

《健康No.1》保健讲座 专家与你分享

本地最畅销的保健精品季刊《健康No.1》上星期六(27日)举办了一场华语座谈会——“从内到外保健美容”。当天请来4位专家与出席者分享了美容、瘦身和保健的课题。

美容瘦身与保健课题

蔡焯文医生： 激光不会使皮肤变薄

The Sloane Clinic 在活动现场为读者提供免费的皮肤分析，结果发现，多数人的皮肤问题是：斑点、皮肤松弛、法令纹，以及出现在额头的皱纹。
皱纹、法令纹、皮肤松弛，往往和年龄增长息息相关，然而，防晒功夫做不足导致的斑点，就不只是出现在熟龄人士脸上。许多年轻人也因防晒意识不足，而开始出现隐蔽式的斑点。



陈颖谦医生： 整形外科可能不留疤

陈颖谦医生当天主要谈动刀的整形外科手术。
很多人以为开刀整容，康复期很长，也一定会留下难看的疤痕。如主持人洪菁云分享，很多年前，她有个同学动了眼睛手术后，眼睛仿佛肿了一年才恢复，陈医生说，随着整形外科技术的进步，康复期已经缩短很多。
此外，有的整形外科并不会留下明显的疤痕，例如隆鼻手术。陈医生举例，有的人鼻孔太大，通过手术把鼻孔缩小，几乎不会在外观上留下任何“蛛丝马迹”。
通过运动、饮食，甚至药物，仍然无法把多余脂肪去除的人，可能考虑抽脂手术。陈医生说，抽脂手术日新月异，以最新的抽脂术——Vaser Liposelection为例，手术时，医生会先用超声波让脂肪“液化”，再将脂肪抽掉，因此不会伤害纤维组织，康复期也比传统抽脂手术短。
据陈医生分享，抽脂不再是单纯地把多余脂肪从体内抽出来，而且经过特殊处理，脂肪还可以“移植”到胸部，作为自体隆胸的材料。



所幸，医学发达，目前已有不少无须开刀的非侵入性疗程，能改善和解决上述问题，例如激光、脉冲光、玻尿酸、Thermage CPT 和 Ulthera 紧肤术等。
虽然医学美容日趋普遍，尤其是非侵入性疗程，被越来越多人接受，然而，还是有人对医学美容疗法存有疑惑。
例如，出席者就问：常做激光是否会使得皮肤变得更薄？
蔡焯文医生答说，这是错误的观念；相反的，激光能安全有效地深入肌肤内层，刺激胶原蛋白的产生，因此，能祛斑、紧肤、增进光泽度。不同的激光能达到不同的美肤效果。
The Sloane Clinic带来先进仪器，在场外免费为出席者进行皮肤测试。

