

抚平岁月痕迹，绽放自信光彩

文 / 首都医科大学附属北京安贞医院 成静

时光悠悠流转，“中年”的定义悄然改变。从外婆辈到妈妈辈，再到如今的我们，40岁不再只是迈入中年的标志，现在40岁的女性仍可自信地被称作“小姐姐”，洋溢着青春活力。这种青春常驻的背后，生活方式的转变固然重要，美容科技的飞速发展更是功不可没。在众多美容手段中，肉毒毒素凭借独特魅力，成为备受瞩目的美容“利器”，助力众多爱美女士抚平岁月的痕迹，绽放自信的光彩。

一、揭开肉毒毒素的神秘面纱

肉毒毒素，学名为肉毒杆菌毒素（Botulinum Toxin，简称BT），是厌氧的肉毒杆菌产生的一种细菌外毒素。不过，大家无须谈之色变。在医学和美容领域，经过严格提纯和精准稀释的肉毒毒素，能够在安全范围内发挥出令人惊喜的功效。

目前在国内，已批准上市的肉毒毒素产品主要有保妥适、衡力、吉适及乐提葆四种。这些产品都经过严格的审批和监管流程，其在美容领域的有效性和安全性，为有美容注射需求的人们提供了可靠的选择和保障。

二、肉毒毒素的美容机理

肉毒毒素能在美容界大放异彩，关键在于其独特的作用机制。具体而言，肉毒毒素会与运动神经末梢上特定的受体位点相结合，然后进入神经末梢，进而抑制乙酰胆碱（ACh）的释放。ACh作为一种神经递质，负责在

神经与肌肉之间传递信息，促使肌肉收缩。当肉毒毒素抑制了乙酰胆碱的释放，神经肌肉之间的传导就会被阻断，肌肉接收不到收缩信号，便呈现松弛性麻痹状态。

从微观层面来看，肉毒毒素能够裂解突触相关膜蛋白25（SNAP-25），这是位于神经末梢内的关键蛋白。正常情况下，SNAP-25会与神经末梢内的小囊泡对接，从而释放ACh，实现神经与肌肉之间的信息传递。而肉毒毒素的介入，打乱了这一传递过程，使肌肉无法收缩，进而达到美容的效果。

值得一提的是，除了美容功效，研究还发现肉毒毒素对神经系统有着更广泛的影响。它能够影响周围神经系统和中枢神经系统化学突触的传导，并且对介导痛觉及瘙痒的受体产生作用，这一发现为肉毒毒素在医学领域的应用开拓了更广阔的空间。

三、肉毒毒素在美容领域的应用

1. 去除面部皱纹

面部皱纹多为表情纹，由面部肌肉频繁收缩形成。肉毒毒素通过抑制神经肌肉传导，放松面部肌肉，有效去除表情纹。无论是鱼尾纹、额纹、木偶纹，还是鼻背纹、口周皱纹等，都能得到改善，让面部更平滑年轻。

2. 肌肉体积缩小

通过注射肉毒毒素，可以放松过于发达的咬肌，让脸部线条更加流畅柔和，轻松实现“瘦脸”的效果。不仅如此，肉毒毒素在身体其他部位也能发挥独特作



用。适度注射肉毒毒素可使腓肠肌出现失用性萎缩,在不影响小腿正常功能的前提下,让小腿从外观上看起来更加纤细修长。对于因斜方肌上部肌肉肥大导致颈肩部高高隆起的人,将肉毒毒素注射入斜方肌上部,能使肌肉体积变小,柔和肩部线条。此外,长期处于收缩状态的肌肉被肉毒毒素放松后,肌痛的症状也会得到明显缓解。

3.抑制瘢痕增生与止汗

肉毒毒素的美容功效不止于此,它还具备抑制瘢痕增生和止汗的能力。对于瘢痕体质的人来说,受伤后瘢痕增生常常令人困扰,而肉毒毒素通过抑制肌肉收缩、降低切口皮肤张力,达到抑制瘢痕增生的效果,让伤口愈合得更加平整美观。同时,多汗症患者也能从肉毒毒素的治疗中受益,肉毒毒素可以通过抑制汗腺分泌,达到理想的止汗效果,帮助多汗症患者摆脱生活中的诸多不便。

4.微滴注射

微滴注射可刺激表皮再生和新胶原生成,改善毛孔和肤质。作用于面部降肌的表浅肌纤维,还能提升面部轮廓,使面部更紧致。

5.皮肤病的应用

肉毒毒素可用于治疗雄激素性脱发等皮肤病,随着研究深入,其在皮肤病治疗领域的应用还会有更多

的突破。

四、肉毒毒素与其他医疗美容手段的结合

为更好解决面部不同区域、不同层次的问题,肉毒毒素常与其他医疗美容手段联合治疗。例如,与填充注射、光电疗法结合,可增强疗效,提升患者满意度。

1.肉毒毒素与填充注射

填充注射是一种通过注射填充物来改善面部皱纹和凹陷的常见方法。将肉毒毒素与填充注射巧妙结合,就像是给面部进行了一场全方位的“焕新之旅”。这种联合治疗方式既能去除皱纹,又能填充凹陷部位,使面部更加饱满年轻,对于各种面部皱纹和凹陷问题都能起到很好的改善作用。

