

网红做抽脂手术严重感染离世 抽脂填充术,你了解吗?

前不久,一位叫小冉的网红因进行抽脂填充手术而出现严重感染离世,消息一出震惊网络。虽然这是一起比较极端的案例,但人们还是不禁要问,抽脂填充术是一种怎样的术式?它的安全性到底如何?今天我们就来聊聊抽脂填充术的“前世今生”。



什么是抽脂整形术?

抽脂整形术来源于最早的皮肤脂肪切除术,后者因会留下较大的切口瘢痕而逐渐淘汰。抽脂整形术又称为脂肪抽吸术,是在小于1厘米切口,盲视下将脂肪去除,并利用皮肤收缩的原理重新塑造术区外形。一般是为了改善局部脂肪堆积和局部外形的目的。抽脂技术经历了几代革新,直到1987年克莱茵(Klein)提出了“肿胀麻醉技术”后,将大剂量稀释的、含有肾上腺素的利多卡因注入抽脂区的皮下脂肪,再进行脂肪抽吸。这是一项安全、失血少、组织损伤轻、麻醉作用时间长、止痛效果好的麻醉技术,是目前开展抽脂整形术和脂肪填充术的基础。

传统的抽脂整形术一般应用于肥胖患者,早期是腹壁、臀部和四肢悬垂的多余脂肪区,目前已经将抽吸部位扩大到髋部、大腿、小腿、背部、上肢和面部。

之前的抽脂整形术只是单纯抽掉多余的脂肪,无法起到填充作用。1984年开始,科尔曼SR(Coleman SR)不断改进自体脂肪移植术的手术方法与流程,明显改善了自体脂肪移植术后的效果,也为今后自体脂肪移植术的发展奠定了坚实基础。逐渐将抽吸出来的脂肪注射填充到胸部、臀部、面部等组织容量不足的部位,达到美容外观的目的。

什么是脂肪移植术?

最开始的脂肪移植术起自1893年德国外科医师盖斯塔夫·诺埃伯(Gustav Neuber)将手臂一块脂肪组织移植到眶下缘矫正骨髓炎后的凹陷型粘连瘢痕,术后效果令人满意。之后1895年另一位德国医师文斯·切尔尼(Vincenz Czerny)将臀部拳头大小的脂肪瘤植入纤维囊性乳腺炎纤维体切除后的左侧乳房,术后1年效果稳定。

目前抽脂填充术是采用的游离脂肪,通过注射的方式用

于功能重建和美学领域。埃里希·莱克斯尔(Erich Lexer)在1919年详细介绍了他将自体游离脂肪移植用于面部粘连凹陷型瘢痕、乳房手术后不对称、半侧颜面萎缩的轮廓畸形等。芝加哥的查尔斯·米勒(Charles C Miller)于1926年发表论文介绍脂肪移植用于纠正鼻唇沟、鱼尾纹和鞍鼻。然而,脂肪组织存在重吸收、形成囊肿、局部凹凸不平、潜在感染风险等并发症,这些不可预测因素使脂肪移植和注射技术曾经一度失宠,后来在几代临床医师和科学家的研究下,对脂肪抽吸、脂肪处理和脂肪移植多个环节进行优化,让脂肪移植再次成为热门手术,并从自体脂肪组织移植填充变为自体颗粒脂肪移植填充,并将脂肪颗粒制备成纳米脂肪或脂肪胶,减少吸收率并用于更为精细的填充,如隆鼻、隆颏、痤疮后凹陷性瘢痕、祛除颈纹等。

脂肪移植的手术过程怎样?

自体颗粒脂肪移植手术过程大致分为:1.设计脂肪抽吸和填充的部位;2.脂肪抽吸部位注射肿胀麻醉;3.颗粒脂肪抽吸及收集;4.脂肪处理,包括静置、洗涤、过滤、离心等;5.颗粒脂肪的注射,强调多隧道,多层面,多点小剂量的注射。

脂肪移植有诸多好处。首先,提取自体活性脂肪,无排斥反应;其次,在面部填充方面,相比玻尿酸填充,一旦存活就是永久存在,不需要反复填充。在隆胸方面,避免假体隆胸手感不好的弊端。再次,填充面部除了可填补凹陷,还能改善皮肤质地,缩小毛孔和淡斑。

脂肪移植有哪些缺点和并发症?

