 眼部微整形之消除眼袋	116
6. 眼部微整形之擊退黑眼圈	120
7. 眼部微整形之拒絕眼瞼下垂	122
8. 眼部微整形專家解答	126
9. 鼻部微整形之矯正歪鼻	128
10. 鼻部微整形之縮鼻術	130
11. 鼻部微整形之隆鼻術	132
12. 鼻部微整形專家解答	134
13. 唇部微整形之厚唇改薄	136
14. 唇部微整形之豐唇術	140
15. 唇部微整形之紋唇術	142
16. 唇部微整形之人中與唇珠成形術	146
17. 唇部微整形專家解答	148

4

Chapter

醫美高階班

塑造 360 度無死角臉型

1. 最美的臉型比例	152
2. 找到最安全的臉型完善方案	154
3. 增添立體感的豐額術	156
4. 豐頰術讓面部線條更優雅	160
5. 飽滿度滿分的豐太陽穴術	164
6. 磨顴骨術減少面部刻薄感	166
7. 磨骨瘦脸徹底拯救臉型	168
8. 墊下巴術讓臉型更完美	170
9. 去雙下巴還原面部俐落線條	172
10. 糾正歪下巴讓面部更端正	176
11. 酒窩成形術增添甜美度	178

5

Chapter

醫美針對班

針對細節的微整形專案

1. 針對腋下毛髮的冰點雷射脫毛	182
2. 針對妊娠紋的雷射 / 光子 / 電波 / 微晶去紋術	186
3. 升級甜美笑容的酒窩成形術	188
4. 針對缺損眉毛的紋眉修復術	192
5. 針對無神雙眼的紋眼線術	194
6. 幫助疤痕體質加速修復的疤痕修復術	198
7. 重建完美曲線的豐胸手術	202
8. 針對腋下異味的狐臭去除術	206

