

哲角寻味

这些“整形进行时” 一部“整形进化史”

■记者 王哲君

3月17日《生活》版，我们问：整形，在“颜值即正义”的鼓吹下，究竟“进化”为一个什么样的概念？

经过一阵子的故事收集和实地采访，看到许多值得一品的“整形进行时”。这一次，没有评判，没有言论，只有一个鲜活的人物和故事，来讲述“整形进化论”。

医美翻天覆地让我从“先驱”变“小白”
讲述人：小晓

2010年，刚做孩子妈，也不知道是哪根筋“搭牢”，突然想去做重睑，俗称双眼皮。当时身边没有人尝试，完全是我的突发奇想。

那时杭州的整形医院不多，一只手都数得过来。人们对于整形和美容的概念还很模糊。同样是重睑术，美容院只能埋线，而我选的那家有医院资质，他们建议我全切、抽脂、开眼角。

之前医生定方案的时候，说得轻描淡写，但我躺上手术台后才发现，他们嘴里的小手术，对我来说很难熬。尽管打了麻药，但还是有疼痛、酸胀、拉扯等不舒服。

之后上班我戴着眼镜和帽子，但红肿的眼睛瞒不过同事，有人当着我的面表示不理解：“都做妈了，整什么呢。”3个月后，依然有人很尖锐地指出：“我看还不如之前。”直到半年后，我终于得到新朋友的评价：“你眼睛长得真漂亮。”

我认为自己走在了“变美”的前头。到2018年，我想再次通过整形改善细纹和松弛等问题。时隔7年，再次光顾医美，我惊叹自己已经“掉队”：来咨询的人排长队，我等了1小时，顾问很有经验且套路，一口气指出我脸上无数问题，有些是我原本都没注意的。本以为要通过手术才能解决的问题，他们说只要注射，而同一个项目，价位参差不齐，品种繁杂……

第一次接触玻尿酸、除皱、水光针、超声刀等概念，我感慨自己一下子从一个整形“先驱”，变成“小白”，虽自恃学习能力很强，但要在短时间内容纳这么多信息，并从中做出选择适合自己的，真的好难。

我跟那个ICU女孩一样做了抽脂
讲述人：阿释

2018年初，我做了一个决定：做自体脂肪填充。回想起来挺可怕，不光因为手术本身需要全麻，还有一点：我瞒着身边所有人，直到今天。

为什么不说？因为我料到他们的反应。我认为，现在国人对整形，还没有到十分宽容的程度。我没必要为了做自己想做的事而给自己添阻力。

但不告诉别人，需要承受更大的压力：万一手术有什么问题，我都不知道该叫谁。在决定做这手术，到上手术台，不到一天时间，我没做太多心理上的建设，只是一个劲儿对自己说“没事的，我没这么背”。在进入手术室之前，医生才告知我是静脉注射麻醉，即全麻。我当时想：来都来了，难道临阵脱逃？医生又说：“手术时间有点久，最好观察一夜再回去。”他问我有没有通知家属。我很犟：“就我一人，今晚要回去，等不到明天。”实际想的是：我没人可以通知，一切后果只有自己承担。医生稍作迟疑，最后还是应允了。

我醒后，发现自己躺在病房里。护士依然劝我别回去：“现在麻醉还没退。上回有人回去的路上晕倒了。”我心里一紧，但坚持回家。那时已是晚上12点，我强打起精神站起来，小心翼翼走到门口，打了辆车。其实我也害怕晕在半路。但还好，当晚我没有任何不适，只是床单上淌了一大滩不明液体。第二天一早，我还自己开车到医院挂盐水，医生说床单上的是麻醉液。我于是长吁一口气，觉得自己从此走上“变漂亮”的坦途。

医美见闻二则——找到“知音”

在写这则稿子前，我去了几家医美机构，像其他人那样，坐在等候区。听着客人相互攀谈，倒是从中发现了比采访更有趣的事。

在一家医美机构里，我听到一男一女两个先前不相识的顾客，因为各自的鼻子聊得火热。男问：“你今天来做什么的？”女回答：“之前做的鼻子不满意，想把假体取出来。”男说：“我的鼻子已经调整了5回，这是第6次。”女并不惊讶：“我第三次。第一次觉得不够高，第二次太高，很假，还是想要自然一点。”男问：“你做了鼻尖吗？”女说：“是的。你也做了？用耳软骨吗？”此时两人像找到知己一样，激动地谈起自己做手术的细节：“全麻有全麻的好处，就不会听见锯耳朵的声音了，不然那听着挺害怕的。”“手术做多了，心理也就强大了。”

二楼等候，身旁一位看上去去年近半百的女士，脸正敷着麻药，和对面的年轻女孩好像也找到共同话题：“小姑娘，你跟我女儿差不多大。也来做水光吗？”女孩点点头。女士侃侃而谈：“趁年轻好好保养没错。我们家是我反过来鼓励我女儿去整形，做双眼皮，做个皮肤，女孩子就要把自己弄得漂漂亮点。如果女儿要花钱做脸，我一点都不会吝啬。”

萧然滋味

本期力推 享美好烧烤夜



■记者 周英

天气渐暖，沉寂了一个冬季的美食老饕们开始蠢蠢欲动。香辣小龙虾、冰爽扎啤，还有无时无刻不诱惑着喉舌的碳烤味。这个星期，蒙羊工坊将拉开夏季狂欢的帷幕，重磅推出扎啤配烧烤的主题夜宵。

