

联智传播

Beauty Bible

美丽无所畏?

陈焕然 / 著

关于整容的全部实话



线装书局

B e a u t y B i b l e

美丽无所畏？

陈焕然 关于整容的全部实话

线装书局

图书在版编目 (CIP) 数据

陈焕然美丽无所畏 / 陈焕然著. — 北京: 线装书局, 2004.1

ISBN 7-80106-322-8

I.陈... II.陈... III.美容—整形外科学 IV.R622

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 124636 号



www.wlpress.com

策 划: 鲁莉蓉 + 慕云五

装帧设计: 刘 科

书 名: 陈焕然美丽无所畏 / Beauty Bible

作 者: 陈焕然

责任编辑: 文 慷

出版发行: 线装书局

地 址: 北京市朝阳区春秀路太平庄 10 号 100027

电 话: (010) 64154348

印 刷: 北京雷杰印刷有限公司

开 本: 880×1230 1/24 6 印张 120 千字

版 次: 2004 年 1 月北京第 1 版

印 次: 2004 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1-10 000

书 号: ISBN 7-80106-322-8/R · 4

定 价: 22.00 元

你以为上帝给了你一切？其实上帝只给了你

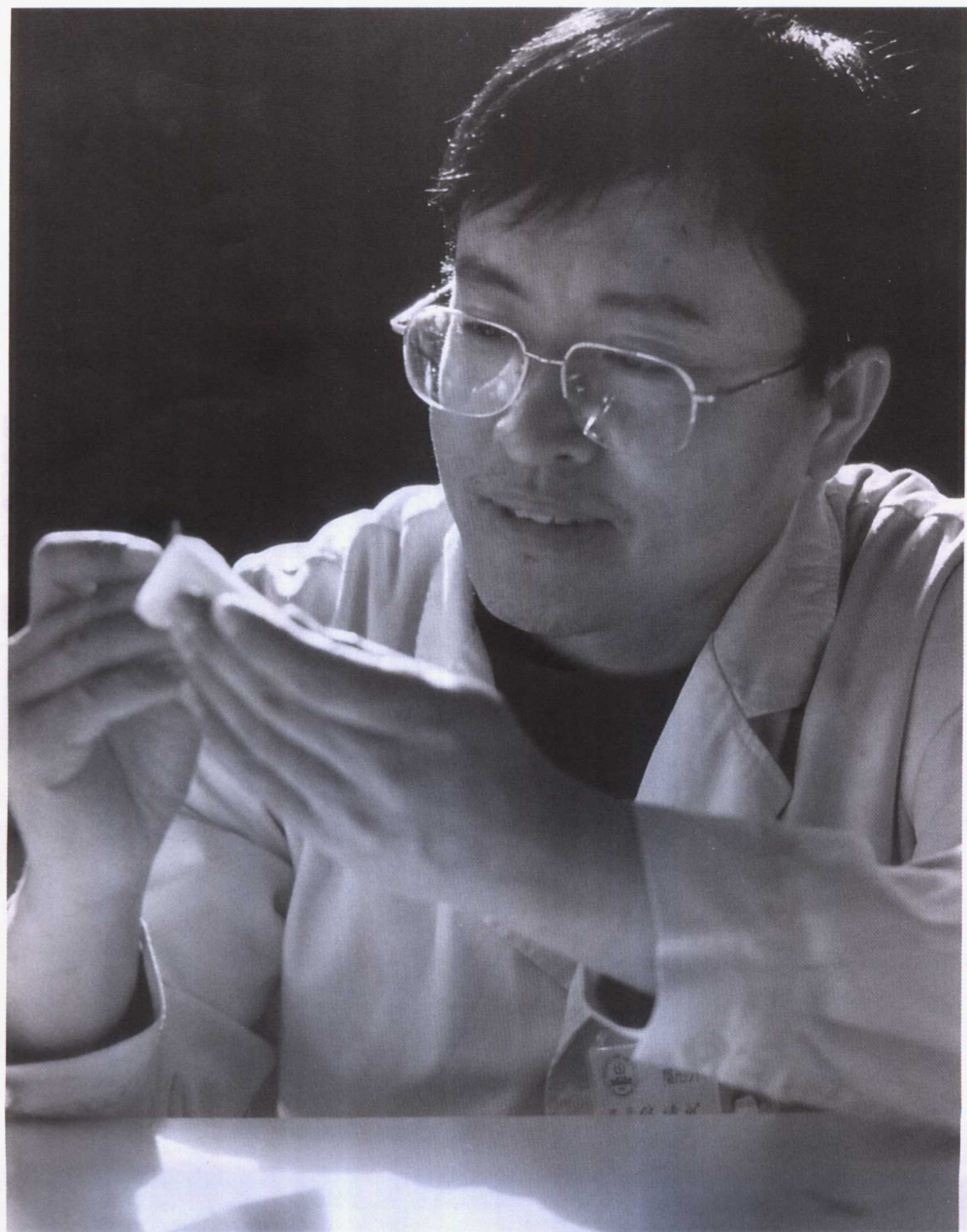
一颗心和一双手，让你用它们去创造你的生活。





我的自信心不会全部来自于整容后的外表,但现在

我的样子确实让我觉得很舒服,并且最让我欣慰的是,我还是我。



目录

美丽吸引力(代序)/1

01

陈焕然眼中的美人脸 /13

