

关于脂肪那些事儿，你需要知道这些

台州市立医院 2024-05-17 09:54 浙江



“减肥”这个话题，万年常新，不管男女老少，总有人有话说。很多爱美人士为了获得苗条身材，想要进行吸脂手术。

吸脂手术安全吗，脂肪可以再利用吗，有哪些注意事项，哪些人可以做吸脂手术，哪些人可以做脂肪移植？听听美容整形烧伤科李新霞医生怎么说。

吸脂前后，体重不会有太大变化

要了解吸脂手术，首先要知道脂肪到底是什么？美容整形烧伤科科主治医师李新霞介绍，在医学美容行业，脂肪也被称为人体“软黄金”，因为脂肪作为身体相对柔软的部分，不仅能够帮助我们抵御寒冷，还能保护内脏等各

个器官。而**吸脂手术**，顾名思义就是利用吸脂针，通过负压将多余的皮下脂肪从身体特定区域抽出，以达到雕塑和美化形体的效果。



“一般来说，**吸脂手术**适合身体健康且年龄在18-50岁间，存在局部脂肪堆积、有改善外形需求的人群，而并非为了减重、变瘦的肥胖症患者。”李新霞说，很多人“管不住嘴迈不开腿”又想减肥，于是寄希望于抽脂，这是极其错误的认知。

对于绝大多数人来说，吸脂后体重可能与手术前相比不会有太大差别，因为脂肪细胞密度小，相对体积大。举个例子，当患者抽取2500毫升的脂肪时，其身体的重量相当于减少2公斤左右，对体重的影响很小，因此**抽脂不是为了减重，而是为了体形的改善**。



双下巴吸脂多见于中年女性，常由于下颌脂肪组织堆积过多引起，是面部常见的脂肪抽吸部位；而颈背部的脂肪，也就是我们俗称的“富贵包”，常与颈肩不良姿势有很大关系，是躯干塑形脂肪的常见抽吸部位。

“至于腰腹部，则是全身最容易堆积脂肪的部位，且局部脂肪厚，面积大，脂肪抽吸量相对大，是手术中最常见的抽吸部位之一。”李新霞说，还有就是“大象腿”，因为皮下脂肪相对较厚，尤其是内外侧，一般通过大腿环吸，可以获得较多的脂肪组织，因此也相对比较常见。

脂肪“软黄金”的再利用

尽管在很多人看来，脂肪是“没用”的人体组织，但在现代美容技术中，脂肪可不是一无是处的“废物”。

“只要将其放在正确的位置，就能够帮助修复一些看起来并不那么完美的外表。”李新霞说，通过自体脂肪移植，可以将人体自身某些部位取下的多余脂肪，通过注射的方式移植到自己需要进行脂肪填充的部位，比如面部太阳穴、泪沟、面颊部、鼻唇沟的凹陷，颈部短小等，还可以丰胸、丰臀等等，也是时下很多“求美者”的选择。

不过，自体脂肪移植对操作者的技术要求比较高，一旦局部脂肪注射不均匀、不够分散，就容易出现脂肪组织成块堆积影响血运，会使一些脂肪出现坏死、液化、钙化等。此外，操作不当，还会出现局部感染、凹凸不平、脂肪过量填充等。



既然是手术，那么肯定有相应的禁忌人群。首先，有严重慢性疾病病史，不能够耐受手术的患者，或者受区有潜在肿瘤发生风险的患者，以及供区、受区皮肤软组织有炎症或感染灶、凝血功能障碍或有出血性疾病者，还有心理疾病患者等。

此外，一些妊娠期或哺乳期妇女，以及待移植区域曾注射过不明注射物或有人工材料占位的人群，也不适合进行手术。

“一般来说，进行手术前，医生通常会要求患者做一系列常规检查，检查不合格者不能进行手术。”李新霞说，每个人的身材比例各不相同，吸脂仅对脂肪有效，对于骨骼、肌肉等无能为力，所以，不要幻想通过吸脂达到完美身材。

合理饮食、适当运动
才是“减肥利器”

那么，“脂肪整形术”后又应该注意什么呢？李新霞介绍，术后首先要禁烟酒，忌辛辣等刺激性食物，可以根据自身情况，适当多吃蛋、奶、鱼、猪肉

等食物。

“术后，要注意定期换药及拆线，保持手术部位清洁，拆线前伤口部位避免碰水，康复阶段可以适当活动，但一个月内避免强烈运动。”李新霞说，对于自体脂肪移植患者，手术部位一个月内切记不能按摩，填充部位不能受压；而对于吸脂患者，术后要坚持穿吸脂专用塑身衣1-3个月，根据局部情况调整塑身衣，保持松紧适宜。



此外，术后要保持良好心情，避免劳累，不要熬夜。如果在恢复期出现严重肿胀青紫、疼痛加剧、视力模糊等情况，一定要及时联系医生并返院复查。

“脂肪整形只是一种手段，通过减少脂肪细胞的数量来达到瘦身的目的。”李新霞说，人体的皮下脂肪细胞数量大概率是恒定的，而吸脂可以减少他的脂肪细胞数量。比如1000个脂肪细胞，吸出400个后，还剩600个。一旦没有注意饮食，会让剩下的600个脂肪细胞体积增大。



归根结底，瘦了并不代表以后再也不会胖，还要管住嘴，迈开腿。如果想要保持吸脂后的瘦身效果，必须要做到合理饮食、适当运动，只要没有太夸张的暴饮暴食，一般不会反弹。

除此之外，填充的脂肪也会被自身吸收一部分，需要多次手术才能达到理想效果。李新霞建议如果有变美需求，还是要去专业的医疗美容机构咨询。

医生简介

李新霞



美容整形烧伤科主治医师

医生简介：台州市立医院整形外科主治医生，浙江省美容外科主诊医师，中国整形美容协会毛发医学分会委员，曾在上海交通大学附属第九人民医院整复外科进修一年。

擅长：脂肪抽吸、自体脂肪移植、各类疤痕修复、微创腋臭手术、毛发移植、眼鼻整形、体表肿物美容切除、微整形、各类光电治疗及烧伤急救等。

门诊时间：周一至周五全天



内容来源 | 台州晚报
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 吕静瑶 李皖生



扫码关注
台州市立医院
微信公众号



扫码关注
台州市立医院眼科中心
微信公众号

