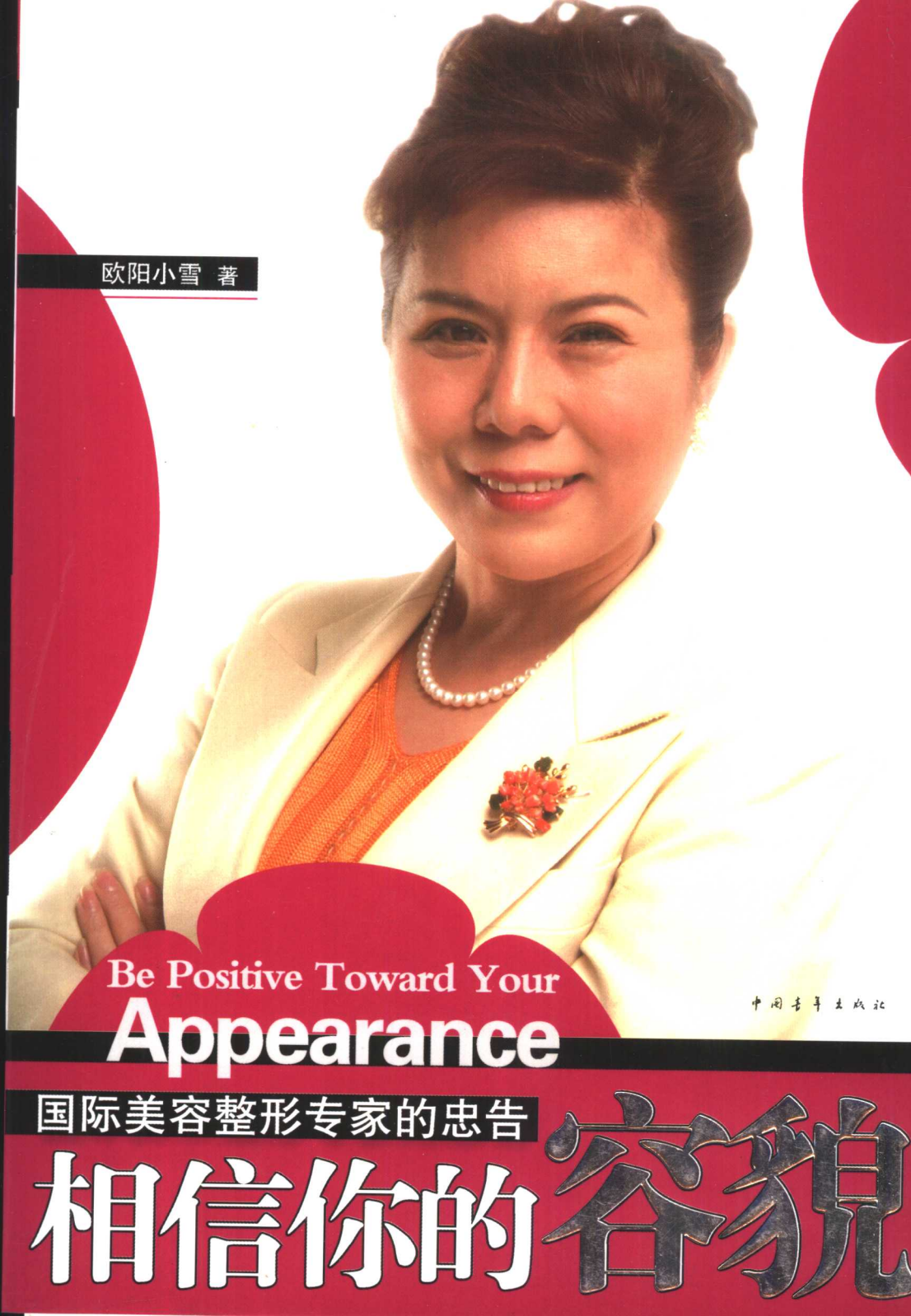




欧阳小雪 著

Be Positive Toward Your
Appearance

中国青年出版社

国际美容整形专家的忠告

相信你的**容貌**

国际美容整形专家的忠告

相信你的容貌

Be Positive Toward Your Appearance

欧阳小雪 著

(京) 新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

相信你的容貌：国际美容整形专家的忠告/欧阳小雪著. —北京：中国青年出版社，2005

ISBN 7 - 5006 - 6205 - X

I. 相... II. 欧阳... III. ①美容术 - 基本知识②整形外科学 - 基本知识 IV. R622

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 029306 号

*

中国青年出版社出版 发行