假如一个女孩,其面部轮廓在框架结构上符合“三庭五眼”,而正中垂直轴上又有“四高三低”,横轴上符合“丰”字审美准则,达到以上十几个基本指标,那么这个女孩至少是80分以上,可以称之为“美女”了。

02

其实,五官一直在诉说 /27

人体面部五官时时刻刻都在传达重要信息,体现一个人的气质、内涵、性别、情绪、性格等等。

03

眼皮只双、鼻梁只高还不够 /29

作为整形医生,一定要想到病人不是来做个双眼皮那么简单,病人也不是仅仅找你要把鼻子垫高些;她要做双眼皮或垫高鼻子,她的最终目的是为了更漂亮;她要求吸脂减肥也不是要把脂肪吸掉那么单纯,其目的是要雕塑出凹凸有致的形体来。从理念上说,一个好的整形外科医生应该多从这方面去考虑。

04

要想打造一张脸, 手术安排有先后 /33

五官的整容是有一定顺序的。要严格遵守这个顺序,首先从结构调整,搭框架,再来做一些局部的器官。并且从静态的美容手术到动态的。如果顺序搞反了就会事倍功半,面部的结构就被拧了,反了,就像一个程序的错误,作品肯定拿不出手,拿出来也是一个一般的作品。

05

整容手术,面部表情不容破坏 /37

为什么一次拉皮手术就会损失一定比例的面部表情呢?这是因为拉皮手术本身,不可避免地有手术创伤,同时手术又会使得面部各个分区内的表情肌肉间的相对位置有些变动,每个平面之间的相互关系就可能遭到破坏;甚至,拉皮手术做得失败时,手术区域内的各个表情分区的曲面和平面的过渡都几乎消失,这就形成了所谓的“面具脸”。所以说拉皮手术,要慎之又慎!

06

性感身材也有尺度 /39

颈部跟胸部交界的地方,有八到九个凹陷:一边四个凹陷,加上胸骨上方本身的一个凹陷,这些凹陷俗称“美人凹”。这些凹陷,是胸骨、锁骨、胸锁乳突肌的两个肌腱和颈部的本身在颈部区域共同构成的,形成天鹅般优美的颈项。

07

美是动态的,追求无止境 /45

人类的审美是一个动态的,还受种族和文化等诸多社会心理因素的影响。随着人类社会不断发展,人们审美的情趣日趋多元和个性化,这也就给整形外科医生提出了更高的要求,要求我们能在不同时期,不同条件下,做出不同的个性化的成功作品来。

