

李小姐：我身材比较胖，朋友们都劝我去做吸脂。听说吸脂有很多种方法，我不知道该用哪种？

支教授：目前的吸脂术主要有体外共振吸脂术、负压吸引术、超声波吸脂术、电子吸脂术等几种。从临床上看，负压吸脂术是最传统的方法，正逐渐被淘汰；而超声波吸脂术、电子吸脂术由于太费时、费用过高、见效太慢，加之仍有血管损伤，并未广泛使用，因此共振吸脂术是目前使用最广、效果最理想的吸脂方法。

王女士：我的身材很差，能不能通过减肥达到塑身的效果？你们是怎样做的？

支教授：吸脂不仅可以减肥，更有塑造女性优美曲线的效果。术前，我们会通过全面会诊，依据人体黄金比例，精确计算每一位顾客的吸脂部位和吸脂数量。然后，以全面测量数据为基础做整体轮廓分析，设计整套最佳方案，达到局部瘦身、全面美丽的效果。

刘小姐：吸脂减肥后会不会反弹？

支教授：吸脂后不会反弹。成年人脂肪细胞的数量是恒定的，肥胖的人是因为脂肪细胞体积增大，吸脂术由于确切可靠地减少了人体脂肪细胞的数目，即使术后剩余的脂肪细胞体积再增大，其总的体积增加也是非常有限的。因此用吸脂术来减少身体局部的脂肪堆积，效果是永久性的，目前已成为大多爱美人士追求形体完美曲线的首选方法。

严小姐：我全身都比较肥胖，是不是可以一次性吸取多余的脂肪？

支教授：吸脂手术对去除局部脂肪相当有效，可以说是立竿见影，但为了保证安全，河南整形美容医院的专家建议一次最大吸出的脂肪量在4000毫升左右，吸脂部位不可过多，范围不可过大，以利于术后身体恢复，减少并发症。



吸脂 让身姿曼妙

根据人体黄金比例，可设计出全身吸脂方案

当明星曼妙的身姿、周正的身材频繁亮相于大众的眼帘，纤腰、翘臀、修长的双腿也成了爱美之士的渴望。本报4月2日关于吸脂瘦身的知识性报道吸引了很多读者的关注，很多女性打来电话咨询吸脂手术的细节问题。为此，记者整理出读者关注的热点问题，并邀请到河南整形美容医院的支凌翔教授为大家作详细的专业解答。

叶女士：听说吸脂术不是万能的，不是所有部位的脂肪都可以吸掉。那究竟有哪些地方不适合呢？

支教授：脂肪抽吸术最常见的部位有：腹部、臀部、髋部及大腿、上肢、下颌部、小腿和踝部等部位。近两年还开展了以往认为不能进行手术的区域，如颜面及颈部，此外胸部如乳房肥大吸脂法及由于脂肪瘤引起的局部肥胖也可用吸脂术。但是对于身体少数区域，由于有神经血管的分布而禁止或慎重进行吸脂，如位于腹正中两侧、相当于腹直肌前鞘的纵行区域、腹股沟韧带内外1/3交点及该韧带斜向上方的腹

壁，股内侧沿大隐静脉走向的区域或臀上下缘中部为相对禁区。

高小姐：脸部吸脂手术如何进行？危险吗？

支教授：胖脸可以通过吸除面部皮下脂肪和摘除颊脂垫来改善，术前通过具体分析来决定，手术在局麻下进行。通过耳后、鼻缘切口在皮下脂肪层进行，术中避开重要神经走行部位，细致轻柔的操作可以避开危险。

李女士：有哪些人不适合做吸脂术？

支教授：除精神不正常及心理不健康者不能进行减肥吸脂术外，有内脏器官疾病者，如心血管疾病、高

血压、冠心病、高血脂、高血糖患者；肺部呼吸功能不全者，年龄在60岁以上的老人，身体未发育成熟的青少年；因继发于其他疾病(包括下丘脑性肥胖、垂体性肥胖及甲状腺功能低下性肥胖)而发生的继发性肥胖人群，不属于吸脂术治疗范围。

刘小姐：吸脂术痛不痛？

支教授：一般采用局麻的麻醉方式，人体感觉不到明显的疼痛。

尤女士：吸脂安全性如何？

支教授：吸脂手术历经30余年的发展，技术完善，只要手术医生经过严格的培训，应用先进的吸脂设备，患者无手术禁忌症，吸脂手术

是安全可靠的。

杨小姐：吸脂术后是否需要休息？能立即上班吗？

支教授：吸脂减肥并不像其他手术那样痛苦，它是个局麻手术，对全身情况干扰少，一般术后生活可以自理，但因术后仍有一些轻微的局部渗液，故需休息1~2天，一周内避免重体力劳动，这样可以帮助尽快恢复。

