

网购“美容针”别乱打

在明星效应的推动下,玻尿酸、肉毒素、胶原蛋白等各种“美容针”日益风靡,为时尚女性所钟爱。对于一些刚入职的年轻女孩,又想贪靓又不想多花钱,于是就动了自己买产品注射的念头。整形美容外科医生陈元良接受采访时说,自行注射风险高、产品质量没有保证,而且很容易出现问题,他就曾接诊过多位自行注射隆鼻出了问题来寻求帮助的女孩。

问题1 质量不靠谱

记者在网搜索玻尿酸、肉毒素之类注射美容的产品,价格从几十元到上千元不等,有许多自称是原装进口,还有的自称来自国外大品牌在中国生产的等等。据了解,在正规医院接受玻尿酸、肉毒素进行微整形,价格不菲。以玻尿酸隆鼻为例,至少也需要2000元到4000元不等,依据注射量的多少而定。为何网上的玻尿酸这么便宜?

陈元良医生解释,在注射生物制品中,合法的产品玻尿酸只有瑞典的“瑞兰2”和北京的逸美,胶原蛋白只有台湾产的“双美”,肉毒素则有两个,一个是国产的“衡力”A型肉毒素,一个是美国的“保妥适(Botox)”,其他牌子的肉毒素、胶原蛋白和玻尿酸都是没有经过国家药监局审批的产品,在国内是不合法的产品。

一些女孩在美容院接受的玻尿酸注射或在网上自行购买的所谓的“玻尿酸”有可能是山寨产品,纯度不高,注射后副反应比较大,还有可能根本就不是玻尿酸,而是国家早已不准许使用的奥美定、骨粉、硅油等危险注射物。再比如,按照规定,肉毒素的保存状态必须是在-5~-8℃左右,2℃~8℃冷藏或-5℃以下冷冻保存,且是真空,网购的肉毒素如果只是普通包装,在常温下,药物效果则完全丧失,且存在安全隐患。

问题2 不懂乱打

有些女孩觉得注射美容不就是打针吗,有什么难的。记者在某售卖玻尿酸的网店里看到,连麻药、注射针都有的配套卖。有的店主非常谨

慎,自知自己在做不合法的买卖,并未做大张旗鼓的宣传,而是选择购买者通过QQ与他们联系,再详细介绍操作方法。

注射美容真的就是那么简单吗?陈元良医生回答,网上买肉毒素也有这个风险。自己打针风险更大。肉毒素、玻尿酸、胶原蛋白必须是有医师资格的人才能打。人的面部有着丰富的血管神经,一定要有丰富解剖临床经验的医生才可以操作,而且一定要在有抢救设备的手术室才可以的,否则意外一旦发生,后果不堪设想。注射美容不是一个简单的美容项目,它对药物用量、注射位置、注射深度和角度等都有专业要求,医生要懂人体解剖学,熟悉面部神经、肌肉分布,经过正式培训后才能上岗。在注射前,还需详细了解消费者是否对这种药物过敏,选择正确注射位置,控制剂量,并指导消费者度过术后关键期。

问题3 打坏修复难

就在不久前,有个女孩在网上向陈元良医生咨询,她自己购买“玻尿酸”后,给自己注射隆鼻。几天后就开始出现打喷嚏、鼻子痒等过敏症状,而且鼻子也经常感到肿胀,她感到很害怕。陈元良医生建议她应该尽快到医院去检查,如果怀疑不是玻尿酸而是奥美定,要尽快取出,不要在身体中埋下一颗定时炸弹。

在门诊中,陈医生也接诊过几个自行注射玻尿酸隆鼻失败的女孩,她们或是出现鼻子红肿感染,或是出现注射物游走的问题而来求助的。这些情况只能靠手术取出,但这个过程非常麻烦,因为它到处游走,想要彻底取干净,几乎不可能。而填充物的取出手术远比注射要难得多,对美容者造成的伤害也是永久性的,难以弥补。

最后他提醒女孩们,爱美也要寻之有道,且不可拿自己的身体开玩笑。为了自己的健康和美丽,请一定要到正规医院或大型民营整形美容机构,选择正规的整形美容医生,采用合格的注射美容产品!