社址：北京东四 12 条 21 号 邮政编码：100708

网址：www. cyp. com. cn

编辑部电话：(010) 84015594 营销中心电话：(010) 64065904

聚鑫印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

*

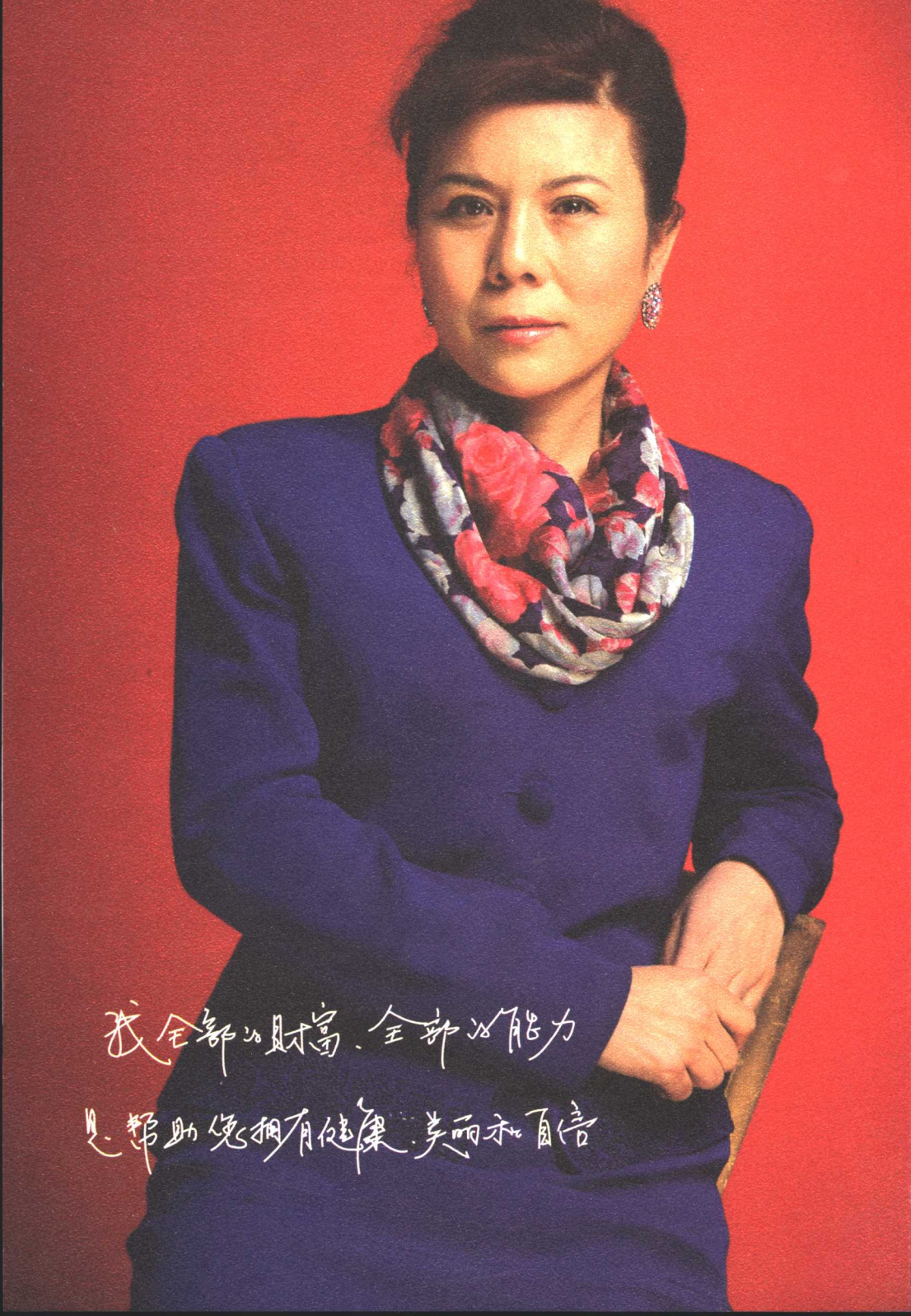
965 × 1270 1/32 9.5 印张 3 插页 250 千字

2005 年 5 月北京第 1 版 2005 年 5 月北京第 1 次印刷

印数：1 - 8000 册 定价：24.90 元

本图书如有任何印装质量问题，请与印务中心质检部联系调换

联系电话：(010)84047104



我全部的财富、全部的能力
是帮助您拥有健康、美丽和自信

欧阳小雪，著名美容整形、化妆品鉴定、亚健康干预专家。毕业于北京医科大学。发起创立北京医科大学颌面美容整形外科，以2万多例成功手术闻名医界。获中国最早草药化妆品发明专利。