赵小姐：吸脂后皮肤会比以前松弛吗？

支教授：不会，因为吸脂手术是一种皮下创伤的手术，根据皮下创伤，可以引起纤维组织增生，引起皮肤收缩的原理。吸脂后可以改善原来松弛的皮肤，尤其可以治疗重度皮肤松弛。

健康课堂



春天女性 多吃大枣和山药

唐代著名医学家孙思邈在《千金方》中曾指出，春天要少吃点酸味的食品，多吃点甘味的食品，以补益人体的脾胃之气。

中医所说的甘味食物中，首推大枣和山药。经常吃山药或大枣，可以提高人体免疫力。

除了大枣和山药之外，甘味的食物还有大米、小米、糯米、高粱、苡米、豇豆、扁豆、黄豆、甘蓝、菠菜、胡萝卜、芋头、红薯、土豆、南瓜、黑木耳、香菇、桂圆、栗子等，每人可根据自己的口味选择，最好多吃一些。

此外，少吃黄瓜、冬瓜、绿豆芽等寒性食品。多吃大葱、生姜、大蒜、韭菜、洋葱等温性食物，能起到祛阴散寒的作用。 龙龙

【美丽提醒】

4种减肥法 让你衰老10岁

灌肠减肥法：如果操作不当或者反复进行，会打破肠肌的正常节奏，引发消化器官的慢性疾病。

渗透压减肥法：会令身体皮肤出现暂时收紧的假相。作为肥胖根源的脂肪并没有得到分解，丧失的只是身体内的水分，因此是本末倒置。

桑拿减肥法：桑拿时间越长，皮肤越容易受到排汗又收缩的伤害，导致更快松弛衰老。

奶粉减肥法：事实上，奶粉中的营养和热量并不充分，绝对无法取代正餐。而且长期饮用奶粉会导致腹痛，严重者更会伤害肠胃机能，导致腹部脂肪无法积极分解。 瑞丽

陶女士：吸脂后皮肤会变得凸凹不平吗？

支教授：吸脂手术是一种创伤性手术，在恢复期由于瘢痕收缩，可能会造成局部皮肤稍有不平，一般经过3~6个月瘢痕软化后即可消失。



专家档案 支凌翔

爱贝芙注射除皱(河南)首席注册医师；整形外科主任医师；硕士、教授；入选亚太知名中青年整形外科专家名录；中国美容与整形医师协会会员；中国整形外科专家库成员，为多位影视明星整容。

河南整形美容医院

- ★ 韩国圣地整形外科医院合作医院
- ★ 韩国美林整形外科医院合作医院
- ★ 全国美容与整形修复联盟(河南)中心
- ★ 中国美容与整形医师协会会员单位
- ★ 新乡医学院教学医院
- ★ 以色列飞顿激光亚太临床研究中心
- ★ 美国医培美中国河南地区临床培训中心
- ★ 美国新泽西大学医学院整形中心合作医院
- ★ 美国麦格河南唯一指定使用单位
- ★ 爱贝芙河南唯一指定使用机构
- ★ 河南第一变性美女(小棋)实施医院
- ★ 整形美容界首次为个性化丰胸技术申请专利
- ★ 河南首家应用容貌数字化分析和评价系统医院
- ★ 新丝路模特大赛2005河南唯一指定整形美容机构
- ★ 2006河南精英人士首选整形美容机构品牌
- ★ 2007河南电视台《化茧成蝶》栏目指定整形美容机构

招聘：纹绣师一名
电话：68548533

比爱情长

唯有吸脂才能明白 与永恒一样长久

纤腰

● 腰是女性的焦点，当我们专家去除腹部多余脂肪时，腹壁与背部在背部会形成女性最优美的背部线条，提臀等形，当去除后腰赘脂肪后，则与胸部、臀部构成性感迷人的S形。

提臀

● 臀上部脂肪过多，显得突起粗硬；臀下部脂肪过多，显得下垂难看。我们专家把臀上部多余脂肪导出，使臀部微翘；饱满，显得健康、性感，富有弹性。

瘦脸

● 专家根据形态面高平均位，而1mm左右针管，把下部脂肪导出，瘦脸后，稍显凸，形态流畅；稍显平，秀气起伏，极具动态美。

平腹

● 腹部是堆积脂肪最多的部分，对医师技术要求很高。我们专家在隐蔽处开一个小小的切口(不足5mm)，术后不留疤痕，可以让皮肤自然均匀收缩，愈加光滑平整。

曲线美

● 身体的外侧曲线，是最美的集中体现，专家从小腿外侧、大腿外侧、设计到侧腰、背部、臀部外部；吸脂后，腿部修长挺拔；整个外侧曲线，则如水一般，动与静，均充满韵味。