

# 美丽无所畏



[美丽无所畏\\_下载链接1](#)

著者:陈焕然

出版者:中国线装书局

出版时间:2004-01

装帧:软精装

isbn:9787801063229

当越来越多爱美的人迈进整形外科医生办公室门槛的时候，她们或许并不了解整形外科是一门永远有遗憾的科学，因为美无止境！

你以为上帝给了你一切？其实上帝只给了你一颗心和一双手，让你用它们去创造你的生

活。我的自信心不会全部来自于整容后的外表，但现在我的样子的确让我觉得很舒服，并且最让我欣慰的是，我还是我。从小到大，我就喜欢新、奇、美的事物，好奇心极强。不管遇到什么东西，总是有打开它看个究竟的冲动……

作者介绍:

目录: 美丽吸引力 (代序) /1

陈焕然眼中的美人脸/13

假如一个女孩，其面部轮廓在框架结构上符合“三庭五眼”，而正中垂直轴上又有“四高三低”，横轴上符合“丰”字审美准则，达到以上十几个基本指标，那么这个女孩至少是80分以上，可以称之为“美女”了。

其实，五官一直在诉说/27

人体面部五官时时刻刻都在传达重要信息，体现一个人的气质、内涵、性别、情绪、性格等等。

眼皮只双、鼻梁只高还不够/29

作为整形医生，一定要想到病人不是来做个双眼皮那么简单，病人也不是仅仅找你要把鼻子垫高些；她要做双眼皮或垫高鼻子，她的最终目的是为了更漂亮；她要求吸脂减肥也不是要把脂肪吸掉那么单纯，其目的是要雕塑出凹凸有致的形体来。从理念上说，一个好的整形外科医生应该多从这方面去考虑。

要想打造一张脸，手术安排有先后/33

五官的整容是有一定的顺序的。要严格遵守这个顺序，首先从结构性调整，搭框架，再来做一些局部的器官。并且从静态的美容手术到动态的。如果顺序搞反了就会事倍功半，面部的结构就被拧了，反了，就像一个程序的错误，作品肯定拿不出手，拿出来也是一个一般的作品。

整形手术，面部表情不容破坏/37

什么一次“拉皮”手术就会损失一定比例的面部表情呢？这是因为拉皮手术本身，不可避免地有手术创伤，同时手术又会使得面部各个分区内的表情肌肉间的相对位置有些变动，每个平面之间的相互关系就可能遭到破坏；甚至，拉皮手术做得失败时，手术区域内的各个表情分区的曲面和平面的过渡都几乎消失，这就形成了所谓的“面具脸”。所以说拉皮手术，要慎之又慎！

性感身材也有尺度/39

颈部跟胸部交界的地方，有八到九个凹陷：一边四个凹陷，加上胸骨上方本身的一个凹陷，这些凹陷俗称“美人凹”

。这些凹陷，是胸骨、锁骨、胸锁乳突肌的两个肌腱和颈部的本身在颈部区域共同构成的，形成天鹅般优美的颈项。

美是动态的，追求无止境/45

人类的审美是一个动态的，还受种族和文化等诸多心理社会因素的影响。随着人类社会不断发展，人们审美的情趣日趋多元和个性化，这也就给整形外科医生提出了更高的要求，要求我们能在不同时期，不同条件下，做出不同的个性化的成功作品来。

求美，你准备好了吗/49

先看看你是否有三个足够：足够的勇气、足够的金钱、足够的时间

再反复地问自己四个“一”：

一个充足的理由——我为什么要做整容手术？

一个良好的心态——我是否有很高的热情？

一个切实的期望值——我的期望值究竟有多高？

一种经济能力——我能承担得起手术费用吗？

来者何人，为何求美/53

美丽的确有它的商业价值，但获得美丽的成本和风险却是让我们不得不考虑的问题。中国消费者协会的一项统计数据显示：中国在整形美容兴起的近十年间，每年因美容不成功而毁容的投诉案件就有两万起。如果你确实需要整容，建议还是去找受过专业训练的、值得信赖的整形外科医生。

纯棉？毛料？衬衫？西服？/57

国外把整形外科医生称为人体雕塑家。只是所用的材料不是无机材料，而是用有生命的血肉之躯来雕刻。为什么我很热爱这个职业，这么狂热。我们这工作确实是别的工作无法比拟的。它让像我这样的人获得极大的成功和满足。为什么？它有你发挥和创造的空间，确实是一份有创意，有挑战性的工作。当然，创造和创意并不是无限的，它是要遵循一定的医学科学规律，符合一定的美学标准，考虑到复杂的心理社会等诸多因素和背景。发挥你最大的创造性和能力，做出来是会说话的，鲜活的作品。

无创、无痕的手术 其实不存在/63

严格来说，每个手术不论大小，都存在风险；都会有创伤；术后都会遗留疤痕；都有可能发生并发症。因此，对一个手术的评估，所谓的安全只能说是相对安全，绝对安全的手术是不存在的。

想手术？能忍则忍！/65

一个整形外科医生应该把病人当成自己的好朋友，站在她的角度来看，手术对她是否真的有帮助。因为，在临床上我们发现很多人来寻求手术，其实手术本身对她而言是没必要的，或者说至少是没有切实的帮助。

