

减肥到底有多难？

一个人长胖10斤，可能只需要3天。

但如果你想在一星期内瘦十斤，你大概需要消耗39000卡热量。（what？）

也就是说

你需要不吃不喝+慢跑6个小时x7天，游泳7个多小时x7天

运动？从早忙到晚，睡觉时间都不够哪有时间运动减肥啊？

节食？意味着要和美食说拜拜，那真的要我的命啊！！！！

除了减肥和运动，为了变瘦，很多人还对自己痛下“狠手”，减肥药、断食法、瘦身汤等等各种方法轮流试。

短时间内是瘦了3、5斤，但你会发现减肥的速度永远跟不上长肉的速度，随之而来的是各种问题：营养不良、免疫力低下、经期推迟.....

关于“吸脂”你一定想知道！

1.如何让吸脂手术效果更长久？

人体脂肪细胞的总数是一定的，吸脂吸出来多少个就会少多少个，但是脂肪细胞的体积会变。皮下脂肪的厚度是由两个原因决定的：脂肪细胞的数量和体积。在保证脂肪细胞体积不变的情况下，吸脂手术的效果肯定是永久的。

3.吸脂恢复期有多久？

术后包扎敷料24小时，吸收渗液。24小时候换塑身衣，然后一般十天消肿50%-70%，1个月左右脱下塑身衣身形就很完美了~

咨询/ 福利#

· 长按识别二维码联系客服·

本文内容由壹点号作者发布，不代表齐鲁壹点立场。

找记者、求报道、求帮助，各大应用市场下载“齐鲁壹点”APP或搜索微信小程序“壹点情报站”，全省600多位主流媒体记者在线等你来报料！我要报料