说起蒙羊工坊的羊肉串，吃过的朋友一定记得它的美味。精选5—6个月大的嫩羔羊，从呼伦贝尔空运直达萧山，自带草原清香，肉质新鲜，没有一丝膻味。原材料的高品质才能保证地道的口感，只需放在烧烤架，油脂便开始变得紧致，发出滋滋声响。当肉质的颜色开始变得金色微焦，香气开始四溢，就是我们可以享用的时刻了。来萧然海鲜楼大口吃肉，大口喝酒，提前享受这夜晚的美妙时光吧。

我们将抽取5位群读者，赠送烤猪蹄一份。地址：萧山体育路56号萧然海鲜三楼。咨询电话：82809077。



原味生活群



萧然海鲜楼

回元养生说

名中医马德勇：如何减少湿气侵袭

■记者 徐燕燕

作为中医内科专家、中医皮肤病专家，来马德勇医生这里看皮肤病的人总是门庭若市。马医师提到：“其实皮肤瘙痒、湿疹等都是体内有湿邪的表现。”

不仅是皮肤病，每个人体内或多或少都有些湿气，随着湿气的加重，它就会在身体中找各种发泄的出口，并以各种症状表现出来，一些疾病也就随之而来。湿热到皮肤上就表现为湿疹、红斑；湿热下注就表现为瘙痒带下病、脚气、大便黏腻不成形；湿热在上则表现为舌苔厚腻，头发油腻、面部油亮。且有人早晨起床总感觉头部沉重、四肢乏力、打不起精神；有的人体型肥胖、身体困重、小腿肚子常发酸发沉，都是体内有湿邪。

人体为何会产生湿邪？马医生说道：“主要有三个原因，地域、饮食和作息。”

《黄帝内经》有云：“南方者，天地所长养，阳之所盛处也，其地下，水土弱，雾露之所聚也。”生活在萧山，特别是春夏季，雨水比较充裕，环境又闷热，外部环境的湿气也会影响人体，而造成湿病。

“我们这里的人大多表现的是湿热症状。5月下旬—9月下旬，来我这边看皮肤病的人特别多。”马医生说，“像刚才那个病人，每天游泳，这段时间阴雨连绵，更容易导致内湿与外湿相结合，使湿气更重。”

第二个原因是饮食。现代人饮食很多都是肥甘厚腻。年轻人各种烧烤火锅、奶茶冷饮；中年人喝酒

和一位医美工作者的对话
Q：记者
A：萧山某医美机构顾问 Carmen

Q：作为医美工作者，你理解的整形是什么概念？范围多大？你觉得微整算整形吗？

A：整形是修饰和改善人的外貌形象，使其变美变年轻，达到人们自身的美的形象需求。范围一般分为微创无刀整形和手术整形。微整形属于整形的一种。

Q：整形是否适合每个人？

A：整形要根据自身面部条件、骨骼等去判定是否合适，听取正规医院医生的建议，不盲目跟风。

Q：你对整形的人是怎么看待的吗？

A：在安全正规的情况下做一些改变能让自己更有自信，无可厚非，但整形存在风险，建议选择适合自己的项目，选择安全和效果并存的医院和权威医生。

Q：现在做整形的人，是出于什么目的的较多？年龄层和性别较前几年有什么变化？

A：大多数人整形是基于改善自己的容貌或做一些抗衰老让自己保持年轻。很多男同胞也加入了整形行列，年龄层也从90后延伸到70后，年龄跨度较大。

Q：你能接受什么样的整形（程度和手段）？这些方式从安全性、实用性、价格等方面讲，各自的性价比怎么样？

A：就我个人而言能接受的是微整形，通过一些微创无刀和仪器去延缓衰老，让自己保持一个好的状态。手术存在一定的风险，要谨慎选择。而注射微创等风险较小，效果也可见，可以适当选择，但不建议长期注射或时间间隔太短注射。仪器类非侵入式相对低风险效果也不错，可以定期保养抗衰。

Q：自己平时会用什么方式保养？

A：我每天的家居产品是多样及针对性的护肤，每周一次深层抗衰的面部护理，定期做一些水光针和镭射激光类的抗衰，也会选择热玛吉或欧洲之星等高端仪器进行抗衰保养。

Q：推荐身边朋友整形吗？还是会推荐其他方式保持美丽？

A：不主动建议，整形毕竟存在风险，如果朋友去整形，我会建议选择正规医院经验丰富的医生，且根据自身情况。建议平时养成良好运动习惯，保持好的乐观的心态，饮食规律，保证睡眠。良好的习惯能让我们保持一个好的精神状态，提升气质。

吸烟，导致体内积滞脾胃受损，代谢不出去，湿气滞留。马医生建议冷、甜、油腻这一类的食物都要少吃，可以适当吃些应季食物促进湿气排除。“萧山人这个季节都会用葫芦、冬瓜来烧汤炒菜，然后配一碗米饭，稻谷在《本草纲目》中有利水的作用，在这个季节多吃点冬瓜、葫芦有利于湿邪的排出。”

第三是作息不规律和缺乏运动。现在很多人长期熬夜，日夜颠倒；上班族长期久坐，血功能失调，脾胃运化能力下降，体内代谢产物积蓄，从而使体内的湿气不能及时排出。“要祛湿，关键是要健脾，脾胃好了，人体的排湿、祛湿能力就运转起来了。规律的作息和适度的运动都是强健脾胃的关键。”马医生说。

马德勇，中医内科专家，中医皮肤病专家。道家丹道医学与儒医经方时方相结合。方药与针灸汇通。
回元堂坐诊时间：每周一、三、五 全天，周日上午
温馨提示：本周将免费提供2个马德勇医生的专家号，有需求的读者可以拨打小编的电话报名。
(小 编 电 话 13967155784)