

二孩政策的放开,让越来越多的家庭加入了养育二孩的大军中。对于妈妈们来说,生二孩不免会增加养育的艰辛,同时,身体也会出现各种难言之隐。南京市妇幼保健院医疗美容科统计发现,自2015年以来,二孩妈妈们因生养孩子带来身体内外改变,寻求整形治疗的越来越多。今天,针对妈妈们的这类整形需求,南京市妇幼保健院医疗美容科整形外科专家为大家来场“私密答”。

通讯员 孔晓明

生完二孩,妈妈们有了哪些难言之隐?

整形医生“私密答”解除困惑



医生在为患者手术



温馨的诊疗环境 医院供图

案例
1

好心人的让座,成了对她最大的刺激

“每次有人给我让座时,就是对我最大的刺激。”36岁的徐琳(化名)说,生完二胎已经三年了,肚子依然像怀孕7个月。第一次到南京市妇幼保健院医疗美容科就诊时,连医生都以为她是陪诊的“孕妇”。“俯卧撑、平板支撑……只要说对减腹有用的,我都尝试,但没有一次是成功的。”

南京市妇幼保健院医疗美容科整形外科主任李俊经过检查告诉徐琳,她膨出的腹部是因妊娠导致的两侧腹直肌分离,通过锻炼腹肌解决不了,只有手术解决。经过考虑,徐琳在该院接受了腹壁成型手术。术后,看着恢复平坦的腹部,徐琳开心地说:“这下我终于摆脱假孕生活了!”

案例
2

哺乳期后,胸部下垂太厉害无法穿泳衣

李晶晶(化名)生孩子前是C罩杯,怀孕后胸部越发丰满,儿子10个月断奶后,她发现乳房明显下垂,用她自己的话说:“乳房掉到了肚子上。”泳衣只能选择带钢托的,“即便穿了戴钢圈的泳衣托住了,外形依然不好看。”李晶晶痛苦地告诉医生,每次洗澡都不忍直视自己的胸。

根据李晶晶的情况,鉴于她本身乳房组织量不少,南京市妇幼保健院医疗美容科的医生建议晶晶做乳房下垂矫正术改善乳房外形,通过手术将乳腺提升并将多余的乳房皮肤切除,使得胸型重新恢复。

案例
3

两个孩子的全职妈妈,偷偷做起私密整形

全职妈妈赵菲婷(化名)前不久趁着丈夫出国,偷偷做了私密整形手术。作为一名有两个孩子的妈妈,赵菲婷平时所有的精力都用在照顾孩子和丈夫上,到了40岁后,她觉得夫妻生活时不是很和谐。在南京市妇幼保健院医疗美容科就诊后,医生告知她,分娩和年龄增加都可能出现阴道松弛,可以通过手术或者激光治疗来改善。经过查体,医生建议她可以通过手术解决阴道松弛症状,通过私密激光来改善阴道内环境。

不过,赵菲婷并不想让丈夫知道她做了私密整形手术,所以近期在母亲的陪同下,先在南京市妇幼保健院医疗美容科进行了私密激光的治疗,后期再考虑手术。

90后辣妈因术后疤痕恐惧剖宫产

90后陈昕(化名)是位即将要迎来二宝的辣妈,因为胎儿过大,医生建议她行剖宫产术,宝宝的到来本应该是件高兴的事,但是随着预产期到来她越发的不安。原来陈昕是位不折不扣的完美主义者,她对于剖宫产后要在肚子上留一条疤痕很是担心,翻看着网上一堆剖宫产术后疤痕的照片,她开始焦虑并担心,整天闷闷不乐,“这叫我以后怎么穿露脐装啊!”

其实,南京市妇幼保健院医疗美容科几乎每天都能接诊到类似的患者,有很多像陈昕这样还没生就着急的先来看了门诊,希望能够寻求解决剖宫产术后疤痕的方法。

Q1问:为什么剖宫产疤痕容易增生?
晏卉医生:疤痕大小除了有个体原因外,还有年龄、皮肤张力、皮肤色素、疤痕愈合期受到感染、饮食刺激、抗疤药物使用不当、疤痕增生期不断抓挠刺激、伤口部位户外暴晒等等。剖宫产手术,胎儿、羊水、胎盘均从腹部切口取出,反复的撑开拉扯,羊水浸染,因此剖宫产伤口并不像其他部位消毒那么干净,致使伤口更容易出现增生情况。

Q2问:剖宫产疤痕能完全去掉吗?
晏卉医生:基于目前我们对人体的了解以及干预疾病转归的能力,疤痕是不能完全去除的。它是人体创伤修复过程中的必然产物,是由胶原代谢和细胞的排列异常所形成的。换句话说,没有疤痕就没有创伤的愈合。根据疤痕形成原理,完全恢复到以前的状态是不可能的,但可以修复和淡化。除非外伤非常表浅,未及皮肤全层。除此之外,所有的需要缝合的伤口,以及两周以上才愈合的烧烫伤均会留下疤痕。

Q3问:剖宫产疤痕怎么改善?
晏卉医生:虽然疤痕是不可完全去除的,但是可以最大限度地改善外观,我们还是可以做很多事情的,比如:手术、外用药涂抹、注射药物等。除此之外,临床上目前做得比较多的还有激光设备(超脉冲CO₂点阵激光)为疤痕提供了除手术之外另一种安全且有效的手段,主要是通过热能刺激真皮胶原蛋白重塑和增生,从而修复疤痕。让我们能够用更微创的方式对疤痕进行处理,使得其外观进一步接近正常。

