

5月减肥季：四成女性为瘦脸拔牙？ 拔得掉的智齿，拔不掉的肉

分清脸大原因，对症瘦脸

特邀专家：刘芳

(湖南省中医药大学第一附属医院美容整形中心副主任医师)

骨骼型大脸： 靠磨骨整形最有效

骨骼型“大饼脸”往往是遗传性的，你的妈妈、外婆可能都是一模一样的大饼脸。骨骼就好比房子的框架，是非常稳固的，人一旦成年后，无论怎样揉捏、挤压，面部骨骼是几乎无法改变的。对于这类女性，如果想追求巴掌脸、锥子脸，可能只能痛下决心削骨磨腮。这种整形方式效果确切，但肯定有一定的痛苦和风险，比如说可能会损伤到面部神经，影响面部表情。

这类脸型的女性靠拔智齿是不可能达到瘦脸效果的。因为下颌牙齿对脸型的影响主要是支撑嘴唇（前牙）和脸颊（后牙），维持脸部高度。如果缺失了大部分牙齿，像80多岁无牙老奶奶那样，脸部会呈塌陷状态，但基本不会改变脸的宽窄。如果只是拔除一两颗智齿，几乎不会对脸部形状有任何改变。

咬肌肥大型大脸： 改变咀嚼习惯比拔牙靠谱

有些姑娘从小就爱嚼硬东西，比如牛肉干、槟榔，或者是口香糖不离口，这样就可能容易导致咬肌肥大，使得脸型显得比较大。

这类女性若改变不良的咀嚼习惯，肥大的咬肌可能会有所改善。另外，可以通过注射肉毒素或手术去除部分咬肌，以达到改善脸型的目的。肉毒素注射可以阻断神经与部分咬肌的神经冲动，麻痹过于发达的肌肉并使之收缩，令咬肌发生“失能性的萎缩”，能起到较明显的瘦脸效果。不过这种方法并不是永久性的，需要定期注射才能维持。手术切除咬肌是在口内开一个切口，然后对多余的咬肌进行切除，最后进行缝合就可以了，可达到永久瘦脸的目的。

水肿型大脸： 从身体状况开始改变

有些女性随着年龄的增大，身材还没走样，脸却先变大了。这类大脸多属于水肿型肥胖。原来，我们身体内的水分在代谢正常的情况下，多了就会通过淋巴系统排出。有些女性出于种种原因，比如内分泌紊乱，而造成代谢能力降低，导致体内多余的水分无法排出，于是脸就显得胖了，也就是我们通常说的水肿型大饼脸。

对于这种类型的女性，建议先别忙着瘦脸，应先到医院排除疾病，找到导致水肿的病因，内分泌系统、肾脏和心脏问题都可能导致水肿。

婴儿肥型大脸： 吸脂和瘦脸面膜更有效

婴儿肥型大饼脸也叫做脂肪型大饼脸。有婴儿肥的女性因为脸部的皮肤脂肪比较丰富，所以看上去胖嘟嘟的。对于脂肪型的圆脸姑娘，不用太过担心，随着年龄的增长，自然会慢慢瘦下来。如果一定要快速瘦脸，建议用吸脂的方法，这种方法直接减少脂肪细胞的数量。不过，吸脂手术也并非人人可做。不满18周岁的人，由于身体发育情况还没有完全定型，是不宜做吸脂手术的。而注射药物溶脂的方式，效果在医学上还有争论，在国内也未得到国家药监局批准使用，爱美人士不要贸然去美容院注射。

另外，现在有些瘦脸面膜也可能有一定的效果。它是通过对面部的挤压，可以使脂肪细胞的血液供应变差，进而代谢减慢、增生肥大的能力降低。也就是说，脂肪细胞的数量不会减低，但体积可能变小，从而达到一定的瘦脸效果，但这种效果持续的时间是很短暂的，所以必须长期坚持使用。

调查

口腔医院有四成女性为瘦拔牙

有没有人为了美丽专门拔智齿呢？5月18日，记者来到长沙市口腔医院，该院主任医师陈超提供的就诊信息显示，截至当天15:00，医院上周共有125人前来拔牙，其中40%的拔牙女性咨询过“拔智齿瘦脸”的传言。

“一般来说，到周末，拔智齿的女性会更多。”陈超告诉记者，根据他的经验，10名女性病人中，可能有4人会单纯为了瘦脸来拔牙，以25岁左右的女性为主。

“拔智齿是可以瘦脸嘛！”随后，记者询问身边多名前来拔牙的女性，发现她们都对此毫不怀疑。今年28岁的李凰告诉记者，因为智齿形状不规则，经常弄

伤口腔引发炎症和疼痛，所以听朋友说了以后，立马来医院拔牙了。

“拔了后看起来脸是瘦了点。”李凰透露，尽管身边的朋友都没有觉察到她脸部的变化，但她自我感觉脸还是瘦了，“主要是拍照的时候，咬肌明显小了点儿。”

但对于拔智齿瘦脸的说法，也有不少女性表示质疑。“拔智齿瘦脸这种话也能信？我拔了的，一点没变！”家住长沙市开福区中山亭的黄芮透露，去年10月，在医生的建议下，她去口腔医院拔了左侧下方一颗智齿，脸不仅没变瘦，反而渐渐变胖了。说完，她拿出手机，给记者看了她拔牙前后的对比照片。

专家

拔牙显瘦，只能叫“消肿”

不少美女明星都曾公开承认自己拔智齿达到了瘦脸效果，事实果真如此吗？在医师陈超看来，18—29岁之间的人群拔牙，对瘦脸或许有一定作用，但绝对不会很明显。在这段期间，智齿牙根还未发育完全，在不断生长的过程中，位于牙床末端的智齿会挤压颌骨，让颌骨变长往前移动，从而让脸部看起来胖一些。另外，智齿在这段期间常引发炎症，导致周围组织增生、肿大，拔掉后脸消肿了自然会变“瘦”。

“目前，瘦脸主要有四种方法，拔牙不在其中。”湖南省中医药大学第一附属医院美容整形中心

副主任医师刘芳认为，脸型不好有多重原因：一是骨骼轮廓大造成脸大，这需要通过手术调整下颌角；二是咬肌肥大造成脸型不好，这就要打瘦脸针，是最常用的瘦脸方式；三是面部一些脂肪性的肥胖导致脸大，这需要用光纤溶等方式减少脂肪等。

刘芳表示，用拔牙的方式“瘦脸”，只是消肿消炎而已，虽然脸确实“小”了，但不能算真正的“瘦”，美容学科认定的胖瘦，参照对比的只是健康状态，而不是发炎肿胀的病态，如果网友硬要说拔牙脸是变瘦了，从形态来说似乎是这样，但并不符合美容专业的定义。

今日女报/凤凰网记者
李诗韵

“嘿，一起去看看牙医吗？”与“闺蜜”见面，别惊讶她的开场白，因为这可是最近最流行的一句变美宣言。

这个5月，细心的你不难发现，身边的美女都不止奔波于美容院和健身会所，更多的是约着一起看牙医。这到底咋回事呢？原来，近日，网贴传言“拔掉两边的智齿，能让脸部快速变瘦”，并贴出杨幂、张柏芝的瘦脸秘诀，让不少“大饼脸”女生跃跃欲试。于是，“长歪了怪我，脸

胖也怪我”便成了一颗小智齿的内心独白。那么，长沙究竟有多少姑娘为瘦拔牙？拔掉智齿到底有没有瘦脸作用？今日女报/凤凰网记者对此进行了调查。

