

軟 硬 兼 施

重塑被上帝疏忽的臉

我大學四年級上恩師陳昱瑞院長所教授的整形外科學時，除了驚訝軟組織美容手術的效果外，最令我著迷的是借助臉骨骨折復位、顱顏重建和顏面骨骼手術，可讓扭曲變形的五官恢復原狀，巧奪天工，宛若上帝之手。在此，受限於篇幅，先談臉型雕塑。

文／整形外科 主治醫師 林孟羲

顏面美容手術是以顱顏重建整形手術為根基所發展出來的，可分為軟組織美容手術與顏面骨骼手術兩類。前者包括皮膚鬆緊度、臉部脂肪、咀嚼肌肉及五官位置比例，後者包括顱骨、下顎骨、下巴、前顎骨、眉骨與鼻骨等骨骼矯正。

臉型美觀與否，取決於臉骨大小寬窄程度的差異及視覺效應產生的差距。臉部雕塑可以增加五官立體和諧度及舒服感，從而增強人際關係競爭力及自信心，甚至改變人生未來，這就是臉型雕塑追求的目標

臉部軟組織的形狀不固定，經常牽一髮而動全局，雕塑時不免事倍功半；臉部骨骼形狀固定，位於深層，很容易就可以達到手術設計時所要求的效果，也不會影響五官，因此改變骨骼反倒比改變軟組織更容易達到變臉目標。在這個前題下，針對不同臉型條件的變臉，首先應區分是要「軟改變」還是「硬改變」，或者「軟硬皆變」，才能事半功倍。

國字臉、大餅臉常見於東方人，愛嚼檳榔也會影響臉型

臉型有種族先天差異，西方人是頭顱前後長而正面小窄，東方人是頭顱前後短而正面扁寬。頭顱形狀雖可藉由睡眠姿勢改變，但是只對1歲以下的嬰幼兒才有效，兒童至青少年期的顏面生長發育最快速，常會導致長戽斗的月牙臉，或是七先生般的暴牙臉，甚至因為牙齒咬合不正，連麵條都咬不斷。這時雖可提早接受牙科矯正治療以求改善或者防止繼續惡化，但若情況嚴重便應進行正顎手術。

國字臉或大餅臉是東方人常有的臉型，尤其在具有北方民族血統的蒙古和韓國，發生比率相當高，所以韓國整形手術以國字臉削骨聞名。台灣人的國字臉不如韓國多，但因多為混合平埔族血統，或民間有嚼食檳榔的習慣，致使高聳的顴骨或者方形的下顎骨十分常見。

下顎骨發達的人，臉形往往特別方正寬大，從側面看還會看到一個突兀的角度，稱為國字臉。顴骨發達的人，臉頰比較寬大，並且微微向前方凸起，稱為大餅臉。國字臉或大餅臉均為天生，無法預防。

女性超過16~17歲，男性超過18~19歲，顏面骨骼已經發育完成，唯一可行的變臉途徑就是接受顏面骨骼整形手術。

變臉手術前，應全盤評估臉形缺陷，選擇最適合的手術方式

1. 左右不對稱

手術前必須清楚分辨是骨骼還是軟組織的問題，再選擇適合的手術方式加以修正。由於大餅臉及國字臉常會合併兩側上下顎骨發育不對稱，手術時除了削掉突出的骨頭，還得磨去不對稱的部分骨頭。

2. 臉頰太豐滿

國字臉及大餅臉削骨後會形成鵝蛋臉，但是如果臉頰脂肪太豐厚，就變成圓臉了，若不喜歡圓臉，可同時做顏面淺層抽脂手術或是切除部份口腔內壁脂肪。

3. 咀嚼肌肥厚

因經常嚼食檳榔、口香糖或堅硬食物形成單純咀嚼肌肉肥厚的人，不必動手術，可選擇注射肉毒桿菌素，使咀嚼肌自然萎縮。注射後約3至6個月，臉形才會完全固定，效果可維持4至6個月。此法需要反覆注射，直到咀嚼肌永久性萎縮為止。

4. 下巴過長或過短

方形臉的人經常合併下巴過短，可以搭配做下巴延長整形手術；五角形臉下巴過長，最好加做下巴縮短整形手術。

5. 臉皮鬆弛

臉頰鬆弛的人，做完顴骨磨骨手術後，可能會更鬆弛，可以考慮同時做拉皮手術。如果是做顴骨縮減及顴骨弓內移手術者，則無此顧慮。

6. 是否有其他整形手術的要求

當臉形改變後，還要考慮「軟體」是否一起調整，常見手術有雙眼皮與隆鼻等，讓五官更立體。

雕塑臉部軟組織，對症出招

軟組織包括皮膚、脂肪與肌肉，必須針對不同組織進行雕塑。

1. 皮膚鬆弛

現今可以使用電波拉皮 (Thermacool) 或磁波拉皮 (Polaris) 等非手術方式加熱真皮層，使皮膚緊緻，效果維持2至5年，但是嚴重的皮膚鬆弛唯有拉皮一途。