1993年在北京塔园外交人员公寓创办“小雪美与健康中心”，受到《中国日报》、《人民日报》、《中国妇女》、中国国际广播电台、中央电视台等媒体赞誉。曾任第四届世界妇女大会健康咨询专家、美国P&G公司玉兰油新品上市评定专家。主笔的“小雪医生信箱”曾伴随一代人健康成长。

1996年旅居加拿大，和加拿大、美国同行在美容整形设计、女性抗皱化妆品研究和亚健康干预等领域合作。

现任世卫东方（北京）国际亚健康研究院院长、中国保健协会健康产业促进会副会长、加拿大加中文化交流协会副会长。

欧阳小雪联系方式

电子邮件: snow_ouyang@yahoo.com.cn

网站: www.whoriental.org



世卫东方（北京）国际亚健康研究院
WHO Oriental International Academy of Sub-Health

Dr. Ouyang is an outstanding plastic surgeon and the results of her surgery far exceeded anyone's expectations. (欧阳医生是一位杰出的美容整形医生，她的手术效果总是超过每一个患者的期望。)

——加拿大伊丽莎白女王二世健康科学中心
(Queen Elizabeth II Health Science Centre)

Dr. Ouyang is a hardworking and creative individual. She is compassionate to all her patients. (欧阳医生是一个勤奋而富创造性的人。她对她的每一名患者都深怀同情。)

——Chai Chu Thompson女士 (著名基因学专家、耶鲁大学生物学博士、加拿大杰出公民奖<1997 Citation for Citizenship>、加拿大自愿者终生成就奖<2000 Volunteer Award for Lifetime Achievement>获得者)

责任编辑：李晓丽

E-mail:lxlcyp@126.com

书籍设计：与木

E-mail:oceansize@126.com



中国医学科学院整形外科医院院长

北京协和医院院长

中国协和医科大学副校长

北京医疗整形美容业协会会长

戚可名教授推荐本书的五大理由——

1 欧阳小雪医生在美容整形外科领域有着精深的造诣和丰富的经验。她严谨治学，不断追求专业上的完美，在业界享有极好的声誉。我很认同欧阳小雪医生对美容整形设计的八个信条。她的八个信条，堪称美容整形设计的八个原则，应该成为每一名美容整形医生和设计师的执业信条。作为一名第一线的美容整形医生，能够站在这样的高度，从自己的手术实践中，思考提炼出如此重要的原则，是难能可贵的。我相信，欧阳小雪医生的八个信条，能够给美容整形界带来新的概念和思维，也能够给行政部门以有价值的参考，当然，最终受益的是美容整形患者。

2 欧阳小雪医生以自己的手术实践作为基础，通过一个个手术案例，提出了美容整形的“大设计”概念，揭示并阐明了美容整形设计的重要性。她提出了有关美容整形设计师的资历问题，提出“没有医学背景的人不适宜做美容整形设计师”。这些观点都是相当正确的，特别是在目前美容整形界鱼龙混杂的情况下，更具其现实意义。

3

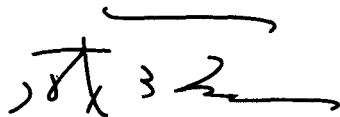
欧阳小雪医生从医学、美学、心理学、职场脸谱学四个角度呈现了美容整形的魅力和陷阱，充分体现了她对美容整形的实质有着深邃的理解。她将美容和整形完美地结合起来，使得美容整形真正地和一般的整形手术区别开来。这也是难能可贵的。更可贵的是，在实际的手术实践中，她也是这么做的。应该说，欧阳小雪医生的患者是幸运的。

4

欧阳小雪医生能够把相当专业、深奥的整形外科知识，变成人人都爱看、人人都看得懂的材料，是对美容整形的一个了不起的贡献。这不只是表现形式问题，更重要的是体现了她渴望让每个人能够走近美容整形、让美容整形走向更多人群的热忱，体现了她的社会责任感和爱心。

5

欧阳小雪医生能够在20余年的手术实践中，坚持记录、思考、整理自己的手术案例，并将其公开，无私地奉献给社会，这种精神也是难能可贵的。我愿号召整形界的同仁向欧阳小雪医生学习，学习她的严谨求实、精益求精的态度和对美容整形事业的挚爱。



2005.2.2.

