

医线聚焦

爱美之心人皆有之。以往都说女性爱美，随着经济水平的提升和社会观念的改变，越来越多的男性开始注重个人形象，也爱上了。

植发、割双眼皮、割眼袋……近日，海南日报全媒体记者走访医院整形美容门诊、美容机构了解到，近年来男性爱美不仅仅是护肤、修面，也开始走向了“他”医美、轻医美。

美容门诊的男士增多

“她说络腮胡子太丑了，带我去处理下。”今年36岁的林先生，在妻子的带动下，做了激光脱毛的美容项目，每个月到美容门诊用激光打一次，已经持续了半年多，如今胡须变少变细了，长得也慢了。以前，他每隔一天就要刮一次胡子，有时忘刮了，就满脸胡须。技术改变容颜，也减少了林先生胡子拉碴的尴尬。

海南省第五人民医院整形美容中心副主任医师高峰表示，近年来，随着社会的进步，男性美容者逐年增多，从治疗人群看，各个年龄段都有分布，其中，年轻男性做皮肤美容、激光美容居多，比如祛痘坑、痘印；也有男性做注射美容，通常对外观要求更高；还有一些男性做医美手术，比如割双眼皮、隆鼻等；年龄大的中老年男性，主要是做祛眼袋、割双眼皮（重睑）、除皱等手术多一些。

从高峰提供的临床病例中，确实有不少男性美容者做整形后，形象改观比较明显。其中有一位20多岁的男士，因为眼睛小、无神，今年9月找到高峰看诊，希望改善一下，让自己看上去更精神一点。随后，高峰为其做了双眼皮手术，历时2小时顺利完成。高峰表示，与女性割双眼皮相比，男性双眼皮的手术效果偏自然一些，双眼皮偏窄一些。10月底复诊，该男士康复良好，眼睛变大了，看起来比以前精神了。

近日，记者走访海口市的一些美容机构了解到，目前确实有不少男性在朋友或者家人的影响下，开始做面部护肤、面部清洁、激光脱毛等项目。此外，记者从省内另一家医院整形美容科了解到，该科室接诊的男性美容者也不少，其中有一些做皮肤管理、瘦身，有一些治疗男性脱发，进行毛发移植，也有一些选择做美容手术。

走近他 医美

美容门诊的男性「求美者」增多

海南日报全媒体见习记者 王洪旭

男性美容意识增强 对项目要求更高

与女性相比，男性对美容需求有什么不同？有哪些消费趋势？

高峰表示，近年来男士美容市场发展，但与女性美容市场相比，仍然是个新兴的发展领域。随着社会的发展，男性美容意识在增强，社会对男士美容的接受度在提高，从做整形美容的男士来看，他们对项目的要求更高。

《中国医美行业2024年度洞悉报告》显示：近年来，男性医美市场正在加速崛起，男性医美消费提升且潜力大。2023年，男性在医美消费上的支出同比增加了27%。在接受调研的男性中，43%计划增加在医美上的消费。从男性医美消费意向来看，以光电治疗、肉毒素渗透居多，美容清洁类、瘦身、整形等次之。

“选择做整形美容的男性，有一定的经济能力，同等情况下对项目要求更高。”高峰表示，自己曾接诊过一名满脸痘坑的男士，该男士在一些美容机构做祛痘坑治疗但未取得满意效果，随后到医院寻求更专业的治疗。经评估，医生决定采用新技术精细化脂肪移植为其治疗，当时该男士的期望值很高，但医生必须告知他相应的风险和新技术的优缺点，因为该技术需要多次治疗，一旦启动治疗，就必须坚持下去才能取得预期效果。

对于老年男性来说，祛眼袋是一大需求，这是美观和治疗兼顾的医美项目。随着年龄增长，有的老年人出现重睑和眼袋，甚至影响了视觉功能，希望通过手术改观。10月30日，高峰给一位68岁的老人做了上睑提升和祛眼袋手术。该患者对眼周抗衰要求很高，不仅仅是外观的要求，也希望提高生活质量。因为老人的上睑松弛下来了三角眼，遮挡了部分视线；另外眶隔脂肪的存储和眼轮匝肌的松弛，形成了明显的眼袋，手术比较顺利，目前该老人在康复中。

男性医美应遵循：不要“美男”要“型男”

随着社会越来越多元化和包容化，“他”医美经济逐渐起势。那么，男性在做美容整形时要注意些什么呢？整形美容专家有哪些建议？

高峰表示，每个人都有爱美的权利，首先要科学变美、安全变美、理性变美，有的人为了变美去做网贷，这是没有必要的，根据经济能力来选择。其次，男性医美要遵循一定规律，避开女性化的设计思路，不要“美男”要“型男”。女性往往是以线条柔和，做出甜美、妩媚、有亲和力为主；而男性整形美容要注意棱角分明，让人看上去有阳刚之气、英姿飒爽之感。目前，确实有一些男性做整形美容项目时，希望让自己变得更阳刚之气。再次，一定要选择正规的医疗机构或美容机构，选择有资质的医生做医疗美容项目。可以查看机构的营业执照和医疗执业许可证，如果未按规定公示，就不能开展医疗美容服务。

