



减肥的真相之

吸脂减肥真的很猛很恐怖?

如果吸脂减肥没有披着“恐怖”的外衣,可能大多想减肥的人都愿意选择这种方式。用一根管子就能吸出身体里堆积的脂肪、油脂,多么高效、痛快。奇致整形美容医院的于院长表示,最初传统的抽脂手术,确实很猛很恐怖。

于院长说,传统的抽脂手术具体是负压吸脂,特点是马力大、吸脂快,会将皮下的毛细血管和神经暂时破坏,并伴随一定的出血量。在整形医师技术很娴熟的情况下,减肥者的皮肤表面可以做得很平整,所以对整形医师的要求非常高。术后一般需要休息2到3天,穿3至6个月的塑身衣巩固术后塑形效果。术后疼痛感比较大,负压抽脂减肥的塑身衣有勒、绑、捆的感觉,舒适度较差。目前仍有一些整形机构做负压吸脂减肥,由于价位低廉,每个部位只需花费1000元,所以仍然受到欢迎。

吸脂减肥的第二代是激光溶脂减肥。与传统抽脂相比,这种最先流行于欧美的激光溶脂

以1mm的光纤发射激光进入脂肪层,一个部位、一个部位均匀地扫过去,遇到小小的脂肪细胞“啪啪啪”地爆破,而遇到血管和神经没反应,保证手术区与非手术区平缓过度,避免凹凸不平,安全系数大大提高了。手术时间只是传统抽脂的1/3,创口是传统抽脂减肥的1/2。另外,激光溶脂术所采用的激光只作用在设定的脂肪层上,不仅不伤及表面皮肤,还能加速皮肤弹性纤维的自我修复、刺激胶原蛋白增生,抽过脂肪的皮肤依然保持紧致、光滑、平展。于院长表示,激光溶脂减肥术后第二天有轻微的疼痛感,但在可以忍受范围之内,还需穿1个月的塑形衣。每个部位2000元,每10部位价格为18000元。

据介绍,目前最先进的吸脂减肥是德国水动力喷雾溶脂。德国水动力系统温和地、有选择性地分离脂肪细胞。恰到好处地精细水力量能将脂肪细胞一点点剥离下来,就好比加压的水流能把泥块一点点冲

刷瓦解掉,自动避开血管、神经等组织,精确定位目标脂肪组织,在激光溶脂的基础上更强调科技带来的舒适性。

传统的负压抽脂方式采取粗暴的物理力量压碎脂肪细胞或者液化脂肪细胞,抽取出来的脂肪细胞带有浓稠的血浆,激光溶脂抽取出来的脂肪颗粒隐约有血丝,但水动力喷雾溶脂抽取出来的脂肪是“金灿灿的、完整的脂肪细胞”,取出的脂肪细胞杂质少,脂肪细胞的细胞壁不会被破坏,更有利于用于自体脂肪移植丰胸、丰盈面部凹陷、除皱等。

于院长表示,做完德国水动力喷雾溶脂,当天就可以回家,塑身衣只需要穿半个月左右。一位才做完德国水动力喷雾溶脂的MM告诉记者:“痛感并不强烈,对我来说几乎没什么感觉,第二天就更没有不适了,这

套塑身衣也比抽脂的塑身衣更舒服。”记者了解到,德国水动力喷雾溶脂每10个部位价格为25000元。

TIPS:既然抽脂能够减肥,不少求美者会想当然地认为吸脂量越多就越彻底,效果也就越好,这是很多减肥人的误区。奇致整形美容医院的于院长接受采访时表示,脂肪抽吸量的多少应根据手术者的要求和自身情况而定。一般来说,基础吸脂量在3000ml左右,体型较胖人的抽脂量可以向上浮动20%。于院长还提到:“有些求美者腰、腹、臀部、大小腿都需要吸脂,但嫌麻烦不想分开做,想一次手术就做完。我们会建议她最好还是‘少量多次’,因为脂肪抽出量的增加和抽取部位的增多,会让手术风险也相对提高,而且抽脂手术时间最好控制在两个小时之内,这不仅是对医生体力的保护,更是对病人安全的重视。”



减肥的真相之

高原期就是挺不过去?