2.肉毒毒素与光电疗法

光电疗法利用光或电的能量改善皮肤问题。面部肉毒毒素注射联合强脉冲光(IPL),在治疗雀斑、毛细血管扩张、毛孔粗大以及改善皮肤质地等方面,效果优于IPL单独应用,可同时实现去皱和改善肤质的目的。

五、肉毒毒素的不良反应与风险

尽管肉毒毒素在美容领域应用广泛且效果显著,但它可能带来的不良反应和风险却不容忽视。在决定接受肉毒毒素注射之前,患者务必充分了解这些潜在风

险, 并选择经验丰富的医生进行操作。

1. 过敏反应

部分患者可能对肉毒毒素的成分存在过敏反应。为确保安全, 在注射前, 患者一定要进行过敏测试。一旦在注射过程中或注射后出现过敏反应, 应立即就医处理, 以免造成更严重的后果。

2. 术后感染

术后感染是肉毒毒素注射比较少见的并发症。为了降低感染风险, 患者在注射后应格外注意保持注射部位的清洁和干燥, 避免用手过度触摸和揉搓。同时, 在注射后的一段时间内, 要避免进行剧烈运动, 也要尽量远离高温环境, 如桑拿房等。

3. 正常肌肉瘫痪

肉毒毒素注射后, 部分患者可能会出现正常肌肉暂时性麻痹的现象。这是因为肉毒毒素抑制了神经肌肉的传导。虽然这种现象通常是暂时的, 但在注射后的恢复期间, 患者要注意避免过度使用相关肌肉, 给肌肉足够的时间恢复正常功能。

4. 神经线受损

多次注射肉毒毒素可能损伤神经线, 影响面部动作的自然度。患者应避免短时间内(如1个月内)反复注射, 再次注射的时间间隔和剂量需由医生根据具体情况确定。

六、肉毒毒素注射的安全与效果保障

为确保肉毒毒素注射安全有效, 患者在注射过程中需注意以下方面:

1. 注射前的注意事项

(1) 选择正规医疗机构: 务必选择具有合法资质和丰富经验的医疗机构, 切勿选择非法机构或无资质医生, 保障注射安全和效果。

(2) 与医生充分沟通: 注射前与医生充分交流, 了解自身面部情况和注射方案, 同时告知医生健康状况、过敏史等信息, 便于医生制订合适的方案。

(3) 避免特殊时期: 女性在月经期、哺乳期等特殊时期, 应避免接受肉毒毒素注射, 以免影响健康或注射效果。

2. 注射过程中的注意事项

注射时患者应保持放松, 避免过度紧张加剧疼

痛。医生用细针将肉毒毒素注射到预定部位, 过程中可能有轻微疼痛和不适, 但通常可忍受。患者需积极配合, 保持面部静止, 确保注射准确。

3. 注射后的护理与观察

(1) 避免剧烈运动: 注射后24小时内, 避免剧烈运动和频繁的面部表情动作(如大笑、皱眉等), 否则可能影响注射效果。

(2) 保持注射部位清洁干燥: 注射后保持注射部位清洁干燥, 避免使用刺激性化妆品或护肤品, 避免过度触摸和揉搓, 降低感染风险。

(3) 避免热敷与按摩: 注射后1个月内, 避免面部按摩、热敷、桑拿等活动, 防止肉毒毒素扩散、加快代谢, 从而影响效果。

(4) 定期复查: 定期复查, 方便医生了解注射部位变化和效果, 根据建议进行后续护理和调整注射方案。

七、肉毒毒素效果的维持与补打

肉毒毒素的效果并非永久, 一般可维持4~6个月。随着时间推移, 神经信号恢复, 肌肉活动重新活跃。若想维持效果, 需定期补打。补打时应选择与之前相同的肉毒毒素品牌和型号, 按医生建议控制剂量, 避免过量或不足影响效果或增加不良反应。

八、结语

肉毒毒素作为强大的神经毒素, 在医学和美容领域发挥着重要作用, 能阻断神经肌肉传导, 实现抚平皱纹、瘦脸塑形等效果。然而, 我们要正视其不良反应和风险。接受肉毒毒素注射时, 患者应保持理性, 充分了解相关知识, 选择正规医疗机构, 并由经验丰富的医生操作, 注重术后护理, 避免短时间内多次注射, 确保注射安全性、持久性和有效性。

随着美容科技进步和审美观念变化, 肉毒毒素在美容领域的应用将更加广泛深入。相信未来, 它会帮助更多爱美人士展现美丽自信。但我们也要保持理性, 避免盲目追求美丽而忽视潜在风险。以科学态度看待美容科技, 美丽不仅是外表的改变, 更是内在自信与健康生活方式的体现, 让我们用理性选择绽放自信光彩。

我们与你