08

求美，你准备好了吗？/49

先看看你是否有三个足够：足够的勇气、足够的金钱、足够的时间。

再反复地问自己四个“一”：

一个充足的理由——我为什么要做整容手术？

一个良好的心态——我是否有很高的热情？

一个切实的期望值——我的期望值究竟有多高？

一种经济能力——我能承担得起手术费用吗？

09

来者何人，为何求美 /53

美丽的确有它的商业价值，但获得美丽的成本和风险却是让我们不得不考虑的问题。中国消费者协会的一项统计数据显示：中国在整形美容兴起的近十年间，每年因美容不成功而毁容的投诉案件就有两万起。如果你确实需要整容，建议还是去找受过专业训练的，值得信赖的整形外科医生。

10

纯棉？毛料？衬衫？西服？/57

国外把整形外科医生称为人体雕塑家。只是所用的材料不是无机材料，而是用有生命的血肉之躯来雕刻。为什么我很热爱这个职业，这么狂热。我们这工作确实是别的工作无法比拟的。它让我这样的人获得极大的成功和满足。为什么？它有你发挥和创造的空间，确实是一份有创意，有挑战性的工作。当然，创造和创意并不是无限的，它是要遵循一定的医学科学规律，符合一定的美学标准，考虑到复杂的社会心理等诸多因素和背景，发挥你最大的创造性和能力，做出来是会说话的，鲜活的作品。

11

无创、无痕的手术 其实不存在 /63

严格来说，每个手术不论大小，都存在风险；都会有创伤；术后都会遗留疤痕，都有可能发生并发症。因此，对一个手术的评估，所谓的安全只能说是相对安全，绝对安全的手术是不存在的。

12

想手术？能忍则忍！/65

一个整形外科医生应该把病人当成自己的好朋友，站在她的角度来看，手术对她是否真的有帮助。因为，在临床上我们发现很多人来寻求手术，其实手术本身对她而言是没必要的，或者说至少是没有切实的帮助。

13

察言观色，量身定型 /71

一般一个女孩来，首先要看她是属于什么类型的女孩。总体来说有三类：小家碧玉型、大家闺秀和歇斯美女。如果还要细分下去，那就会是仁者见仁，智者见智了。我们大概可以分出如下十几种：秀外慧中型；性感诱人型；小鸟依人型；贤妻良母型；前卫时尚型；冷俊性感型；活泼开朗型；狐媚妖娆型；高贵典雅型；淳朴漂亮型；纯洁善良型；楚楚动人型；成熟丰满型；中式古典型等等。各型之间可以有交叉成分。

14

打造完美，沟通是关键 /75

这是作为一个负责任的医生应该告诉你的，用最少的钱，付出最小的代价和痛苦，去做那些最重要的手术，会给你整体的面貌带来焕然一新的感觉。而不是想做哪个地方就给你做哪个地方。

15 让我们来预测不一样的你 / 79

临床上,大部分整容手术是可以做到在手术前就知道手术后是什么样子的。一般是通过各种手段并配合计算机辅助设计等技术,在手术前设计出手术后的样子,让求美者自己观察,满意然后再进行实际的手术操作。

16 热门整形 Top10 / 83

一般来说,临床上最常见的是与眼睛、鼻子、下巴、面部年轻化、乳房和全身的脂肪抽吸体形雕塑有关的十大类手术。

17 送你一双“桃花眼” / 85

我们所谓的“桃花眼”具有这样的特点:眼睛较大而圆,眼裂长,眼睛的外侧向外上方扬起,而同时双眼皮形状恰好是内窄外双也向外上方展开的。临床上,只要条件具备,设计合理,操作得当,这样迷人的桃花眼是可以获得的。

18 救救我的鼻子 / 89

隆鼻术为我国施行较多的一种美容手术。国内大多数专家主张硅胶块是隆鼻术的首选材料。固体硅胶隆鼻术已有几十年的临床应用实践,已有数十万病例的积累,因此,固体硅胶隆鼻术是比较成熟的方法。

