

你是不是也有同样的疑问，为什么我每天坚持运动，一日三餐也控制的很好，怎么就是瘦不下来？小肚子、大腿上的肉怎么就如此顽固呢？

这是因为，皮下脂肪分为深层脂肪和浅层脂肪，浅层脂肪比较容易通过运动和代谢减掉，而深层脂肪非常顽固，通过运动减肥或节食也很难减掉。

你可以用两个手指捏一下，只要是局部脂肪超过一公分的，都可以说是脂肪的堆积。

Q：术后恢复需要多久？

吸脂手术过后，每个人的恢复时间是不一样的。

一般来说，大量吸脂后的患者，医生会帮着做一个引流，引流一般情况下是在48小时左右后拔除。

取出以后呢，再穿上瘦身衣，基本上对我们正常的工作生活，都没有太大影响，总的来说术后恢复是比较快的。

Q：术后要注意些什么？

吸脂手术后一定要注意膳食平衡，饮食要清淡，严格避免吃辛辣的食物和饮酒。

为了防止术后的过度肿胀和皮肤的松弛，所以穿瘦身衣一定要坚持，根据不同的手术部位，需要穿1-3个月不等。所以术后恢复的时期可以避开夏天，因为夏天穿紧身衣真的很难坚持。

Q：术后会留下后遗症吗？

吸脂手术常见的并发症有术后的肿胀，这个是肯定会有有的。可能还会有术后的出血，医生会为你进行包扎，可以减少皮肤和组织的肿胀、减少出血。

短期内皮肤可能会出现发硬的感觉，一般在术后3-4个月内皮肤比较硬，这时候可以适当的做一些按摩，加速恢复时间。