

医师报

中国医疗美容协会
发展委员会
Development CommitteeCETV
中国医疗美容协会科学抗衰老指南
致美丽的你

以健康为底 自信为妆

毕晔
北京大学人民医院
整形外科医疗美容科副主任医师文辉才
南昌大学第一附属医院
整形美容科主任黄玲玲
《医师报》大外科频道主任观看直播回放
扫一扫锁定直播间
更多精彩等你来!

医师报讯（融媒体记者 黄玲玲）随着医美技术的普及，越来越多人希望通过医疗美容改善外貌、延缓衰老或解决生理困扰。然而，医美行业鱼龙混杂，安全性与专业性成为求美者最需关注的核心问题。北京大学人民医院整形外科毕晔教授强调，医疗美容属于医疗行为，必须选择具备《医疗机构执业许可证》的医院或医疗美容机构，选择有执业医师资格证的正规医师。三甲医院的整形外科或医疗美容科是最稳妥的选择。要警惕非医疗机构的非法操作，尤其涉及注射、手术等破皮项目时，风险极高。

医师报讯（融媒体记者 黄玲玲）医疗美容行业的蓬勃发展让越来越多人追求“精致容颜”，但背后隐藏的风险却常被忽视。南昌大学第一附属医院整形美容科主任文辉才教授直言：“医美不是生活美容，它本质是医疗行为，必须在正规医疗机构进行。”然而，非正规机构泛滥、容貌焦虑加剧以及过度医美乱象，正让无数求美者付出沉重代价。

毕晔 以健康为基石 科学变美

求美者对自己要有明确的认知

非正规机构注射肉毒毒素或玻尿酸导致失明、感染等案例频发，根源在于操作者缺乏资质。“每年到春节前后，我们都会接诊到在一些非正规机构进行玻尿酸隆鼻导致失明的案例，这种病

例实在令人感到惋惜。”此外，还要警惕“过度医美”：体相障碍患者可能因过度追求完美陷入恶性循环，这是一种对自己认同的缺失，需结合心理评估与专业医生建议。毕晔就曾接诊

过一位求美者——她本人已经做了很多次医美，但仍对自己的脸不满意。“做医美前，求美者一定要对自己有一个明确的自我认知，不能全盘否定自己。否则无论怎样调整，都难以满意。”

乳房整形 修复与重建

毕晔教授指出，随着生活水平的提升与自我认知的深化，女性对美的追求已不再局限于面部，而是逐渐拓展至身材管理与私密健康领域。近年来，乳房与会阴整形需求显著增长，这些手术不仅帮助女性重塑自信，更能解决因生理变化带来的健康困扰。

哺乳、年龄增长或体重波动可能导致乳房下

垂、萎缩，影响外形美观与自信心。越来越多的女性选择通过乳房整形手术恢复挺拔饱满的胸型。乳房悬吊术、假体植入或自体脂肪填充等技术，可有效提升下垂乳房，重塑自然曲线。手术不仅改善外观，还能缓解因胸部形态变化带来的心理压力。

针对曾接受非法注射（如奥美定）或假体破裂的女性，修复手术可清

除异物、恢复健康组织。尽管已被明令禁止18年，奥美定仍通过一些方式在地下市场流通。如偷换概念：包装成“羊胎素”“纳米胶原”等新名词。混合伪装：与正规玻尿酸以一定的比例勾兑，普通检测难以识别。

这些非法注射多在宾馆、美容院甚至居民楼进行，让人防不胜防，求美者务必谨慎再谨慎。

会阴整形 打破“难言之隐” 提升生活质量

会阴整形曾被视为敏感话题，但如今，越来越多的女性开始正视私密健康问题，尤其是高知群体，她们更倾向于通过医学手段解决生理不适。小阴唇肥大可能导致日常活动中的摩擦疼痛、卫生问题甚至反复感染。整形手术可缩小阴唇形态，减少不适感，同时提升局部美观。