19 别让我,在“飞机场”流连 / 91

在现实生活里,女性胸部大小的重要性是不言而喻的。因为,女性乳房是女性形体美的最显著的标志,丰满而有弹性的女性乳房更是女性妩媚的象征。

20 雕塑魔鬼身材 / 95

手术吸脂减肥是通过减少肥胖部位脂肪细胞的绝对数量,达到减肥并重新塑造人体体形的目的。

21 抓住青春的尾巴,别松开 / 99

面部的年轻化,主要是指面部除皱术。面部除皱术一般分四种:有面部上三分之一除皱术、面部中三分之一除皱术、面部下三分之一除皱术以及全颜面除皱术。

22 人工材料,千奇百怪,怎么选 / 103

一般来说,一种人工材料用了二十多年,用了几百万病例都没事,这种材料自然较为可靠。一种人工材料,刚刚开发出来不久,只用了三、五年,人数不多虽然也没发现什么大的问题,这种材料就不一定敢说比前面那个好。医用材料是用来植入人体体内的东西,它不像头花、服装似的可以经常更换,不必追新求变。

23 手术台上:痛并快乐着 / 107 ——雪儿的日记

一位求美者的日记,真实地记录了她在手术台上的全部感受。

24 整容手术后，要住院吗？/117

十大类手术中，面部除皱术，需要住院治疗；隆胸手术，只需住院观察两三天；其他都是门诊手术，随时做，随时走。例如，吸脂术和有关眼睛、鼻子、下巴的手术后都可以回家休息。

25 你看，你看，你的脸悄悄地在改变 /119

手术后都需要一定的恢复的时间，而恢复时间的长短主要与个体差异有关。有的人恢复特别快，有的很慢。

26 我，真有问题吗？/121

不少整容失败者都会出现心理问题，此时他们需要求助于心理医生。即使是成功的整容有时也会引发心理问题，而整形手术失败后，这些心理问题就更容易出现。

27 最常见六类整容失败手术 /125

常见的六类整容失败手术主要集中于眼睛、鼻子、下巴、除皱、吸脂和乳房整形。最容易做坏的是眼睛，这也是一旦做坏最难修复的整容手术。

28 为何自己看不惯自己 /127

一个人假如做了太多的整容手术以后，她自己能不能接受自己都是一个问题。

29 当整形遇到相面 /129

中国传统文化中的相面，虽然是迷信，但是它是客观存在的。作为整形医生，有时候也要考虑到传统文化对老百姓的影响。

30 犯法了，请别来找我 /131

一个医院或一个诊所给一个求美者做整容手术，求美者需要出具什么样的证明文件？又在何种情况下就必须出具？假如把一个人的脸改得面目全非了，需要更换身份证，又应该通过什么法律程序呢？

31 整容，未来会怎样 /133

展望未来，一方面，从国家来说，应该培养更多的整形外科的专门人才；同时社会舆论要加强科普宣传，提高人们的审美情趣；对我们医生自己来说，要严格自律，加强自身修养，努力钻研业务，为求美者提供更好的服务；对求美者来说，在求美之前，首先要好好了解自己的脸上有什么缺陷，给自己一个正确的评估，然后告诉医生，跟医生沟通，定下一个完善的细致的手术方案，然后手术才可以成功！

后记 /135

美丽吸引力

(代序)

从小到大，我就喜欢新、奇、美的事物，好奇心极强。不管遇到什么东西，总是有打开它看个究竟的冲动……

严谨 精确 专注 好奇心 追求完美——整形医生的素质

投身整形美容事业

那是1990年，在中国协和医科大学念博士的时候，我的导师国内外著名的整形外科专家陈宗基教授碰到一件烦心事：两个北京著名高校的学生来看整形外科门诊，要找他做手术，想要改变自己的性别。当时情况下，国内有关的研究一片空白，还没有一例有关变性人的报道，甚至连听都没听说过。中文的书籍和文献更是没有有关这方面的内容介绍。

有一天，我跟导师出门诊，导师问我：“你对‘变性’这个课题有没有兴趣？”这个课题倒是挺符合我的个性，我从小到大就是喜欢新奇的事物，好奇心特别强，难一点不怕，就喜欢做那些富有挑战性的工作。