延伸



一位男士在做面部护理。资料图

不同年龄段人群 喜欢选择哪些医美项目？

- 30岁左右人群：皮肤美容治疗痘坑、痘印、毛孔粗大、玻尿酸注射。
- 40岁左右人群：肉毒素的注射除皱、射频、光子嫩肤、超声炮等光电类项目综合抗衰。
- 50岁~60岁人群：手术治疗眼袋、切眉、拉皮手术。

门诊连线

一走路就痛？

警惕“行走的杀手”——足底筋膜炎

海南日报全媒体记者 侯赛 通讯员 冯琼

您是否曾有过这样的经历：晨起或休息后踩在地上的第一步疼痛难忍？长时间站立或行走后，脚底疼痛加剧？这些都可能是足底筋膜炎在作祟。

什么是足底筋膜炎？海南省人民医院运动医学科主任王广积表示，“足底筋膜炎”这个术语可能对一些人来说比较陌生，它其实是指足底筋膜出现的无菌性炎症，是一种常见的足部疼痛问题，通常表现为足底靠近脚跟处的疼痛，尤其是在早晨起床或久坐站立后出现。一般而言，当足底筋膜损伤时容易出现足底筋膜炎，而长时间站立、走路或跑步，尤其是在硬地面上，或穿着不合适的鞋子等都是其常见的诱因。

正常情况下，我们的足弓就像射箭的弓，而足底筋膜就像弓弦。当脚承受重量时，足弓受到压力，足底筋膜也会被拉开，所以我们每走一步足底筋膜都会伸展收缩一次。在无数次的收缩和拉伸中，这根弦可能累积了许多慢性损伤，如果没有得到及时的修复，就会引起足底筋膜炎，带来疼痛，影响我们的行走活动。

另外，有扁平足现象的人士由于足弓下陷，导致足底筋膜被拉长，这时候足底筋膜更容易受到损伤。

如果不及时治疗，足底筋膜炎可能会导致长期的疼痛和功能受限，以及骨刺形成。幸运的是，这是一种可治疗的疾病，通过合适的措施，大多数患者能够在几个月内恢复正常活动。

足底筋膜炎的治疗方法首先是休息与制动，减少活动，避免对足底筋膜造成进一步的损伤；其次是使用物理治疗，包括冰敷、热敷、拉伸与按摩等，有助于缓解疼痛和炎症；再次，可用药物治疗，使用非甾体抗炎药或局部外用药物缓解疼痛和炎症。此外，可以根据病情采用专业治疗方法，如针灸、冲击波治疗等。对于少数症状严重、保守治疗无效的患者，可考虑手术治疗。

日常生活中，足底筋膜炎患者要选择具有足够支撑和缓冲的鞋子，并使用足弓垫或定制鞋垫减轻足底筋膜的冲击力。

如何预防足底筋膜炎？王广积建议从以下几个方面入手：

●选择合适的鞋子：确保鞋子具有足够的支撑和缓冲，避免穿着高跟鞋或硬底鞋。

●控制体重：通过饮食调整和运动来减轻体重，降低足底筋膜的冲击力。

●适当锻炼：加强小腿肌肉和足底肌肉的锻炼，有助于增强足底筋膜的稳定性。

●避免长时间站立或行走：合理安排工作和休息时间，避免长时间站立或行走。

●定期检查：如有足部不适或疼痛，应及时就医检查和

治疗。王广积提醒，足底筋膜炎比较常见，通过科学的预防和治疗措施，可以有效减轻其带来的痛苦。大家可以从日常生活中的小事做起，关注足部健康，远离足底筋膜炎的困扰。

一线医声

天气渐冷，谨防“眼中风”

邢悦

在医学领域，心梗和脑梗因其高致死率和致残率而广为人知。然而，在眼科领域，有一个被形容为“绝症”的疾病，虽不及前两者那般致命，却因其高致盲率，让患者和家庭陷入无尽的黑暗之中，它就是视网膜中央动脉阻塞（RAO），也称“眼梗”和“眼中风”，主要症状为单眼无痛性盲，以往的单纯药物治疗方法效果不佳，绝大多数患者最终失明。近期，气温断崖式下降，引起视网膜血管收缩痉挛，要谨防“眼中风”。

近日，市民王阿姨睡醒时突然感觉右眼看东西模糊了，本以为过一会就好了，没想到过了几个小时症状不但没有缓解，视力反而下降得更加严重。这时王阿姨才感觉情况不妙，辗转多时终于来到三甲医院眼科就诊。到医院后，王阿姨右眼的视力下降到了只能近距离看清手指的程度，经接诊医生检查诊断为视网膜中央动脉阻塞，医生立刻对李女士进行了救治。但是由于从发病到就诊期间耽误了6个多小时，错过了最佳的黄金治疗时间，已经造成了不可逆的视力损伤。