九年磨一剑 践行安全整形

2009年12月1日,南京市妇幼保健院医疗美容科成立。9年来,科室在临床、科研、教学、培训等方面硕果累累。作为公立三甲医院整形美容专业科室,除常规开展各项整形美容手术外,还担负起各种整形失败手术的修复任务,多次获央视及地方媒体报道,其鼻整形手术更是被中央电视台一套制作专题报道播出。科室申报并获得了多项国家自然科学研究课题,建立了整形外科学教研室并承担了南京医科大学《整形外科学》教学任务;已连续4年承办国家级乳房整形新技术研修班、鼻整形新技术研修班,境外学员占2成以上。2018年被江苏省整形美容协会授予江苏省乳房整形技术规范培训基地……

江苏省整形美容协会副会长、科主任李俊表示:我们将一直努力倡导安全整形的理念,不忘行医初心,做百姓信任的公立医院整形美容专业科室。

Q1问:为什么会出现产后腹壁松弛?

李俊主任:女性妊娠时,随着胎儿逐渐增大腹壁会明显扩张,腹壁肌层比较松软的女性容易出现腹直肌分离,下腹部便会膨出;腹壁脂肪的增厚,使腹部膨隆愈发明显;腹围短时间快速的增大使皮肤弹力纤维与胶原纤维损伤或断裂,出现妊娠纹的同时产后腹部皮肤因弹性缺失出现松驰。

Q2问:为什么腹壁整形是治疗产后腹壁松弛的最好方法?

李俊主任:产后腹部除松驰外常伴有其他多方面的问题,如腹部过多的松弛的皮肤堆积、增厚的脂肪层、分离的腹直肌。腹壁整形术,主要通过手术的方法将中下腹部过多的皮肤和脂肪去除并收紧腹壁的肌肉,这种方法可以明显地改善腹部膨出的外形。因此腹壁整形术可以使患者获得腹部年轻化的满意效果,一次手术解决多重问题,所以腹壁整形手术是治疗产后肚皮松垂、改善腹部形状的一个正确的选择。

Q3问:腹壁整形后疤痕会明显吗?

李俊主任:腹壁整形切口位于阴毛上缘,向两侧延伸,都在内裤的覆盖范围,加上整形外科的精细缝合,术后疤痕并不会太明显。

Q1问:为什么产后乳房会下垂呢?

李倩医生:女性生育哺乳过程中,体内激素会产生巨大变化,怀孕时乳房会比孕前更加丰满;分娩后,乳房因乳汁分泌再次扩张,而停止哺乳后已被撑大的乳房表皮在内容物减少的情况下,自然就松垮了下来。原本乳房较大的女性,若加上没有穿戴胸衣的习惯,下垂的情形会更严重。大多数女性是由于哺乳期身体消耗较大,再加上不注意哺乳期和哺乳后的乳房保护,造成乳房松弛下垂。

Q2问:哺乳后乳房下垂松弛如何改善?

李倩医生:对于哺乳后的乳房下垂松弛可以通过手术改善。如乳房容量尚可,主要表现为下垂、皮肤松弛,可做乳腺提升术改善乳房下垂状态。如果乳房体积偏小,乳腺萎缩,皮肤松弛,犹如放了气的气球,则可通过假体置入或自体脂肪移植隆乳术来改善乳房外观。

Q3问:如何避免产后乳房下垂?

李倩医生:孕期及哺乳期,女性应当根据乳房的变化选择穿着合适的胸衣,绝不可不穿,否则妊娠期乳房由于其纤维结缔组织难以承受腺体组织的急剧增长,致使乳房下垂。产后也要随着乳房的缩小,换穿较小尺寸的胸衣,才足以提供适当的支撑。

Q1问:为什么生孩子会使阴道松弛,剖腹产和顺产都会吗?

高艳丽医生:怀孕后体内激素的变化会促使生殖道的变化,即使剖腹产也是如此,顺产更容易导致参与分娩的肛提肌肌力下降,从而引起阴道肌肉力量下降,导致阴道松弛。阴道松弛程度与分娩次数成正比。另外,绝经以后随着雌激素的下降,也会出现阴道壁组织萎缩,继而发生松弛的情况。

Q2问:私密整形手术是怎么做呀?

高艳丽医生:阴道紧缩手术主要是复位阴道肌层从而改善阴道松弛,术中通过修整并折叠部分阴道壁组织达到缩减阴道容积的目的;对于外阴疤痕,通过松解疤痕组织及组织复位,凭借整形外科精细的缝合技术达到美观的目的。

Q3问:不做私密整形手术,还有其他方法治疗吗?

高艳丽医生:目前临幊上轻度的阴道松弛及黏膜弹性减弱可以通过激光治疗改善,激光治疗(菲蜜丽)作用于阴道黏膜层,刺激胶原纤维增生,使受损的胶原纤维和弹性纤维重塑,从而增厚阴道壁,达到收紧的效果。另一方面,激光通过微脉管的重建作用,使阴道黏膜的分泌作用增强,提升阴道润滑度及敏感度,同时可促进阴道内pH值和菌群正常化。