察言观色，量身定型/71

一般一个女孩来，首先要看她们是属于什么类型的女孩。总体来说有三类：小家碧玉、大家闺秀和欧版美女。如果还要细分下去，那就会是仁者见仁，智者见智了。我们大概可以分出如下十几种：秀外慧中型；性感诱人型；小鸟依人型；贤妻良母型；前卫时尚型；冷俊性感型；活泼开朗型；狐媚妖娆型；高贵典雅型；淳朴漂亮型；纯洁善良型；楚楚动人型；成熟丰满型；中式古典型等等。各型之间可以有交叉成分。

打造完美，沟通是关键/75

这是作为一个负责任的医生应该告诉你的，用最少的钱，付出最小的代价和痛苦，去做那些最重要的手术，会给你整体的面貌带来焕然一新的感觉。而不是想做哪个地方就给你做哪个地方。

让我们来预测不一样的你/79

临床上，大部分整容手术是可以做到在手术前就知道手术后是什么样子的。一般是通过各种手段并配合计算机辅助设计等技术，在手术前设计出手术后的样子，让求美者自己观察，满意不满意然后再进行实际的手术操作。

热门整形 Top10/83

一般来说，临床上最常见的是与眼睛、鼻子、下巴、面部年轻化、乳房和全身的脂肪抽吸体形雕塑有关的十大类手术。

送你一双“桃花眼”/85

我们所谓的“桃花眼”具有这样的特点：眼睛较大而圆，眼裂长，眼睛的外侧向外上方扬起，而同时双眼皮的形状恰好是内窄外双也向外上方展开的。临床上，只要条件具备，设计合理，操作得当，这样迷人的桃花眼是可以获得的。

救救我的鼻子/89

隆鼻术为我国施行较多的一种美容手术。国内大多数专家主张硅胶块是隆鼻术的首选材料。固体硅胶隆鼻术已有几十年的临床应用实践，已有数十万病例的积累，因此，固体硅胶隆鼻术是比较成熟的方法。

别让我，在“飞机场”流连/91

在现实生活里，女性胸部大小的重要性是不言而喻的。因为，女性乳房是女性形体美的最显著的标志，丰满而有弹性的女性乳房更是女性妩媚的象征。

雕塑魔鬼身材/95

手术吸脂减肥是通过减少肥胖部位脂肪细胞的绝对数量，达到减肥并重新塑造人体体形的目的。

抓住青春的尾巴，别松开/99

面部的年轻化，主要是指面部除皱术。面部除皱术一般分四种：有面部上三分之一除皱术、面部中三分之一除皱术、面部下三分之一除皱术以及全颜面除皱术。

人工材料，千奇百怪，怎么选/103

一般来说，一种人工材料用了二十多年,用了几百万病例都没事，那种材料自然较为可靠。一种人工材料，刚刚开发出来不久，只用了三、五年，人数不多虽然也没发现什么大的问题，那这材料就敢说比前面那个好。医用材料是用来植入人体体内的东西，它不像头花、服装似的可以经常更换，不必追新求变。

手术台上：痛并快乐着/107

一位求美者的日记真实地记录了她在手术台上的感受。

整容手术后，要住院吗/117

十大类手术中，面部除皱术，需要住院治疗；隆胸手术，只需住院观察两三天；其他都是门诊手术，随时做，随时走。例如，吸脂术和有关眼睛、鼻子、下巴的手术后都可以回家休息。

你看，你看，你的脸悄悄地在改变/119

手术后都需要一定的恢复的时间，而恢复时间的长短主要与个体差异有关。有的人恢复特别快，有的很慢。

我，真有问题吗？/121

不少整容失败者都会出现心理问题，此时他们需要求助于心理医生。即使是成功的整容有时也会引发心理问题，而整形手术失败后，这些心理问题就更容易出现。

最常见六类整容失败手术/125

常见的六类整容失败手术主要集中于鼻子、眼睛、除皱、吸脂、乳房和下巴整形。最容易做坏的是眼睛，这也是一旦做坏最难修复的整容手术。

为何自己看不惯自己/127

一个人假如做了太多的整容手术以后，她自己能不能接受自己都是一个问题。

当整形遇上相面/129

中国传统文化中的相面，虽然是迷信，但是它是客观存在的。作为整形医生,有时候也要考虑到传统文化对老百姓的影响。

犯法了，请别来找我/131

一个医院或一个诊所给一个求美者做整容手术，求美者需要出具什么样的证明文件？又在何种情况下就必须出具？假如把一个人的脸改得面目全非了，需要更换身份证，又应该通过什么法律程序呢？

整容，未来会怎样/133

展望未来，一方面，从国家来说，应该培养更多的整形外科的专门人才；同时社会舆论要加强科普宣传，提高人们的审美情趣；对我们医生自己来说，要严格自律，加强自身修养，努力钻研业务，为求美者提供更好的服务；对求美者来说，在求美之前，首先要好好了解自己的脸上有什么缺陷，给自己一个正确的评估，然后告诉医生，跟医生沟通。定下一个完善的细致的手术方案。然后手术才可以成功！

后记/135

．．．．． (收起)

[美丽无所畏\\_下载链接1](#)

## 标签

整形

美丽

提升魅力

我的书架

# 评论

美丽无极限

-----  
[美丽无所畏\\_下载链接1](#)

# 书评

-----  
[美丽无所畏\\_下载链接1](#)