

自我丰胸适合18岁至55岁的女性，但可能会根据个人的身体状况和乳房发育程度而有所不同。未成年人不建议自行隆胸手术，因为他们的乳房尚未完全发育。

出现乳房下垂或萎缩等症状的老年女性可能需要接受其他整容手术（例如乳房提升手术）才能获得更好的效果。

自体隆胸手术的效果通常可以持续很长时间，甚至一生。然而，脂肪移植后，随着时间的推移，乳房可能会经历一些自然变化，例如脂肪减少和下垂。此外，个人的生活方式和饮食习惯等因素也可能影响手术的效果。

为了保持自体丰胸的效果，建议术后注意以下几点。

1. 术后遵照医生指示，充分休息和活动。
- 2、不要使用含有激素的丰胸产品，以免影响脂肪成活。
- 3、保持规律作息、健康饮食习惯、适当运动等良好生活习惯。
- 4、定期检查，发现可能出现的问题并及时处理。

也就是说，在选择自我隆胸手术时，建议咨询专科医生，充分了解自己的情况，在医生的指导下做出合适的选择。