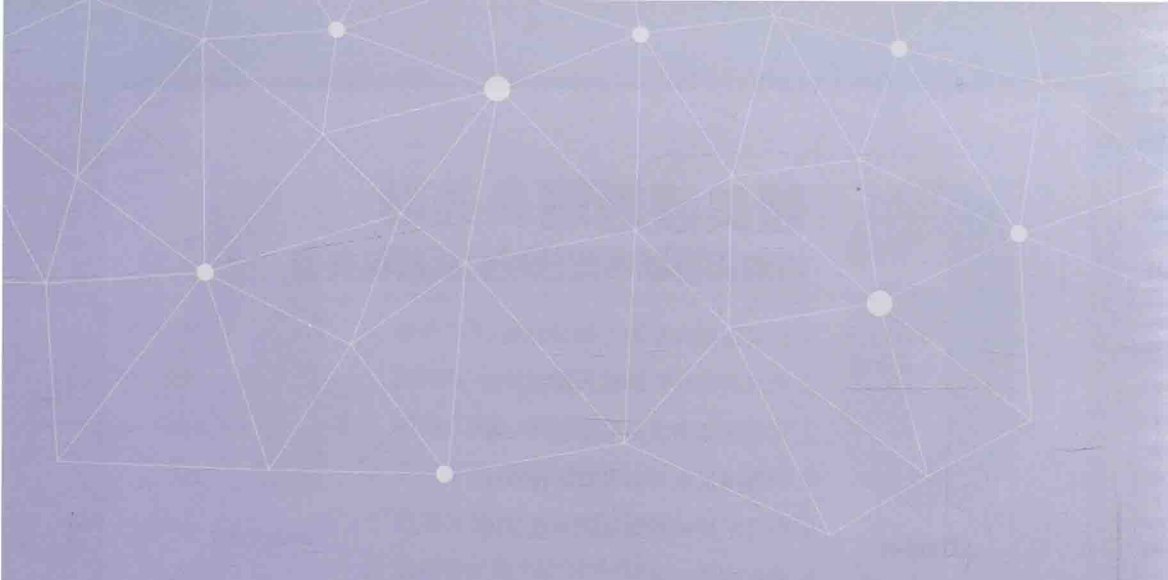
6

Chapter

醫美護理班

術前術後都不能忽視的肌膚保養術

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. 術前補充維生素 C 增強體質 | 210 |
| 2. 術前將舒緩防敏納入護膚計畫 | 212 |
| 3. 術前深層清潔讓肌膚煥然一新 | 214 |
| 4. 術前補足水分為微整形做準備 | 216 |
| 5. 術前把更換護膚品的計畫延後 | 218 |
| 6. 術前專家訪談 | 220 |
| 7. 術後飲食上的配合 | 222 |
| 8. 術後嚴密防曬阻絕二次傷害 | 224 |
| 9. 術後遠離菸酒構築肌膚好環境 | 226 |
| 10. 術後適量補充油脂增強肌膚抵抗力 | 228 |
| 11. 術後將溫和作為護膚的首要原則 | 232 |
| 12. 術後專家訪談 | 236 |