2. 脂肪整形

脂肪在臉部的功能是保護重要器官，支撐皮膚的彈性飽滿，若無脂肪，兩側臉頰會凹陷，顯得憔悴蒼老，但若脂肪過多又有損美觀。

臉頰肥胖可做顏面淺層抽脂手術或是切除部份口腔內壁脂肪來改善。臉頰凹陷要先區別是臉形骨骼異常還是臉頰脂肪不足。臉頰凹陷又分真性與假性兩種，所謂真性臉頰凹陷是指臉形骨架完好，只因脂肪數目太少或因減肥變瘦所致，矯正方法以自體脂肪移植為首選。害怕手術，經濟條件許可的患者可以改為注射玻尿酸。假性凹陷是骨架子本來就大，臉頰相對凹陷，尤其國字臉變瘦後骨頭會更突出，這時雖然做脂肪移植可以填平凹陷，但是臉可能變大甚至成為超級大餅臉，因此正確作法應該是重新雕塑顏面骨骼，既可消除臉頰凹陷，又能讓臉龐變小。

抽取自體脂肪填補凹陷的臉頰，有時需要再次手術

抽取大腿或是腹部的脂肪，加以離心篩選，再將篩選的脂肪以18號針頭注射填入臉頰皮下深處。每個部位填入10~20 cc，不可過多，以免造成脂肪鈣化硬塊或感染。

手術結果

植入的脂肪有部分會被分解吸收，2至3個月後，30%~50%的脂肪組織會存活下來，因此醫師不得不刻意植入較多脂肪，好讓吸收過後仍存活的脂肪量剛好符合需求。在這種情況下，患者手術後不免要容忍暫時的兩頰腫脹，等3至6個月以後，臉型即可固定。如果植入的自體脂肪，被吸收量超過預期，便需進行2至3次手術，才能達到滿意的結果。手術後還要注意避免發胖，一旦發胖，植入臉頰的脂肪也會跟著增加。

優點

手術簡單安全，費用便宜。

缺點

因患者體質而異。最常見的是無法在事前準確評估脂肪吸收數及須填充量，經常需要二次手術，因此術前要充分溝通。臉型變化不大、脂肪鈣化硬塊和感染等，也是可能出現的結果，並且此法無法有效消除臉頰細紋。

適應症

真性凹陷，包括臉頰、太陽穴、眼窩、淚溝。臉頰其他填充，包括前顎、下巴、鼻樑。

臉部抽脂對純粹皮下脂肪豐滿者最有效

須先判斷臉形與骨架間關係，避免抽取過多脂肪，以免發生過度凹陷老化，並注意厚度均勻，謹防凹凸不平。

方法

傳統抽吸式：

以細抽脂管抽取皮下淺層的脂肪，深層脂肪太靠近神經，不易抽取且易有危險。

超音波震動式：

比較新的抽脂工具，可以抽取深層脂肪，但須注意若長期震動可能燙傷皮膚。

優點

手術簡單安全，對純粹皮下脂肪豐滿的人很有效。

缺點

抽吸前須打組織膨脹劑以減少出血，脂肪也較易抽出，但因組織水腫，醫師不容易掌握精準的抽取量，偶而需要二次手術。術後應好好保持身材，注意營養攝取，防止復胖。

咀嚼肌肥大，注射肉毒桿菌素，有助雕塑鵝蛋臉

許多國人骨架還好，唯因飲食習慣形成咀嚼肌的體積過度肥大。這時注射肉毒桿菌素，對美化下顎曲線，塑造鵝蛋臉很有幫助。

方法

直接注射在咀嚼肌肉中。

時間

注射1週內，只會感覺咬合力降低，過了1個月，效果才明顯，術後半年，效果最佳。如果術後仍喜歡咬堅硬食物如檳榔、口香糖、牛腱、肉乾等，療效維持時間會縮短，建議每隔6至8個月注射1次。

術後成果

對於咀嚼肌肥厚的人，改善效果良好，因咬合力量降低，減少進食，也可同時改善夜晚磨牙或是偏頭痛症狀。

優點

簡單安全，免除手術的恐懼，術後不必請假休息。

缺點

常須反覆注射，不適用經濟困難者；少數對肉毒桿菌素有抗體者，此法效果欠佳。

適合對象

骨架適中，唯獨咀嚼肌肥厚的假性國字臉；骨骼雕塑過後，要預防骨骼再生的人；有夜晚磨牙或是緊張型偏頭痛的人。