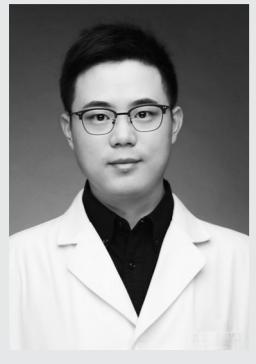


抗衰、美白、祛斑……

# 当红医美知多少?

■记者程雪



平伟东 医学硕士，浙江医院整形美容中心主治医师，浙江省美容主诊医师。首创皮肤生态美、轮廓形态美—心理状态美—社会姿态美的现代医学美学模式，首创“六维护肤”和“三维塑形”面部美学理论，擅长皮肤色斑的个性化定制激光美容治疗、肉毒素与玻尿酸私人美学定制微整注射、痘症及敏感性皮肤的综合治疗、干细胞抗衰年轻化、妊娠纹及塑身管理。

## 未老先防的医美观

人的一生是不断衰老的过程。“中医有个观念是‘治未病’，医美也是同理，追求‘治未老’。”平伟东说，不要等到年老才想起抗衰老做医美，而要从壮年之时就开始未老先防的“工程”。

女性什么年纪开始抗衰老呢？中医认为，女性以七年作为一个周期，女子七岁，肾气盛，齿更发长……四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮；五七，阳明脉衰，面部焦，发始堕。

平伟东解释道，四七指女子28岁，此时头发最茂盛，筋骨强健有力，身体最为强壮。此后，各方面走下坡路。因此，28岁是女性开始保养的最佳时间，“未老先防，既老防变，俏后防复”的抗衰

理念要牢记，从年轻可以进行医美做抗衰老准备，但一次医美不会永葆美丽，需要保持医生建议的医美疗程和频率。

## 热门医美项目早知道

面对琳琅满目的医美项目，如何“不被浮云遮望眼”，精准挑选最适合自己的类型？平伟东给大部分医美项目做了个功能分类，包括光子嫩肤、皮秒净肤、水光润肤、微针透肤、射频紧肤、果酸焕肤六类。

光子嫩肤是入门款的光电医美项目，适合医美“小白”尝试。这个始于上世纪90年代的医美项目具有温和不刺激的良好体验感，而且有改善肤色暗沉、美白、改善红血丝、舒缓敏感肌、祛痘、痘印、嫩肤、改善细纹等超全功效，适合大多数人。虽说功效全，但针对性表现不突出，算是基础医美项目。

皮秒针对祛斑，且有美白嫩肤的效果；水光针主要功效是补水；微针可以打开皮肤“通道”，让营养成分渗透进去，果酸焕肤适合有祛痘美白诉求的人群。

当下火爆全网的热玛吉是一种射频类仪器，具有提升紧致，改善松弛下垂的作用，是无创抗衰

的首选，欧洲之星4D也具有同样的功效。

此外，还有一种没有归入上述六大类的激光医美项目——点阵激光，主要改善凹陷性疤痕、毛孔粗大，有嫩肤功效。

## 热玛吉痛到“难以承受”？

以提拉紧致、无创操作而“圈粉”的热玛吉“火”了，人们对“热玛吉痛到‘难以承受’”“热玛吉只有一时效果”等话题争议不休。

平伟东介绍说，热玛吉如今已更新到第五代，其原理是通过射频，即电流引起的加热，刺激皮肤再生胶原蛋白，最深可达筋膜层，具有提升紧致、改善面部松弛、改善法令纹、改善双下巴等功效，可作用于眼周、面部、颈部，以及其他身体部位，单次操作时间也相差无几。

不过，欧洲之星的痛感轻于热玛吉，几乎可以算是无痛操作。相较于热玛吉半年到一年做一次的建议，欧洲之星需要每1-2个月做一次，3-5次之后，每3-6个月做一次。

热玛吉操作之前，医生要对患者的皮肤状况进行评估，确保面部无损伤、无感染、无过敏，敏感肌肤者最好在皮肤稳定期做热玛吉。

面部热玛吉需要近1小时，如果是面部+颈部+眼周，可能要用1.5小时。

很多人对热玛吉之“痛”十分在意。平伟东说，确实会有痛感，建议求美者在治疗之前敷个麻

药。操作中，并非射频能量越高越好，而是要根据患者实际情况进行调试，能量过高可能导致烫伤。

热玛吉探头是否重复使用？他的回答是“不可能”，因为探头只有几个小时的有效期，大家不放心可以扫描探头上的二维码查验一番。

## 抗衰“新宠”欧洲之星

近年来，欧洲之星一跃成为抗衰“新宠”。欧洲之星和热玛吉同步进入到中国市场，同样是无创操作，有提拉紧致抗衰老功效，可作用于眼周、面部、颈部，以及其他身体部位，单次操作时间也相差无几。

不过，欧洲之星的痛感轻于热玛吉，几乎可以算是无痛操作。相较于热玛吉半年到一年做一次的建议，欧洲之星需要每1-2个月做一次，3-5次之后，每3-6个月做一次。

欧洲之星和热玛吉安全性都很高，可以叠加做。二者几乎不需要恢复期，部分人可能皮肤泛红，休养2-3天即可。二者适用于30-40岁左右“初老”人群。

平伟东提醒：任何医美项目都需要确认美容医生的资质，选择正规医疗机构进行治疗。

育儿大百科

年龄再小也有自己的想法

## “小屁孩”心理疏导有讲究

■主持人许瑞英

## 正确引导 将心比心

“小屁孩，知道什么呀？”很多家长认为，小孩子什么都不懂，大人说什么就是什么。事实并非如此。再小的孩子也有自己的心理活动。

儿童的心理和身体一样，在不同的阶段需要不同的“营养”。如果在相应阶段，他们的“心理营养”没有得到满足，可能会影响到一生的心理发展过程，有的孩子会在生活中一直寻找那个缺失的“营养”，有的孩子会在生活中重复早年的“噩梦”。

从某种意义上讲，人的心理健康和生理健康都有一个从健康、亚健康、亚疾病到疾病的轨迹。如果早期对儿童心理问题进行有效疏导和干预，未来出现严重心理问题的几率就会小很多。

## 探明原因 强调规则

不少家长都遇到过类似的问题：孩子不听话，搞出很多麻烦事；没有规矩，让人焦头烂额，带出去没面子……这就是所谓的“熊孩子”。孩子不守规矩的原因多种多样，有的是好奇心驱使，有探索世界的欲望和行为；有的是为了引起家人的注意；有的还没有建立规则意识。家长先要探明孩子行为背后的原因，有针对性地开展规则教育；在合理范围内让孩子成为自己的主人，为自己的行为负责；在和孩子表达自己的意见前先整理好情绪，做孩子自我管理的榜样。