CHAPTER 1

醫美入門班

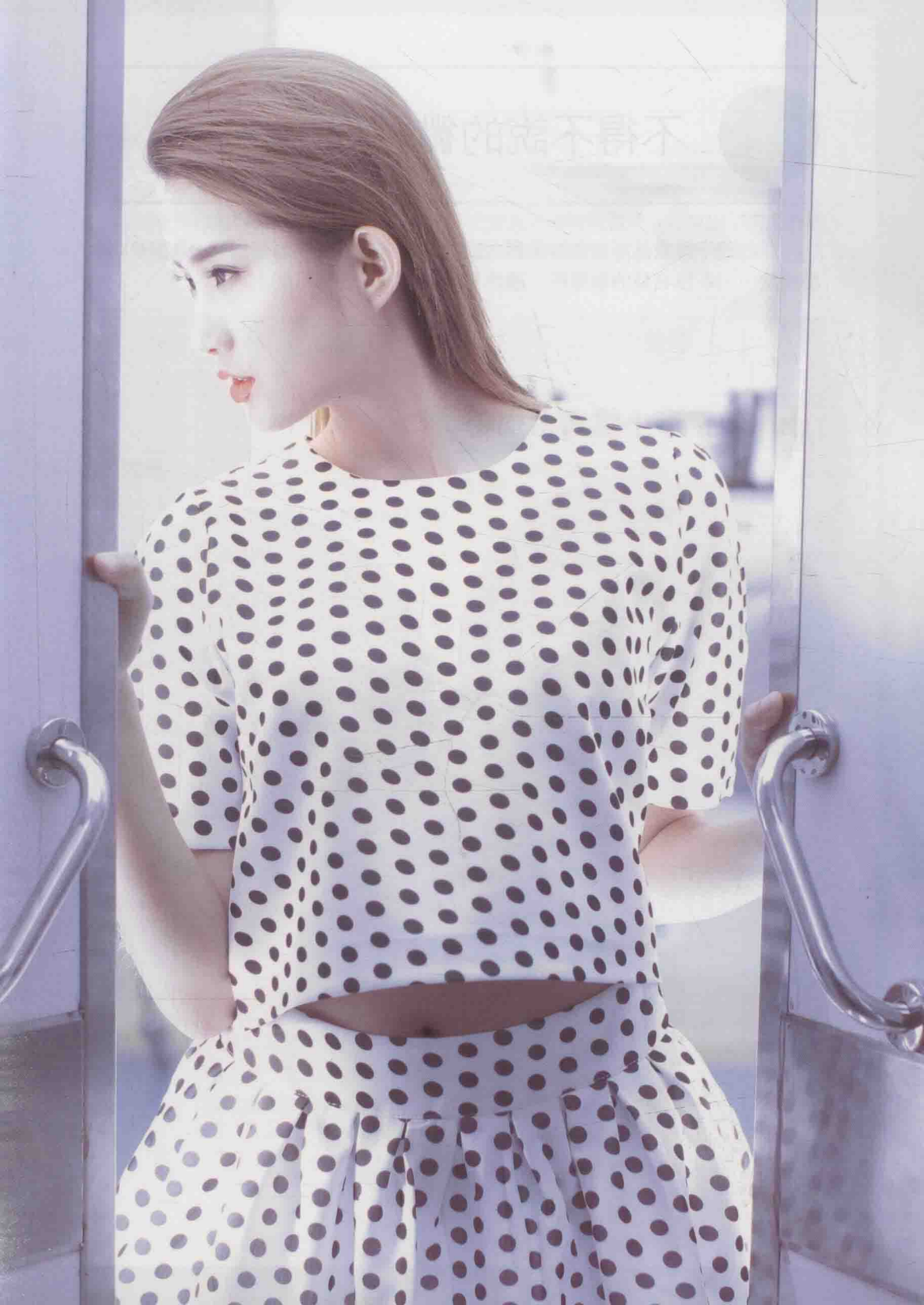
妳對微整形瞭解多少

還在期待護膚品為妳美麗大變身？

是時候改換觀念，試試明星達人都喜愛的微整形！

無需忍受開刀的疼痛，無需花費漫長的修復期，

僅僅是一頓午餐的時間，都能讓妳迅速「改頭換面」！



01

不得不說的微整形

還在苦守護膚品能夠讓妳美麗大變身？電波拉皮、注射玻尿酸、BOTOX 除皺瘦臉……各種名目的微整形，讓妳見證變美不只一種可能！



微整形小檔案全揭秘

What

微整形是一種醫療美容方式，利用高科技的醫療技術，如注射、雷射等美化手段，在極短的時間內實現變美、變年輕的美容效果。微整形不需要開刀，創傷微小，無痛苦，是適合都市愛美人士的一種美容方式。常見的微整形項目有：玻尿酸注射、脈衝光、電波拉皮、美白針等。

Who

微整形主要針對 25~40 歲，對肌膚美容具有強烈需求的女性。其中 25~30 歲的年輕女性適合透過脈衝光、注射肉毒桿菌兩種微整形抵禦膚色暗沉無光、臉部輕微細紋的肌膚難題。30~40 歲女性的肌膚問題集中在面部皺紋增加，皮膚鬆弛出現，適合注射玻尿酸、電波拉皮等除皺訴求的微整形項目。

Why

傳統的開刀整形有它的風險性，有的人可能會害怕開刀，怕痛，怕有危險，也不想讓人看出來自己整過形。而且開刀整形一般都會有一個較長恢復期，會讓愛美的人產生是否有後遺症的疑慮。隨著科技的進步，微整形只用很小的創口就能達到美麗的目的，別人會覺得妳變美了，但具體說不出來妳到底哪裡有了變化，因此微整形備受都市愛美人士的喜愛。



微整形與整形的區別

微整形和整形傻傻分不清楚？僅僅一字之差就為這兩種醫美手段拉出了明顯的界線。微整形的核心就在一個「微」字，無論是創口還是恢復期，「微」的特徵無處不在。

	微整形	整形
效果	效果比較自然，而且具有可調整性。比如注射型微整形，注射玻尿酸、肉毒桿菌素，如果對注射後的效果不滿意，還可以進行後續調整。	完成後就是長期永久性定型，調整的難度較大，如果對整形效果不滿意，則需要再次開刀。
恢復期	微整形一向被稱為「午休美容」，就是因為時間短，且幾乎無需恢復期或者恢復期很短，不會明顯影響工作和學習。	整形由於採用開刀的方式，創口較大，恢復性較長。而且，為了術後恢復效果著想，進行整形手術後一般需要住院觀察調養，少則幾天，多則數星期。
創口	微整形因為主要採用注射、點滴、雷射的方式，不會在皮膚表面產生明顯的創口，創口幾乎可以忽略不計，也不會帶來明顯疼痛感。	所有有切口的手術，即使切口再小，都屬於整形。隆鼻、豐胸等熱門的整形手術雖然目前普遍已經採用了微小的切口，但和微整形相比，創口還是較為明顯。
費用	微整形之所以備受喜愛，在於費用較經濟，愛美族只需花 1.5 萬~3 萬就能感受微整形帶來的變美魔法。	整形由於需要開刀手術，費用較為昂貴，市面上熱門的整形項目，比如隆鼻、豐胸，想要達到一個較理想的的效果，通常至少 3~5 萬起跳。