(陈辉)



新闻链接

女子网购玻尿酸注射 发高烧感染败血症

时尚达人、明星大S曾在《揭发女明星美容大王2》一书中将“玻尿酸”形容为“一种可以立即见效,又找不到破绽的美容方法”,称如果女明星没有玻尿酸,可能会死去。在成都,就有这么两位年轻女子,网购500多元1毫升的“玻尿酸”来互相注射,一

人注射了两毫升,另一人注射了3毫升,最终的结果:两人的下巴红肿不堪,其中1人甚至还出现了溃烂!

接诊她们的医生说,两人来的时候都在发高烧,全身也很酸痛。这属于局部感染后引发的全身状况,而造成感染的元凶就是那些被注射进面部的所谓“玻尿酸”。医生最担心的是发生败血症,那样肯定会危及生命。

(陈辉)

大脑需要六类营养

大脑虽然“个头”不大,却是人体内的营养需求大户。近日,美国“获得好头脑”网站撰文介绍了大脑最需要的六大类营养。

1.建筑大脑:健康脂肪。大多数脑细胞结构需要健康脂肪。大脑的自我修复和更新会消耗大量的欧米伽3脂肪酸。主要食物来源有:三文鱼、金枪鱼、亚麻油、菜籽油、小麦胚芽、蛋类。

2.保护大脑:抗氧化剂。随着年龄增长,血液中流动的自由基会分解大脑细胞,最终导致记忆丧失。抗氧化剂可以对抗自由基的危害,所以要多吃富含抗氧化剂的食物。食物来源:蓝莓或草莓、西兰花、胡萝卜、大蒜、葡萄、菠菜、大豆、茶、番茄、全谷物。

3.激发大脑:高酪氨酸蛋白。某些神经传导物质,需要色氨酸或酪氨酸。而这些营养物质需要从食物中补充。下面这些食物能促进你的灵敏性和注意力:乳制品、蛋类、海鲜、大豆。

4.滋润大脑:水。哪怕轻微的脱水都会减少精力,损害记忆。所以,每天至少要喝1200毫升水(约合6杯)。炎热天气或运动时更要多喝水。

5.大脑建筑模块:维生素和矿物质。维生素B6、B12、维生素C、铁、钙等是搭建大脑的“必需模块”。如果缺乏这些营养素,将会造成大脑学习能力下降,因此必须保证全面均衡膳食。如果难以摄入多样的食物,可以服用复合维生素。记住,服用维生素时一定要不要空腹,最好跟食物一起吃,吸收更好,还可避免肠胃不适。

6.调节能量:膳食纤维。大脑运转的能量全都要靠血糖,而膳食纤维能帮助稳定血糖,对大脑功能有益。富含膳食纤维的食物有:蔬菜、豆类、坚果、水果、全麦谷物等。

最后,尽量少吃高糖高脂的食物,也是爱护大脑的好办法。

(刘昂)



人的颈部是活动度最大的椎体,也是最脆弱的神经中枢“走廊”。虽然过半颈椎受伤发生于交通事故及高空坠落等意外,但在日常生活中,各种类型的颈部损伤随时可能出现在我们的身边,比如不当的颈部推拿、过度运动、坐车打瞌睡等都容易伤及颈椎,引起颈椎脱位、骨折甚至高位截瘫。

为何颈椎容易受伤?