在职场中有一种著名的说法叫做“玻璃天花板”效应,你能看到上层,但是你永远达不到那个位置,这就是“玻璃天花板效应”,就像你的头顶上悬着一块透明的天花板一样。减肥的过程中也会碰到“玻璃天花板”,体重不再减轻,永远都是停滞中。也就是人们常说的“高原期”“停滞期”或“平台期”。

曾做针灸减肥的小朱,刚开始时效果还不错,每个小疗程都能瘦一些,一两个月下来已经成

功减掉了十斤赘肉,可就在她沾沾自喜的时候,“杯具”发生了!体重像一头死猪一样,纹丝不动。每次看到体重秤上那一成不变的数字,她想死的心都有了。这样的状况竟然持续了7个月之久,身边很多朋友都放弃了,小朱还一直坚持,怎么说的呢,她挺喜欢针灸的那种感觉,虽然体重不再下降,但以前经常会有腰疼、颈椎疼等症状都得到了缓解。7个月之后,小朱的体重开始“动弹”了。

青雅康秀瘦身机构的陈经理表示,减肥中的“高原期”其实是件好事,是人体为了防止体重严重下降而影响身体健康,身体启动的对自我的一种保护。就好比爬山,爬到一个高顶的时候都会在一个平缓的地方休息下再往上爬,所以就容易出现我们所说的“高原期”。从我们身体的角度上来说这是一种正常的现象,证明身体的机能是正常运作。只要不出现特别大的反弹,一切都是正常的。当出现特

别大的反弹时,就应该马上留意自己的身体是否出现了其他问题。因为急促的调整,很有可能会出现身体紊乱。

如何不反弹地挺过“高原期”,陈经理表示,每个人度过高原期的时间不同,有长有短。首先心理上不能烦躁,着急,就像小朱那样,只需要坚持之前所做的一切即可,让身体适应,把已经减掉成果保持住。

本版撰文
实习生 倪晶 快报记者 史丽君

绿色养身减肥

3.8节给力

物理360°环形场减肥
绿色减肥新主张

38元减3天 公益瘦身体验

FREE

青雅康秀自主研发全球首创的美容养生纤体仪,拥有世界顶尖的绿色减肥技术360°环形场“非接触式”热能养生减肥疗法,减肥同时更加注重健康养生,瘦身效果明显,只需30分钟,当场即可瘦1-2斤,不吃药,不打针,不节食,无痛苦,无副作用,并可增强免疫力,更为神奇的是还能够调理女性朋友最为烦恼的妇科疾病,让你轻松“享”瘦苗条健康,青雅康秀的减肥是真正意义上的“纯绿色”高科技热能健康养生减肥疗法,是减肥领域中的又一次技术革命,并获多项国家发明专利。

如果眼睛体现的是女人的灵性,那么身材曲线则显示着女人的灵动。许多爱美的女性都希望自己能拥有纤细修长的美腿,让曲线更S!其实许多MM身材并不肥胖,而是希望有更窈窕的曲线,能展现自己女人的妩媚和性感。局部的瘦身比整体的瘦身更可见成效,也许你锻炼了很长时间,可原本胖的地方还是胖,反而不利于自己整体身型的塑造。去年没能实现自己瘦身心愿的MM们,快快在新的一年里转换思路,关注风靡南京的热能养生减肥,让青雅康秀帮你变得更妖娆更美丽!

青雅康秀秉承:“精益求精,唯美是本,追求卓越”的核心理念,以“科技,源于专业;服务,始于真诚;美丽,基于健康”的发展理念,倡导为广大爱美的女性朋友提供一站式瘦身服务。

青雅康秀现举办三八节推广回馈活动,38元减3天,想雕琢完美身型的你快来报名吧,名额有限。

山西路店 | 8332 2857
南京市山西路融和大厦13楼C座

新街口店 | 8471 8577
南京中山东路18号国贸中心2308\大众书局楼上

贺 即将盛大开业

新街口精品店
珠江路新店

快来西祠讨论版找我们吧 www.xici.net/b1198954/board.asp