分娩造成的阴道松弛可能引

发压力性尿失禁（如咳嗽、运动时漏尿），影响社交与生活质量。

阴道紧缩术通过修复盆底肌群，增强肌肉张力，既能缓解漏尿，又能改善性生活体验。

过去，许多女性因社会观念束缚，将私密问题视为“难以启齿的隐私”。如今，随着健康知识的普及与医疗技术的进步，更多人意识到：私密健康与面部、身材管理同等重要，解决生理不适是提升整

体生活质量的关键。医学手段的安全性与有效性为女性提供了可靠选择，无需因“羞耻感”延误治疗。

毕晔医生寄语天下女性：“最美丽的你要以健康为底，自信为妆。”唯有将健康置于首位，才能让美丽真正由内而外绽放。

关联阅读全文
扫一扫

文辉才 医美：风险与审美的平衡之道

过度医美 警惕美丽的代价

文教授指出，许多求美者对医美存在严重误区，认为其“简单易行”。实际上，即便是微创项目也伴随风险。例如，玻尿酸注射若操作不当，可能导致血管栓塞、皮肤坏死，甚至失明；过度填充则可能让面部肿胀变形，反失美感。更令人担忧的

是，部分营利性机构为谋取利益，诱导消费者接受不必要的治疗。有人反复进行数十次整形手术，最终面目全非，陷入焦虑与自我怀疑的恶性循环。“这类患者往往被不实宣传蒙蔽，忽视医疗风险，最终身心俱损。”

过度医美的另一推

手是“容貌焦虑”。社会竞争与“颜值内卷”让许多人将外貌与自我价值绑定，甚至试图通过手术“改头换面”。对此，文教授建议：“美没有单一标准，健康与自信才是核心。若确实需要调整，应在专业医生指导下进行选择。”

科学抗衰老 由表及里的全方位攻略

衰老是生命必经之路，但科学手段能让我们优雅地延缓时光痕迹。真正的抗衰老绝非表面功夫，需从日常护理到医学美容形成完整体系。首先要做好科学的日常护理。皮肤屏障是抵御衰老的第一道防线。四季护理应遵循“夏防晒、冬防冻”原则，

选用合适的保湿霜，防止皮肤干燥，让皮肤更滋润。防晒需注意全年无休。

其次，可利用医学美容分层治疗。如真皮层修复：水光针可将小分子玻尿酸直接送达真皮层，效果是表面补水的20倍。胶原再生：热玛吉等射频仪器通过热效应刺激

胶原重塑，提升皮肤紧致度。色素管理：超皮秒激光可精准击碎黑色素颗粒，有效治疗黄褐斑。动态纹改善：肉毒素注射针对鱼尾纹等表情纹效果显著。

科学抗衰老的核心不在于逆转时光，而是让每个年龄都绽放独特光彩。

眼部整形 高需求背后的精细化挑战

在众多医美项目中，眼部整形占比高达60%-70%。文教授分析，东方人普遍存在单眼皮、肿眼泡等问题，双眼皮手术能显著提升眼部神采，成为“性价比最高”的选择。此外，

眼袋祛除、泪沟填充等年轻化项目也备受青睐。然而，眼部皮肤薄、结构复杂，对医生技术提出极高要求。

文教授团队独创的“仿生无痕双眼皮技术”，以自然无疤、形态灵动为特

点，备受好评。但他强调：“再小的手术也需严格把控风险。手术若操作不当，可能引发疤痕增生或形态失衡。”因此，求美者需选择经验丰富的医生，并充分了解术后护理要点。

回归理性 医美的正确打开方式

文教授反复呼吁：“医美绝非变魔术，而是医学与美学的结合。”无论是注射还是手术，均需遵循医疗规范：一是一定要选正规机构：资质不全的美容院或“黑诊所”消毒不严、产品来源不明，风险极高；二是理性评估需

求；三是重视医生资质：经验与审美缺一不可，术前要充分沟通。

文教授提醒女性：“每位女性同胞都为家庭和社会作出了很大贡献。在为家庭或社会付出时，要在日常生活中留出一部分时

间来关爱自己的身体健康，让自己变得更加漂亮与自信。”每个阶段的你都有独特之美。真正的美丽源于对自我的接纳与热爱，而安全规范的医疗美容，只是锦上添花的工具。“在专业与理性的护航下，美才能绽放得更长久、更自然。”