著名作家何建明推荐本书——

想幸福生活，那就跟她美丽吧！

认识欧阳小雪医生已经有些年头，这些年头里似乎一直有个词汇泛动在我的脑海之中，那就是“美丽”。她的人和她的心；更有她的医术与学理，皆融入在这两个字间。

人类对“美丽”这个词特别喜欢，是因为我们的生性里不能没有她，没有美丽何谈幸福？没有幸福的生活，我们来到这个世界上又有什么意义？

但对许多人来说，上帝并没有将“美丽”特别地恩赐于她（他），因此追求美丽成了一种人生，一种理想，一种时尚，一种境界和一种永不满足的企盼。我们有时可以没有食足和衣暖，我们一生可以没有荣华富贵，但我们不能没有美丽——美丽不仅是外表的，它更多还在于我们心灵深处的某种感受……

爱美之心人人皆有，可美的概念和标准各不相同。有人为美而自豪，有人为美而痛苦，有人为美而不惜代价，有人为美而剥骨去脂。但美常常在不可及的遥远天际，而有时又在你信手可得的身边。美，因此变得神秘奇妙，光幻迷影。

美，来自于天质，也来自于自然，同样，美还来自于创造。

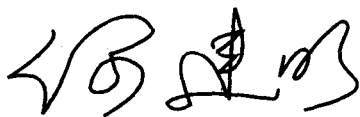
欧阳大夫属于那种用自己的美学理念和医术精道教人制造美的人。她有一把被权威人士称道的外科医生的神奇之刀，让丑变美，让美更美；她有一颗跳跃着青春激情与温芳女人组合一体的精细之心，教你学美，教你变美；她有一套求解人生真谛和针对各异的你而设计符合及属于你个性张扬的美学之道。

美丽，可以是公众的审形尺具，但更多时候是你自信的体现；

美丽，可以是生活的不可或缺，但更多时候是你对生活的感觉和理解。

美丽，可以是自我身体的舒坦与健康，但更多时候是你让自己之外的人获得的感受和欣赏。

因此，欧阳医生会用她的真诚、善意和高超的知识与技能，引领你走进或走出那个“美丽围城”……想幸福生活吗？那就跟她美丽吧！



前言

前言

我谨以这本浸透着我20年心血和汗水的美容整形手术及设计手记，献给千千万万在美容整形的十字路口徘徊的朋友。

专门研究整形外科史的芝加哥大学教授Sander L. Gilman在《美化身体——美容手术的文化历史》一书中预言：“到2020年，没有人会问你有没有做过美容整形手术，他们会问你为什么不美容整形手术。”

人们追求完美、锦上添花的本能，驱使越来越多的并无外貌不足的人群和美容整形手术结缘。美容整形的魅力正在使整个世界趋之若鹜。

在过去的20年里，随着美容整形手术的面纱被一层层揭开，人们踊跃发表对它的爱恨交加的评论。

爱之者因为各种原因而爱。或者正是美容整形手术把某位本只能过普通人日子的幸运者送上了云端，从此一路绿灯，成了真正的high flier。或者，美容整形手术塑造了一个个可以在新的环境以全新面貌进行新的人生的崭新自我，让我们这个生机盎然的国际化大都市汹涌的人潮看起来也日新月异，不断推陈出新。或者，美容整形手术因为其高消费的特点造就了一个高消费的人群，从而造就了又一个高利润的产业。作为这个高利润产业的淘金者，对汹涌澎湃的美容整形，怎么能够不“爱她一万年”？

然而，恨之者却只有一个原因：对美容整形手术的效果不满意。

谁都不能掩盖美容整形无情的一面：一刀划过，尘埃落定，所有的鼓励、安慰，所有的解释、道歉，所有的修补、赔偿，都会随着岁月的流逝而化为乌有，只有瘢痕负荷的酸、甜、苦、辣、痛的记忆，会伴随着你的一生。

我做过很多对失败手术的修复手术。毁容病例对我震动很大，我一辈子都不会忘记。多年来，许多来自国内不同城市因美容而被毁容的患者写信给我，希望获得整形康复，其中有些患者已有自杀倾向。因来信量大，最多的一天收到119封信，我请护士和我一起回信。我在报上发表《致爱美者的公开信》，提醒他们，不要到不

具备医疗条件和手术医生的地方做手术，忙着做美容整形知识的扫盲。我记得我给《健康报》写的最早的一篇科普文章，题目叫《隆鼻与重睑手术的设计与选择》，发表于1986年。

我发现，由于缺乏专业的美容整形设计师，非常多的美容整形手术是在无专业设计的情况下进行的。有的是医生和美容求术者经过短暂的谈话，确定一种手术方案，确切地说是对号入座的一种手术名称，实在不能称之为手术方案，就可以签《手术同意书》；有的是听由不懂医更不懂手术的美容师进行所谓的设计。

