



## 抽脂式腹部拉皮

讓愛美的妳重新勇敢穿上比基尼

劉志信醫師

雅典娜整形外科診所

「醫師～我的肚子爬滿妊娠紋、產後肚子贅皮下垂了…怎麼辦啦？」

### 告別布袋肚，恢復女兒身

近年來，腹部拉皮越來越多客人來諮詢。

各種奇怪的術式和說法，往往讓客人昏頭轉向。到底歐美近年流行的腹部拉皮是怎麼一回事呢？

從 1899 年以來，有許多醫師嘗試用腹部拉皮解決肥胖病人腹部下垂的贅肉，因為他們發現若用抽脂是無法去除鬆弛的皮膚。到 1980 年，已經超過 20 幾種手術方式被提出，這

代表二個意義：

1. 腹部拉皮為了解決多種不同的問題，也因此有各種不同的切口設計，代表這個手術的適應症多，也就是說，手術往往能解決許多不同的問題。

2. 這麼多的術式，其實也代表腹部拉皮在初期發展階段遇到許多瓶頸（併發症），也因此許多醫師前仆後繼的努力嘗試突破。

這個瓶頸一直到 1988 年，Matarasso 提出腹壁血管結構，才有更進一步的突破。直到 2001 年，Saldanha 結合抽脂與腹部拉皮，才奠定現今穩定的抽脂腹部拉皮標準。

目前整形外科專業的腹部拉皮

技術，是以 Dr. Saldanha 的「抽脂式腹部拉皮」為基礎，加上身體雕塑的共識，將腹部拉皮從單純修除多餘贅皮，到結合抽脂技術鬆解皮下組織，更進一步融合對曲線的雕塑，成為『體雕式腹部拉皮』。



依 Bozola 在 2010 提出的分類方式，腹部拉皮的適應患者可區分為五個族群：

1. **無贅皮肥胖型**：以抽脂體雕為主，避免手術疤痕並重塑性感美麗曲線。
2. **肚臍以下輕微贅皮型**：以抽脂＋迷你腹拉為主，縮小疤痕。
3. **肚臍以下明顯贅皮型**：以抽脂＋迷你腹拉＋兩側外斜肌筋膜緊疊。
4. **全腹明顯贅皮型**：改良式 Saldanha 腹部拉皮(含抽脂、腹直肌筋膜緊疊)＋肚臍成型術。
5. **全腹明顯贅皮併肚臍下垂型**：改良式 Saldanha 腹部拉皮(含抽脂、腹直肌筋膜緊疊)＋兩側外斜肌筋膜緊疊＋肚臍成型術。

