

titi12385 / April 09, 2018 11:51AM

[好想瘦大腿！景升診所邱正宏醫師談瘦大腿的科學速效法](#)

瘦大腿可說是許多愛美消費者的心願，網路上也時常瘋傳標榜有助於瘦大腿的方法或局部運動，但許多民眾實際試驗後卻發現瘦大腿的成效不彰。景升診所醫美中心邱正宏醫師指出，在門診中時常會遇到患者提到，為了瘦大腿嘗試了許多不同的局部瘦身運動，不過大腿的脂肪卻仍舊不動如山，主要是因為運動能夠鍛鍊肌肉、卻無法減少局部脂肪，若希望短時間內「想瘦哪就瘦哪」，抽脂手術是比較科學的方式。

不少民眾會為了瘦大腿，嘗試按摩體雕的方式，也的確發現按摩大腿後，腿圍數字確實有減少，然而長期觀察下來，卻又發覺瘦大腿的成效並不是特別顯著，這究竟是為什麼？景升診所醫美中心邱正宏醫師表示，從醫學上來看，按摩有加壓的效果，按摩時會將組織淋巴液、或是組織間隙的水分推開，所以測量腿圍會有大腿變細的感覺，但實際上脂肪並沒有減少，總而言之，按摩可以促進局部的血液循環，但無法完全縮小脂肪細胞。

相反的，抽脂手術的原理則是減少脂肪細胞的數量，因此透過抽脂手術，是可以改善特定局部的曲線、更進一步消除頑固脂肪。不過也正因抽脂屬於醫療手術，因此選擇合格且專業的醫師，是藉由抽脂手術雕塑身形的必備條件。景升診所醫美中心邱正宏醫師說明，抽脂手術至今已發明逾四十年，經過國際間各國醫師不斷改良，目前抽脂手術已算是相當安全的整形手術之一，不過仍需由醫生把關抽脂手術過程中的各個環節、更需要事先評估患者的健康條件，是否得以接受抽脂治療。

景升診所醫美中心邱正宏醫師補充，目前抽脂手術安全性已越來越高，手術過程只需要局部麻醉而不需全身麻醉，就連過往傳統抽脂術後的疼痛感，也因抽脂技術而大幅改善，抽脂術後更減少了以往容易瘀青、修復期長的困擾。現在抽脂手術後不但無須住院，也因抽脂的破壞性越來越低，依據每個人耐痛程度的不同、以及體力狀況的差異，「今天抽脂、明天在家、後天逛街」的患者也大有人在，簡單來說抽脂手術對於日常生活的影響越來越小，民眾的接受度自然也越來越高。