美容整形首先是一种医疗行为，医学的基础决定着任何一个美容整形手术的可能性。非良好外科手术医生背景的人，凭什么设计？

不过，如果他仅仅是一名刀法精湛的好医生，对“美”、“心理”、“社会”这些领域缺乏敬意和探索的欲望，那么，我要提醒你：千万别去他那儿“我拿明天赌青春”。美容整形设计师需要一种叫做“联觉”的东西，调动自己所有的感性、知性、知识和记忆，去作出一种正确的判断。

接连不断的毁容事故告诉我，还有很多人对美容整形一无所知。媒体、广告对爱美求美者的误导也处处存在。人们太不了解美容整形了。他们随时都可能把自己的美丽交给不专业的美容整形设计师，酿造新的遗憾甚至悲剧。

为此，我决定将我的一例例手术设计向世人公布，意在呼吁人们，在走进一家装修得富丽堂皇的餐馆落座之前，最好到它的后厨看看：是否符合卫生标准？同时，也为了注释我的美容整形设计的八大信条。

我的这些一例例整形手术，都是我为爱美者建起的一座座自信的楼宇，每一座楼宇，都建造在用医学、美学、心理学、职场脸谱学构筑的坚实地基上。在此我要特别感谢罗丝·罗斯特丽（Rose Rosetree）女士，是她使我得以将风靡美国职场的职场脸谱学和美容整形手术完美无缺地结合起来。

为照顾读者的不同兴趣，我的手记分别按手术的医学设计、美学设计、心理学设计、职场脸谱学设计4个领域进行呈现。但实际上，在每一例手术的设计、操作过程中，都必须同时从医学、美学、心理学、职场脸谱学4个视角考虑。

邂逅美容整形的时候，无论你梦幻期待，还是慌张迟疑，我的手记都在等待着你。打开她吧，因为她的每一句话，都是对你的最贴心的忠告；每个字符，都是对你的最真诚的祝福……

目录

前言

序篇 两万例手术后的沉思

□第一例美容整形手术	004
□“秋海棠”	005
□上书院长	008
□我的“大设计”观	011

I

第一篇 我的美容整形设计信条

沟通无极限 018

□广州来的专业咨客	018
□百分之百的回头率	021
□美国长途	024
□我的美容整形设计信条1：充分沟通	026

女为己容 028

□黄女士的三个理由	028
□致黄女士的信	030
□我的美容整形设计信条2：为自己美	032

梦幻的期待 034

□“梦蝶”的费女士	034
□新梦想的诞生	036
□我的美容整形设计信条3：合理期待	039

寻找缺陷 041

□“打劫设计”	041
□无的放矢	042



☐ 错误的深渊	043
☐ 我的美容整形设计信条4：锁定缺陷	044
把自己留住	046
☐ Richard从新加坡来	046
☐ 在巴黎的“中国美女”	047
☐ 我的美容整形设计信条5：最小改变	048
凡事预则立	050
☐ 回天无术	050
☐ 致“OK医生”	052
☐ 我的美容整形设计信条6：负面优先	053
心灵庇护所	055
☐ 一封不能回复的信	055
☐ 绝对隐私	057
☐ 我的美容整形设计信条7：绝对保护	058
一生为你护航	059
☐ 岂能人去屋空？	059
☐ 失而复得的容颜	060
☐ 我的美容整形设计信条8：终身负责	061

第二篇 我的医学启示录

术前	066
☐ 无法通融	066
☐ 贪食差点闯了大祸	068
☐ 她怕麻药失效	070
术后	072
☐ “宽限期”	072
☐ 李小姐的术后恢复	074

鼻整形术	077
□我拨通了整形外科的电话	077
□他的鼻子为什么不正?	079
□是个医生都能做?	081
□假体进出的代价	084
重睑手术	086
□动人的广告	086
□不该做成双眼皮的眼睛	088
□不是线松了,而是皮肤松了	090
□“幸亏发现得早……”	091
□回报率	093
隆胸手术	096
□越是专业的问题,越要向术者介绍	096
□真假乳房	098
□“我现在惟一的愿望,是把这个东西拿出来!”	100
□一次隆乳手术前的沟通	102
其他单项手术	106
□她再也不用躲着女儿了	106
□惟妙惟肖	109
□“浑身上下,哪儿都不能随便动。”	111
□换肤	113
□徐女士吸脂手术的咨询报告	115
□成竹在胸	118
多项手术	120
□“三项手术可以同时做。”	120
□制造“准备状态”	121
□减肥马拉松	124
□在我的刀下,什么奇迹都能创造	126