其实，那时我正在为将来博士论文的选题而犯愁，想选一个有一定难度的课题，已经查了三个有关课题的文献资料。当时我们已经知道，与整形外科领域相关的有三个难题还没攻克，第一个是（喉癌手术后的）喉再造，第二个是（膀胱癌手术后的）膀胱再造，第三个是（直肠癌手术后的）肛门再造，难点在于让这些再造的器官具有正常的生理功能。

这三个课题同时查资料，最后有关变性的课题提出来，又查，一共查了这四个课题，四个课题都是查资料先写综述，但最后定下来变性。是因为觉得这个课题很有挑战性，国内还没有人做过相关的研究，而且在查资料和临床接触病人的过程中，对变性的研究也产生了极



陈煥然和他的导师陈宗基教授

在整形外科领域里,把一个男人变成美女,要完成几次蜕变:



第三级台阶: 一般的女孩 — — — — — ➔ 好看的女孩;

我之所以一开始就说到第三级台阶,是因为有性别障碍的人还需要经过第一级和第二级台阶:

第一级台阶: 五大三粗的男孩 — — — — — ➔ 配制完善,功能齐全的女孩;

第二级台阶: 这个功能齐全的女孩 — — — — — ➔ 一般的,看得过去的孩子;

当然“天生”的女孩一开始就已经幸运地站在第三级台阶上了!

第四级台阶: 好看的女孩 — — — — — ➔ 美女;

第五级台阶: 美女 — — — — — ➔ 人间尤物;

而对于变性后的女孩而言,第五级台阶还包括结婚多年,老公浑然不知的含义。

一般我把来找我手术的人,不当“人”,而是素材,即创作的材料,故而称为作品,根据病人自身条件、双方投入程度和创作时的状态,最终结果分为普通作品、精品和皇家极品。

其实,整形美容外科的技术和审美理念,几乎全都融合在我的每一个作品之中。

大的兴趣。这样就定下变性的课题了。

所谓变性手术的课题，就是把一个人的性别重新塑造，比如，把一个男人变成一个女人，再把这个女人变成一个美女，并让她具有女性美丽的容颜、凹凸有致的身材和良好的性功能。而这一切又恰好综合了我的大学老师所说的21世纪最有前途的三个学科：第一，是整形美容外科学；其次是性医学；再次是心理学。

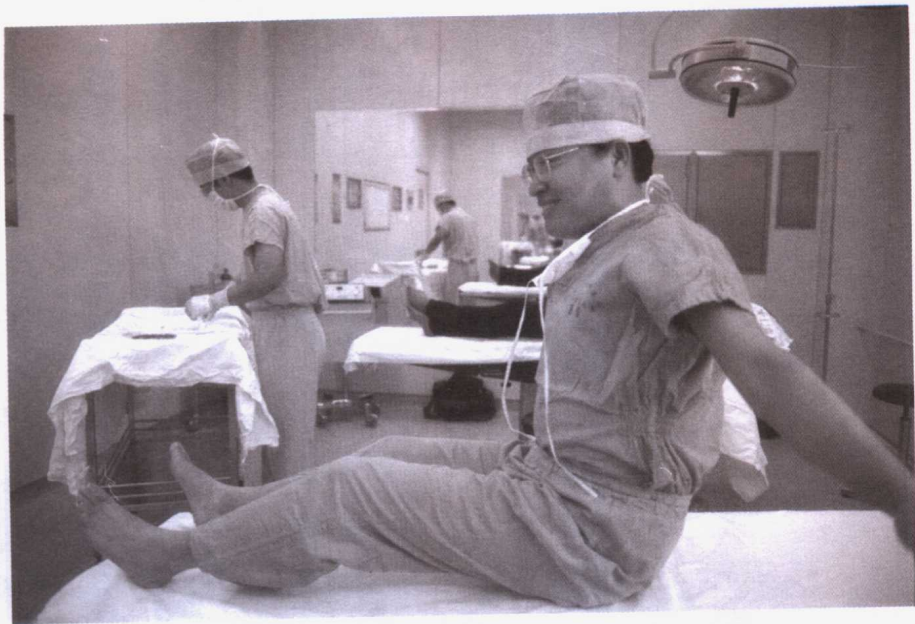
美女追踪记

记得刚上研究生那会儿，我的导师陈宗基教授对我说的第一句话是：“师傅引进门，修行在个人。”

