

“脸小藏肉，脸大显胖”，这一诡异的现象气倒了多少女性求美者，实在难以估计。也许有的求美者对此感到很不爽：“我就是脸有点大而已，我不胖啊！”

只要脸稍微大一点点，哪怕你连90斤的体重都没有，你也让人觉得体重有120斤。

我们常说的瘦脸针，就是把适当剂量的A型肉毒毒素注射到咬肌中，让咬肌萎缩，从而达到让面部的外观曲线更柔和、美观的目的。

问题二：瘦脸针有什么风险

在正规整形医院注射A型肉毒毒素本身没有较大风险，但如果注射不当、或注射后护理不当导致毒素向邻近肌肉的扩散，有可能会造成相应肌肉无力或麻痹而出现并发症，包括治疗部位肌肉的过度无力、邻近部位的肌肉无力、笑容不自然、口角下垂或偏斜、侧面颊凹陷等。

这些不良反应或并发症通常出现在注射后2-4周，大概24周左右会全部自行消失。从多年的临床经验中总结，我们发现采用相同注射方法，注射剂量越大，效果显现越早，效果越显著，维持时间越长，但不良并发症出现概率增加，程度越重，并发症恢复越慢。严格把控剂量、多次注射，治疗效果更好，不良反应或并发症也越少。

那么，怎么判断自己是不是咬肌肥大呢？

咬肌中最发达区域位于下鼻点到耳垂连线以下，咬肌长约 8 cm，厚薄不一，最厚处可达 1 cm，由三层骨骼肌组成，包括浅、中、深层，不同层次的咬肌肌纤维收缩方向也不同。

你尝试用手放在自己咬肌上，用后槽牙发力使劲咬牙，感受一下自己咬肌是否偏大。如果使劲咬牙后，肌肉浮动较明显，有明显的肌肉膨出，硬韧度加大，那么你可以考虑注射瘦脸针改善。

问题四：瘦脸针什么情况下不能打

一般来说，具有以下病灶或体征者，不建议注射瘦脸针。包括：

- 咬肌、颞颌关节疼痛及腮腺肿瘤、腮腺炎等器质性疾病者；
- 注射部位存在皮肤红肿、炎症、皮疹、破溃等感染灶者；
- 面瘫患者；
- 存在精神异常、心理障碍，严重心、肺、肾功能不全病史、血液病史等者；
- 处于妊娠期、哺乳期、月经期女性；
- 高度敏感体质者。

问题五：瘦脸针效果维持多久

A型肉毒毒素注入肌肉后，通常1至数天即可出现临床效果，4-12周达高峰，其效果可维持4-6个月。由于每个人咬肌大小、厚度不同，注射的剂量不同，再加上年龄、体质、遗传因素、新陈代谢速度以及生活环境、心理情绪不同，甚至日常习惯动作不同，所以A型肉毒毒素的作用效果维持时间也是因人而异。

另外，需要特别说明的是，A型肉毒毒素作用体现是需要时间的，不是注射完就立竿见影变小的！所以，无论你的医生是谁，真的不要再问医生为什么打完瘦脸针/瘦肩针/瘦腿针一周了还没看到明显效果！医生比你更希望你获得美好的效果。

问题六：瘦脸针打三次能否定型

回答这个问题之前，得先说说良性咬肌肥厚病因。良性咬肌肥厚一般认为与遗传因素和过度活动有关，如习惯性咬牙、夜间磨牙症，饮食中经常吃硬的食物或有吃零食、嚼口香糖、嚼槟榔的习惯等。

A型肉毒毒素的作用并不是永久的，三次定型是噱头，但是噱头也有一定事实基础。打瘦脸针之后一般也确实不会恢复到治疗前的水平，注射3-4次后一般都能获得满意效果。虽然这并不是“不反弹”，但是如果没有上面提到的这些习惯来刺激咬肌，基本上1-2年、甚至更长时间都不用再注射了。

问题七：瘦脸针是否会导致脸下垂

从理论上来说，有这个可能性，但从临床来看，比较罕见。

作为医生，我们非常理解求美者的担忧，因为从理论上来看，咬肌萎缩会导致肌肉支撑不起面部的皮肤，皮肤就会下垂，这一逻辑好像没毛病。

但是，皮肤是具有良好的弹性的，只要你不是到了六七十岁的年龄，只要在皮肤弹性能承受的范围内，皮肤是可以自动适应、恢复好的，你并不需要担心。还有一点非常重要的就是医生的注射经验和技術。

- 单位效价不同

由于实验及制作工艺的差异，衡力和BOTOX两者同单位剂量之间存在差距。你可以简单理解为1个单位的衡力肉毒毒素不等于1个单位的BOTOX肉毒毒素。

从临床上看，针对同样的症状，如需达到同样的疗效，所需使用的衡力肉毒毒素剂量可能要高于使用BOTOX肉毒毒素的剂量。

- 弥散度比较

BOTOX注射后的弥散面积约为1.44平方厘米，而衡力肉毒毒素的弥散面积为平均1.8平方厘米BOTOX的弥散度相对更小且弥散形状、大小均一，衡力肉毒毒素的弥散度较大且弥散大小不均一。肉毒毒素的弥散面积与注射浓度以及注射压力相关。所以在面部如此精细的肌肉上注射，BOTOX可能更适合。

你还知道肉毒毒素能做什么吗？

- 张宗学 北大医学部整形教授、研究生导师
- 更多玻尿酸、肉毒毒素注射相关话题，请关注我的头条号。