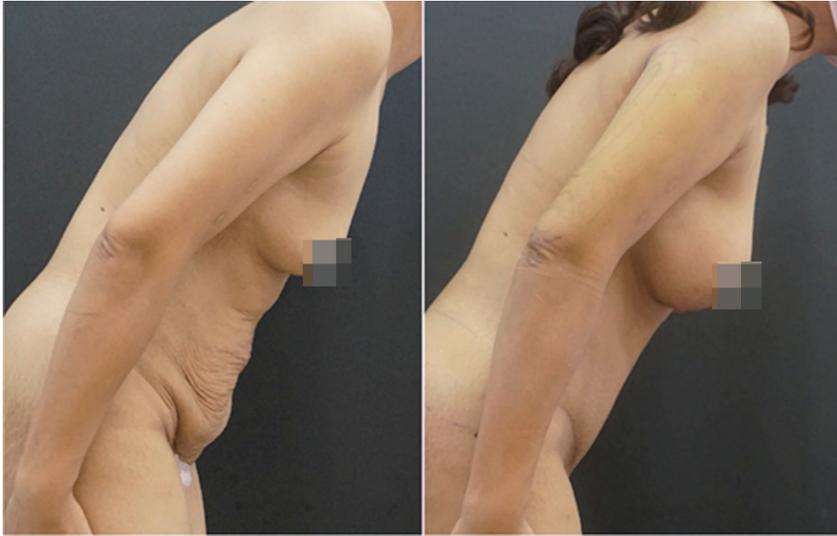
當前的腹部整形已可結合隆乳、

巴西臀手術同時進行，一次達成整體塑身的效果，這就是現下歐美正流行的 Mommy Makeover (媽咪新生術)。

手術後照顧部分，除第 4、5 型須於術後一週維持蝦米狀保護姿勢，約二週直立，而一般迷你腹拉是可於術後立即直立的。一般疤痕會隨時間慢慢變淡成白色，所以疤痕將遠較爬滿整片肚子的妊娠紋、肥胖紋更不明顯，絕對可以重新穿上妳的比基尼。

### 什麼樣的人適合腹部拉皮：

1. 腹部過度肥胖，皮膚彈性不良，想抽脂又擔心明顯贅皮者。
2. 產後肚皮鬆弛、遍布妊娠紋。
3. 產後筋膜鬆弛，至下腹突出或腰身曲線消失。
4. 減重瘦身後，腹部皮膚嚴重鬆



白晳肚皮。

### 當代「抽脂式腹部拉皮」的特點：

1. 以抽脂式腹拉取代傳統腹拉，保留腹壁主要血管、淋巴管，降低出血及術後血清腫，減少併發症。

2. 使用超音波抽脂技術對於脂肪組織的破壞小，不容易造成血管神經結締組織損傷，且可增加上皮收縮緊緻，對傷口癒合影響也最小，相對較不痛。

3. 上腹部、腰部及馬鞍部可搭配抽脂，因此可以同時雕塑身材，甚至性感馬甲線，造就完美身材。

4. 併用鋸齒縫合線及特殊傷口癒合劑，術後傷口不需換藥，當日即可洗澡，清爽好照護。

### 抽脂式腹部拉皮術前注意事項：

1. 吸煙者、糖尿病、凝血功能異常、心血管疾病、肝腎疾病、蟹足腫體質皆不適合手術。

2. 上腹部曾進行大型手術（如：肝臟及胃部手術…等）不適合接受此

弛及肥胖紋。

5. 腹部過度抽脂，術後皮膚表面嚴重凹凸不平。

### 為什麼選擇體雕式腹部拉皮：

1. 單純抽脂雖然可以減少脂肪，但對於鬆弛的肚皮無效，反而會造成贅皮下垂，形成皺摺，也無法解決妊娠紋的問題。

2. 產後的腹部筋膜鬆弛膨出，無法藉由單純抽脂改善。

3. 皮膚表面的紅白色放射狀紋路，無法藉由單純抽脂改善。

因此我們建議鬆弛的腹部，需要透過專業的腹部整形手術，將鬆弛的腹壁筋膜重新收緊，多餘下垂的皮膚適度去除，使腹部變緊致平坦，也減少妊娠紋或肥胖紋，恢復曼妙身材與

手術。

3. 嚴重肥胖患者建議先進行減重療程，再行手術。

4. 手術前二週避免飲酒及服用活血食品、藥物(如：銀杏、中藥、維生素E…等)。

5. 全身麻醉手術前須空腹禁食 8 小時。

#### 抽脂式腹部拉皮術後照顧注意事項：

1. 手術後須即使用束腹帶，加壓避免血腫產生。一週後改穿塑身衣，塑身衣須 24 小時穿著，約一月即可不必再穿塑身衣。

2. 術後會放置引流管引流血水，

約 3-7 日拔除。

3. 建議臥床休息 3 天，約一週即可進行一般室內工作。粗重工作及劇烈運動應延至術後一月後。

4. 須遵醫囑服用術後藥物及回診。

5. 術後若發現異常疼痛、出血或腫脹情形，請立即與診所聯繫。

6. 手術後約 1-2 週拆線，復原期約一個月。

7. 術後傷口拆線後 3 日起可使用除疤凝膠或矽膠片，持續 3 個月，以避免疤痕組織增生。

8. 手術後一個月內避免劇烈運動，均衡飲食、作息正常，以利傷口修復。