脂肪移植也有一些缺点:1.需要在其他部位获取自己的脂肪,增加格外的痛苦;2.脂肪有可能部分吸收,容量不足也需要二次填充;3.大面积的脂肪移植需要全麻进行,会有

全麻的风险。更需要注意的是,脂肪移植可能有如下并发症:

感染 正规医院有严格的手术室消毒和手术区域的消毒,常规手术后也需要使用抗生素3~5天预防感染的发生。但是,如果一旦感染,得不到有效控制可能会导致全身严重感染,甚至坏死性筋膜炎的发生,需要系统治疗以免危及生命。

水肿和瘀斑 术前需要进行常规检测,是否有凝血功能障碍。术中需要轻柔操作,如遇到较大血管破坏或凝血功能障碍者会出现巨大水肿,需要手术处理,而少量出血一般无需特殊处理,出血恢复过程中会出现瘀斑,一般几天能自行消退。

皮肤坏死及瘢痕增生 吸脂区域抽吸过度,破坏了皮肤的血液循环,可能造成皮肤水泡坏死,后期容易导致瘢痕增生。

脂肪块变硬,形成囊肿 脂肪移植量过多(隆胸或隆臀时较为常见)会使脂肪块变硬,形成囊肿,一般无需额外处理。

局部凹凸不平 抽吸层次掌握不佳容易造成凹凸不平,一般术后3~6个月内机体可自行调节,半年后仍有需要及时就诊。

深静脉血栓和肺栓塞 这是最严重的并发症,可以导致死亡。一般正规机构的医生熟悉解剖,会尽量轻柔操作,减少此并发症的发生。

综上所述,市民考虑做抽脂手术及脂肪移植手术时应选择正规的医疗机构和合适的医生,充分沟通,建立信任,术后听从医生的指导建议,如早期使用抗生素、局部包扎,减少活动和剧烈运动,佩戴弹力衣和腹带等。只要选择正规的机构和医生,自体脂肪抽吸和移植手术的安全性还是很高的,大部分并发症在正规医疗机构和经验丰富的医生操作下一般可以避免和修复。

中南大学湘雅二医院皮肤科/医学美容中心 主治医师 付思祺 审核:主任医师 肖嵘

正确拉伸 减少运动伤痛

长期以来,柔韧性训练一直被认为是健身的关键组成部分。定期拉伸已被证实可以促进血液和营养物质向肌肉的输送,预防或减少身体各个部位的疼痛,并促进两次锻炼之间的恢复。那么,如何正确拉伸呢?

动态拉伸 适合在热身期间使用。常见的例子包括短跑运动员在比赛前进行长距离步行,强调臀部伸展,以便为高水平的爆发力做好身体准备。

静态拉伸 最常见的柔韧性训练类型是静态拉伸,将肌肉拉伸到其运动范围的末端,然后保持该位置。目前的指导方针指出,你应该每周至少拉伸所有主要肌群2~3天,每次拉伸应该达到你感到紧绷或轻微不适的程度,然后保持10~30秒(老年人可适当延长时间)。

讲究时机 研究表明,在锻炼或比赛之前进行静态拉伸,对肌肉力量、平衡和反应时间均有潜在的负面影响,可能会降低运动表现。而当肌肉和结缔组织足够温暖时,即在紧接锻炼后的冷静期进行静态拉伸最有益。动态拉伸则更适合在锻炼的热身阶段进行。

伸展技巧 伸展时应放松并正常呼吸。始终保持关节略微弯曲,而不是锁定在完全伸展或伸直的位置;应避免过度拉伸,因为超出正常运动范围的拉伸会导致严重伤害;避免在静态拉伸期间弹跳;全天均可进行伸展运动,特别是对于需要长时间坐着的上班族。

石纤 编译自《美国新闻与世界报道》

简单几招 缓解腰痛

腰痛是一种常见的身体不适症状。对于长期在办公室久坐而缺少运动的人,或是因为工作需要久站的人,长时间维持一个体位或姿势太久,就容易造成腰背部的疼痛。通过以下几个简单动作可有效缓解腰痛。

仰卧提臀 身体平躺,双脚触地,双腿弯曲大概90度,肩膀放松,双手放在身体两侧,吸气;双腿用力,挺腹、提臀,头接触地面,同时呼气;感觉大腿、臀部、后背肌肉收紧,呈平板状,保持8~10秒;臀部下落,还原。

仰卧扭腰 身体平躺,双脚触地,双腿弯曲大概90度、夹紧,肩膀放松,双手交叉放于胸前,吸气;保持上身不动,双腿向一侧摆动,至一侧腿贴紧地面,同时呼气;保持5~8秒,还原;双腿向另一侧摆动。

反弓锻炼 身体俯卧,双手置于身体两侧,吸气;头和脚往上抬起,同时呼气,身体呈反弓状;保持2~3秒,还原。

倒走 腰的生理弧度是往前面虚凸的,我们平时正常走路会造成身体前倾,生理弧度消失,如果倒走的话,就能使生理弧度慢慢恢复。抬头挺胸,放松腰部,目视前方,头也可微微转动,用两眼余光扫视道路情况,注意安全;左、右循环脚向后退,脚尖先着地,脚跟后着地;上肢要与腿脚的节奏保持同步进行,脚走一步,臂摆一次,左腿后退时,右臂向后摆,右腿后退时,左臂向后摆;倒走时,要均匀呼吸,把握身体重心,保持身体平衡。

山东武城 王海军