

如何让年龄成为秘密？

光大医院专家教你改善肤质提升颜值

明星的颜值一直是人们津津乐道的话题。近年,一些网站公布的同龄明星近照对比图,其中有位曾经高颜值的小鲜肉,在岁月的洗礼下,变成了一位沧桑的大叔。对比栏里的另一位明星却依然风度翩翩,像一位涉世不深的少年。网友惊讶地问:怎么做到的?

光大医院整形科负责人胡华兵在接受记者采访时,揭示了其中的奥秘,告诉我们如何对症下药,让自己看起来比实际上更年轻。

□记者 陈慧

为什么会衰老?

想要正确抗衰老,就要了解衰老的原因。胡华兵说,中国自古就有“天庭饱满,地阁方圆”的审美标准,认为圆润与丰满的面部轮廓,是美丽与福气的象征。相反,面部凹陷造成的脸形棱角过于尖锐,看起来凄苦、苍老和严肃,是不受人们喜爱的模样。而面部凹陷,就是和皮肤松弛、皱纹,并称人类衰老的三大迹象。

为什么面部会凹陷呢?原来,随着年龄增大,胶原蛋白的流失,真皮层弹力纤维弹力就会减弱,皮肤松弛下垂、凹陷、碍眼的“三八线”、毛孔变粗、有皱纹,

面部抗衰从什么时候开始?

出生后,我们的皮肤组织在功能逐渐活跃,但到某一年龄后就会逐渐开始退化、衰老。衰老是一个自然渐变的过程。胡华兵告诉记者,25岁左右,皮肤组织的成长期结束;25岁后,生长与老化同步,皮肤弹力纤维渐渐变粗。

这时,很多人没有发现或不以为意,觉得四五十岁才要抗衰,这一想法恰恰是导致皮肤迅速衰老的

如何减缓皮肤衰老?

为了告别老态,有时候要做一些小改变。采访中,胡华兵结合衰老的原因对症下药,提出先处理松垂凹陷,再解决皱纹问题的先后步骤。

针对面部凹陷,采用自体脂肪或玻尿酸将塌下去的地方,诸如面颊、太阳穴、泪沟、苹果肌等填起来,让面部整体变得圆润、饱满的年轻态效果。

针对动态性的皱纹,可以通过注射肉毒毒素,祛除抬头纹、鱼尾纹、川字纹、鼻背纹等。肉毒毒素是世界公认较方便有效的除皱方法,一般注射3天到14天后,皱纹就会慢慢舒展、消失。肉毒毒素注射除皱也可用于面部以下的下颌和前颈部的皱纹。

不过,在注射除皱之前,一定要了解清楚自己是否适合肉毒毒素注射除皱,这也是决定肉毒毒素注射除皱的效果一个关键要素。

针对轻度松弛下垂的面部问题,可以做蛋白线提升,将可吸收的蛋白线埋入皮肤深层,把皮肤牵拉提升。而线体吸收的过程中产生大量的胶原蛋白,可以达到年轻肌肤的效果,也可以很好解决轻度嘴角、眼角、脸颊下垂、法令纹的问题。



胡华兵 副主任医师 光大医院整形科负责人

甚至还出现了面部色斑。这些信号都在告诉我们,面部皮肤已经开始衰老了。

元凶。胡华兵结合多年的从医经验解释,皮肤保养理论上要防患于未然。不是在满脸皱纹的时候再去做全脸拉皮,而是当第一丝褶皱出现的时候。当皮肤组织停止生长时,就要采取行动,积极保养。其实过了20岁,维持面部年轻化的工作就要提上日程,这样才能确保爱美者看起来更年轻。胡华兵说。

上述方法有个统一的名称,就是微整形。胡华兵说,近年来,微整形以悦己悦人的成效,获得社会的普遍认同和宽容,也折射了个体自主意识的觉醒及社会文明的进步。

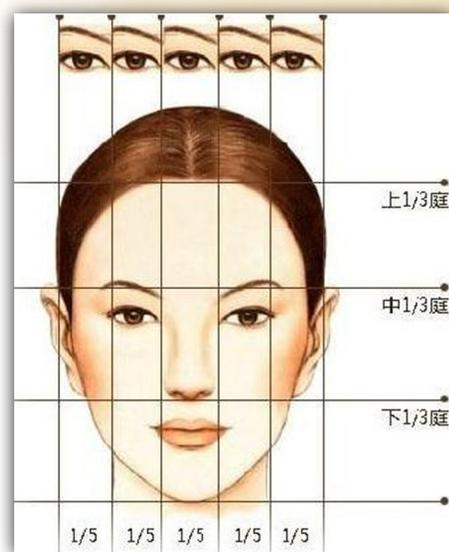
而对于不接受微整形,或者说希望用其他方式保持年轻态的市民,胡华兵也给出了相应的建议。他说,适量的运动能促使全身血液循环加速,也可以使肌体活动张弛适度,从而增强皮肤润滑,令全身肌肤有大量流汗的机会,让肌肤达至健康平衡,减缓面部皮肤衰老的进程。



扫一扫左侧微信公众账号,每周阅读整形美容常识及前沿资讯,直观地获取医疗美容信息,正确选择整形项目,理性求美。

当我们讨论“颜值”时我们在讨论什么

当我们讨论颜值时,我们在讨论什么?有人提到了“三庭五眼”。三庭五眼,指的是标准脸型的长宽比例。三庭,就是眉间连线、眉间到鼻尖、鼻尖到下巴尖三庭等比,就达到了端正的标准;五眼,指左侧发际到右侧发际等于五段自己眼长,两眼外侧到两侧发际线各有一只眼睛的距离,两眼之间也有一只眼睛的距离(如下图)。



理论上,偏离“三庭五眼”,就会与理想的脸型产生差距。不过,胡华兵认为,完全符合这一标准的女性并不多。即便被称为“女神”的女生,如果按照这个标准细细检验,还是能找到瑕疵的。比如有明显的短下巴或长下巴;两眼间距离小于一只眼长,显得鼻梁过窄;两眼间距离宽于一只眼的长度,显得五官布局松散,缺乏紧凑感等。

为什么有的人面部比例明显不足,依然会令人惊艳?胡华兵在深入研究“三庭五眼”“四高三低”“三点一线”等传统面部美学标准的基础上,发现一个人好看与否,有时候还得结合五官、气质、文化背景来综合考虑。比如,五官之一的鼻子,就有自己严苛的审美标准,如果有一个好看的鼻子,很大程度可以提升一个人的颜值。

胡华兵说,鼻额角、鼻唇角、鼻尖角等部位的角度、长度都是审美的切入点。鼻额角,即鼻背至额部的角度,一般以120度为宜;鼻唇角是鼻小柱与人中之间的夹角,理想者为90度;鼻尖角是鼻尖上下小叶之间的夹角,理想者为90度。除了角度,还有其它美学标准,比如鼻基最凹处须和重睑褶皱线平等;鼻翼宽是鼻长的三分之一,并与内眼角垂直;鼻尖呈菱形,高度要比鼻梁高个1毫米到2毫米;鼻小柱和左右两边鼻翼有2度弧度等。

这也就是为什么,有的人就算没有精致动人的五官,还是看起来那么美,就衍生出了很多类似于“一白遮百丑”的理论,解释为什么有的人就算脸型、比例比例并不完美,但仍然好看、很耐看的原因。