

# 针对自体脂肪面部填充 整形美容医生答疑解惑

随着越来越多人对美容整形接受度的增加，不少人对于自体脂肪面部填充开始充满好奇，好奇的同时也充满了疑惑。近期淄博市中心医院整形美容外科副主任医师许超就自体脂肪面部填充的问题进行了答疑解惑。

“每每提起脸部填充，朋友们都会认为既然是在脸上加了东西，那肯定会让脸更大了。实际上利用脂肪把凹陷或者扁平的地方填充起来，使得面部轮廓变得饱满、立体，那么在视觉上就会让脸部显得更小巧精致。”许超介绍，“有些朋友来咨询时，觉

得脸部很干瘪，想多填点脂肪，这时应选择找正规机构、优秀的医生进行自体脂肪全面部填充。因为面部填充要求了医生的技术经验以及审美，医生会提供一个适合的方案，让你脸部饱满又不会太假、太肿。”

此外许超提醒，脂肪是不具有流动性的，所以不必担心因为流动而导致面部下垂。“自体脂肪填充的原理，其实就是将自己某部位多余的脂肪转移到合适区域。只要它存活下来，基本就是一直存在的。不过务必要做好术后的护理。一般来说，肿胀

期是在15天左右。其中一周时为肿胀高峰期，具体情况因人而异。”而针对自体脂肪填充术后的保养问题，许超科普说：“面填24小时以后脸部会发生红肿，双侧对称部位也有可能肿胀程度不一，疏松部位如眼周水肿将更为严重，不要担心，这些都是正常的术后反应，切记不要用手揉脸。”

而为了提高成活率，许超建议尽量选择脂肪活性比较高的部位脂肪，选择从业经验丰富、医学功底扎实的医生。

淄博市中心医院 许超

## 摒弃认识误区 科学助长身高

“长个大高个儿”是不少家长们对孩子的期待，更有家长从孩子出生起就规划好了“长高计划”。而关于长高，淄博市市级机关医院儿童保健科医生庄倩提醒，关于孩子长高很多家长依旧存在误区。

首先，父母高，孩子并不一定高。因为父母的遗传只占70%，而且有上下8cm的偏差，而后天的环境因素虽然只占了30%。如果孩子很小（女孩<8岁，男孩<9岁）还没到青春期，却突然长得很快，要警惕性早熟的可能性。早熟的孩子体格提前发育，骨骺闭合也提前，所以早发育的孩子比正常孩子的生长时间要少，将来的最终身高不一定高的。

需要注意的是，孩子现在矮并不一定是晚长。受遗传因素的影响，确实有晚长的孩子，他们的骨龄一般落后于正常孩

子，但是有的孩子骨龄落后是因为营养问题、睡觉太晚、运动少等，生长激素一直无法充分分泌，这些孩子现在不高，以后也不一定会长高。早长或晚长，需要定期检测，明确生长状况，要及时检查，排除疾病，孩子长高是一次性的，错过最佳的干预机会追悔莫及。同时，变声和月经是标志孩子进入青春后期的特征，这个阶段孩子的骨骺生长区已经接近闭合，身高开始进入停长倒计时，此时再想干预办法也有局限性。

其实，身高是可以干预和促进的，而且越早干预，越容易实现理想身高，但需要专业的医生评估能否实现及如何实现理想的身高。身高促进不同于疾病治疗，需要通过系统评估和日常生活的指导，再加上中医的保健促进，才能让理想身高触手可及。 翟淑华

## 桓台县妇幼保健院内科医生 面对心脑血管疾病 治疗更趋微创化

随着人们生活水平的提高，心脑血管疾病成为最常见和多发的疾病，而且其危害极大。桓台县妇幼保健院内科副主任、介入医师王新征介绍，近年来，随着介入技术的出现，心脑血管疾病的治疗更趋微创化。

心脑血管疾病是心脏血管和脑血管疾病的统称，泛指由于高脂血症、血液黏稠、动脉粥样硬化、高血压等所导致的心脏、大脑及全身组织发生的缺血性或出血性疾病，是50岁以上中老年人健康的常见病，具有高患病率、高致残率和高死亡率的特点。心脑血管疾病其中最危险的是心肌梗死，可以导致猝死，患者甚至没有到医院抢救的机会。但是，心脑血管疾病患者患病后，往往

有一些预警信号，患者可以及早发现，及早检查和治疗。

王新征表示，心脏疾病引发的症状，往往以胸闷，胸痛和心慌等为主要表现，脑血管疾病往往是以头晕、头痛为主要表现。如果经常出现这些症状，建议到医院及时进行进一步的检查。检查的方式主要有心电图、心脏彩超、脑血管图、CT、磁共振等，如果怀疑有严重心脑血管疾病，可进行冠脉造影、脑血管造影检查，以明确判断心脑血管病变的部位和程度。

心脏造影检查是借助导管到达心脏，通过打造影剂，可以检测心脏冠脉血管的狭窄程度，如果狭窄程度超过80%，一般建议要放支架。如果小于80%，可以先

进行药物进行对症治疗，然后再定期复查。王新征说，介入超微创治疗技术是在股动脉和桡动脉植入一个动脉圈，然后把造影导管和介入器械置入，之后放入支架。关于心脑血管疾病的预防，王新征提醒：“重点要注意以下几方面的问题，首先如果出现血压高、血糖高、血脂高的情况，要控制高血压，降低血糖，降低血脂，直到恢复到正常状态，这是药物方面的治疗和预防。其次，要戒烟限酒，体重超重的人群要控制饮食，增强锻炼。三是注意养成良好的生活方式，清淡饮食，低盐，低脂，适度锻炼，同时保持良好的心态，减少心理压力。”

魏启跃

## 《杏林飘香》散文集出版

山东省基层名中医、淄博市名中医、科普作家黄衍强撰写的从医48年散文集《杏林飘香》，近日由山东科技出版社出版发行。

本书采用先进的AI技术，由本人生成的数字人智能播报，并生成二维码嵌入书中，不但可以看，还可以听、视，解放双眼，

在休闲的时间可以轻松听书。

这是一本激励成才的书，这是一本孝敬父母的书，这是一本展现中医热爱的书。

该书的出版发行，对鼓励年轻一代成才，增加对父母的孝敬，激发大家对中医的兴趣都会起到一定的作用，新华书店有售。

**GREEN**  
绿色生活，低碳出行