自从我的导师把我引到整形美容外科这一行，我就一发而不可收了。十几年过去了，出于对这一职业的挚爱，我渐渐地“病”倒了——得了“职业病”，再后来，这种病越来越严重，竟然有时自觉不自觉地就跟踪起美女来了。现在回想起来，还真有几次难忘的经历呢！

有一次去厦门会诊手术，回北京时乘坐的是东方航空公司的班机，我还记得那个女孩，一个空姐，她负责我们这一排的客人，我装着很渴的样子，就老要矿泉水，一会儿要一瓶，一会儿要一杯的，其实主要是为了看看她。

第一眼看见她会让人想起桂林山水：风景出色，静静的湖水，似有微风吹过，杨柳摆动，那种感觉特别淡雅，不张扬，可爱动人，简直就是一幅鲜活的江南山水画。但惟一的遗憾就是下巴和下颌角之间有一个小小的疤痕，不仔细看还真看不出来，稍微有



有时候我在手术台上，病人说：陈医生，差不多了，我不想变成人间尤物，我说：不行！上了“贼船”，不能轻易让你下去，你的要求太低，必须达到我的要求，必须让我满意才行，否则我心里难受啊。而且站到手术台上，我从没有觉得累过，有时候一天手术，不吃不喝，照样劲头十足。但一旦做完手术，下台，就感觉特累，话都不想多说了。

点凹陷，这是一个微小的缺陷；另外，她的鼻子，鼻头稍微有一点点大，鼻孔有些张开，因为我从底下看的嘛，要不然也看不见，就这两个缺陷。

但我也不好跟她说，这么多的客人，我就只好假装不停地要水，给她留下了较深的印象，一直到还有半个小时就抵达北京了，我更着急了，惟恐没机会说了。

于是，我又起来去洗手间，顺道跟她攀谈起来，说我是整形外科医生，你挺漂亮的，可脸上这个疤是怎么回事呀？她告诉我，小时候长过一个脓包，挤过，当时没有处理好，结了一个红红的疖子，就落下了个疤，后来凹下去了；至于鼻子，她说没办法，像老爸，老爸就是这种鼻子，大鼻头，鼻孔也朝天。

跟她聊了一会儿，问她愿不愿意锦上添花，她当时就不好意思了，可能是比较羞涩吧。临下飞机，她在机舱门口送客人，跟我要了地址。大概好几个月之后，三个多月吧，她轮休，到我们医院来做咨询，再后来，做了手术，手术后感觉挺好。现在还一直保持联系，有时还能在那条航线上见着她呢。

有的时候，我心情好也没什么事，就出去“猎艳”，出门一般不打车，打车只能在街上“浏览”美女。但是，在公共汽车或者地铁里面碰到的美女可以近距离欣赏，而且这类美女比较朴素，比较“原装”。等下了车，就去星巴克、滚石、J.J.、钱柜这些地方，欣赏另一类的美女，那里的美女一般要时尚、前卫得多。

我的眼睛看美女特别厉害，唰的一下扫描，几秒钟就能锁定一个目标，大多数情况下是想不看都不行，美女自动要进入眼帘，挡都挡不住。除了扫描、分类和评估以外，还能迅速作出判断：哪些



作为一名整形外科医生，只有懂得美，
会欣赏美，才能创造出美。如果平常不善于
去发现美，理解美，比如一双美丽的大眼睛，
一个漂亮的鼻子，从你身边擦肩而过，你都
无动于衷，那又怎么会知道把一个不美的东
西变成美的呢？这是不可能的。