骨科专家洪曼杰教授解释,在

人体神经系统组织结构中,脊髓是联系大脑和外周神经感觉和运动,还有反射弧活动的重要通路。椎体是脊髓的重要保护装置,从上至下分别为颈椎、胸椎、腰椎和尾椎。其中颈椎和腰椎的活动度较大,也比较容易受到伤害,而颈椎椎体的体积又最小,可以说,颈椎是脊椎中最脆弱的部位。

颈段脊柱由7个颈椎、6个椎间盘和所属韧带构成,第一第二(枢椎)

不当运动、非专业推拿等都易伤颈

护好脆弱的颈椎

颈椎之间无椎间盘,由第二颈椎向上突起的齿状突将两椎体紧扣,辅以寰枢椎韧带,让颈部可灵活地做180度旋转等动作。寰枢椎的特殊结构在增加颈部灵活性的同时,也存在容易受伤的潜在危险。在颈椎活动幅度过大或受外力冲击时,容易造成寰枢椎不同程度的脱位和齿状突的骨折,脱位的颈椎则压迫神经、血管引起头痛、头晕;重则压迫脊髓引起高位截瘫甚至危及生命。

提醒1: 小心按摩师伤了你的脖子

何先生是生意人,经常会有应酬。一次陪客户打麻将,几圈下来全身都酸了,于是他带着客户到附近一家店去按摩。按摩师手脚麻利,按得也蛮舒服,最后还来了一个漂亮的收尾动作——一手按着头部,一手托着下颌往一边一扭,双手再在何先生肩膀上拍了两下,大功告成。可第二天何先生发现自己的脖子动不了了,到医院就诊,确诊为寰枢椎脱位、齿状突骨折,需要手术治疗。

就用手掰了一下,竟掰成了颈椎骨折,何先生简直不敢相信,自己也算得上按摩院的常客了,这事还头一回碰到,当时只听到颈部“咔嚓”一

声,没想到已是骨折了。

骨科专家洪曼杰教授说,推拿按摩确实能在一定程度上帮人解乏、舒缓筋骨,但因一些非正规医院的按摩师对颈部结构不了解,按摩手法使用不当而造成的颈椎骨折案例并不少见。严重的寰枢椎脱位、骨折可引起高位截瘫甚至面临生命危险。

提醒2: 泳池跳水,提防一头扎断颈椎

洪主任提醒,夏天快来了,游泳爱好者务必注意,跳水时容易造成颈椎骨折,而且后果往往比较严重,建议大家切忌在普通游泳池内随意跳水。许多市民存在两个错误观念:一是把游泳池内的“出发台”误当做“跳台”,而“出发台”仅是在比赛出发时使用,不能跳水;二是把游泳池当跳水池,事实上,所有游泳池内的水深都达不到跳水的深度。此外,在江河、湖泊、海滩游泳时更不可随意跳水,以免头部碰到水里的石头等硬物而伤到颈部。

提醒3: 练瑜伽,别追求高难度动作

目前人们的保健意识越来越强,很多人都喜欢做一些健体运动,比如现在热门的瑜伽运动,如果不科学

练习,过于追求动作的难度,非常容易伤及脊椎。

45岁的陈姨年初报名参加瑜伽班,谁知练了不到两个月,却要走进骨科诊室。原来,陈姨在做了一个驼峰式动作时,脖子后仰得太快,一下没控制好伤了脖子,出现头痛、头晕、颈部疼痛、脖子活动受限等症状。X光检查发现,其寰枢椎半脱位,韧带拉伤,上颈托固定了6个星期才恢复。

“随着年龄的增大,我们的脊柱开始老化、退变,韧带的弹性减弱,并出现骨化现象,脆性增加,运动过度时,容易损伤韧带引起椎体不稳等不良后果。”洪主任提醒,运动必须量力而行,运动前充分热身,年龄较大、平时柔韧性运动又做得少的人,在做颈部拉伸、扭曲运动时更要注意,不可过度用力,以免损伤颈椎。

提醒4: 坐车打瞌睡要戴颈围

都市生活压力大,不少人上班途中都会在车上“补眠养神”。然而,一个刹车就足以让颈椎受到急性伤害。所以,坐车时你如果想睡个小觉,谨记系好安全带并戴上颈围,其对颈椎的保护作用不可小觑。

(胡菁)