

## 乳晕缩小手术过程

1. 麻醉。乳晕缩小手术可以在局部麻醉下进行。
2. 切口。手术使用乳晕周围的切口或扇形切口。乳晕缩小手术不会对乳头或乳房组织造成任何损伤，切口痕迹保留在乳晕边缘或乳晕内部，因此一般不明显。
3. 去除乳晕。测量乳头周围适当的半径后，将范围外的乳晕皮肤切除，以维持皮下血管网络和层次，防止乳晕供血不足。
4. 调整。从横向内侧和外侧去除周围的三角形皮肤，以减小半径并与新乳晕的半径匹配。
5. 缝合。手术过程中，周围的皮肤被轻微移动，然后缝合到位。乳晕缩小手术后，无需用纱布覆盖该区域、戴绷带或服用抗生素。术后7至10天间歇性拆线，以防止过度紧张。

## 如何缩小乳晕尺寸？

### 通过物理手段减少

一般来说，在乳晕外侧涂抹维生素E和维生素C，可以缩小乳晕的大小。如果定期正确按摩，将有助于加快血液循环，有助于稀释和缩小乳晕。另外，市面上有很多可以缩小乳晕、使乳晕变红的产品，应用这些产品可以达到缩小乳晕的目的，不过在选择产品时，应该选择刺激性较小的植物，以免造成伤害。乳房。

### 通过手术减少

乳晕过大多见于怀孕和哺乳后的女性，常伴有乳房增大或下垂。美丽乳晕的直径为3.5厘米，如果超过这个标准，就不美丽，而且乳房往往看起来不松弛，颜色也发生变化。这往往是由于母乳喂养期间乳房增大，随后尺寸减小的结果，因此常常伴有乳房下垂。

为了恢复美丽的乳晕，需要进行乳晕缩小手术，将乳晕周围过大的部分通过手术切除，使其恢复正常大小，如果出现下垂，也可以进行矫正。手术在局部麻醉下完成，术后无疤痕，恢复期约1周。

## 乳晕为什么会变大？

- 1、遗传因素：有些女性由于遗传基因，生来乳晕就稍大一些，随着基因表达越明显，乳晕就显得更大。
- 2.发育与性欲：青春期时，有些女孩比同龄人发育得更早、更显着，这体现在乳房发育更快。乳房发育促进乳晕生长，使其显得更大、颜色更深。婚后性交的影响使女性分泌更多的雌激素，从而导致乳晕变大。
- 3、怀孕：女性怀孕时，会分泌大量雌激素和黄体酮，刺激乳晕再次扩张。
- 4、自然衰老：随着女性年龄的增长，身体处理黑色素的能力下降，多余的黑色素积聚在乳晕周围而未被去除，视觉上使乳晕显得更大。