什么是视网膜中央动脉阻塞呢？在我们的身体中，眼睛就像是精密的相机，而视网膜就如同相机的底片，对成像起着关键作用。视网膜中央动脉是为视网膜提供营养的重要血管。当发生视网膜中央动脉阻塞时，视网膜就会因为缺血、缺氧而受到损害。这种阻塞可能在瞬间发生，而且病情发展迅速，它就像一场突如其来的“暴风雨”，会对眼睛造成严重损害，甚至可能导致失明，这就是我们常说的“眼中风”。

一旦怀疑是视网膜中央动脉阻塞，该怎么办呢？视网膜中央动脉阻塞治疗的黄金时间窗是90分钟。一旦出现上述症状，患者必须立即就医。在前往医院的途中，可以尝试自行急救。比如，进行眼球按摩，用手指轻轻按压眼球，每次持续几秒钟，然后松开，反复进行，这样可以促进眼内的血液循环，为视网膜争取一些宝贵的供血时间。

如何预防视网膜中央动脉阻塞呢？

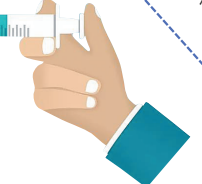
●积极治疗基础疾病：对于患有高血压、高血脂、糖尿病等疾病的人群，要严格把控病情，按医嘱服药。

●保持健康生活方式：规律作息，避免熬夜和过度劳累；保持情绪稳定；戒烟限酒；适当运动。

●定期眼部检查：特别是中老年人和有全身性疾病的人群，定期检查眼睛，及时采取措施。

（作者单位：海南医科大学第一附属医院）

数说医美



根据医美大数据，女性作为医美市场的主要消费者，占整体客户的70%以上。值得关注的是，男性客户占比正在逐渐增长，从2019年的15%增长至2022年的20%，显示出男性对美的需求和关注度也在提升。

在年龄分布上，20岁~30岁年轻人是医美市场的主力军，占比超过50%。30岁~40岁年龄段人群的需求正在快速增长，预计未来这一市场将进一步扩大。

数据来源：艾媒咨询 文字/侯赛 制图/许丽

医线高手

海南日报全媒体见习记者 王洪旭

糖尿病足是困扰糖尿病患者的并发症之一，严重者会出现脚趾坏疽、足部溃烂，甚至面临截肢，给患者身心带来极大痛苦。对于医护人员来说，治疗糖尿病足也是一大挑战。

从医37年来，海南医科大学第二附属医院（以下简称“海医二院”）内分泌科主任医师、海南省医学会糖尿病分会主任委员符茂雄潜心钻研，精心为糖尿病患者提供个体化治疗，为糖尿病足患者带来新希望。

候鸟老人治好糖尿病足 重返交谊舞场

“老人爱跳交谊舞，但患上糖尿病足后很久没跳了，治好后又去跳舞了。”符茂雄说，此前他接诊了一位从北京来海南过冬的候鸟老人，患糖尿病多年，左侧糖尿病足开始溃烂，发出难闻的臭味。

当时，66岁的杨阿公在海南过冬，出现血管堵塞，左脚趾坏疽的情况。海医二院内设有糖尿病足工作室，经地方医院医生介绍，杨阿公到该院就诊。

“这个印象比较深，老人保住脚趾的心情非常迫切。”符茂雄说，经过评估，老人的脚趾坏疽后，仅靠消炎换药是治不好的，因为患者的下肢动脉血管堵塞了，如果不及时治疗，还有生命危险。

经医院多学科会诊，决定先解除老人的生命危险因素，再采取抗感染治疗的方案，保住老人脚趾。先由医院介入科将血管打通，重建血流，然后转至内分泌科继续治疗，采取“自体富血小板凝胶技术”等，让肉芽重新长出来，后来经过5个月的康复，伤口也渐渐愈合。

“我们保住了老人的左脚，避免了截肢，治好杨阿公又重新回到舞场，非常开心。”符茂雄说，现在老人经常给他发微信，感谢医生护士

的精心治疗和照护。

并发症是长期困扰糖尿病患者的重要因素。这些并发症中，以糖尿病足最为严重，糖尿病足溃疡常发展为顽固性、难治性溃疡，截肢致残率高、治疗周期长、预后差，也给患者及其家庭带来沉重负担。

为了让糖尿病足患者得到规范治疗，2010年海医二院就成立了糖尿病足诊疗工作室，为糖尿病足患者早期筛查、综合治疗提供了便利的医疗环境。2014年引进“自体富血小板凝胶技术”。该疗法具有加速止血、封闭创面的特点，含有丰富的生长因子能加速创面愈合，缩短愈合时间，降低截肢率。

从医37年

潜心钻研，精心治“糖”

“通过糖尿病足诊疗工作室规范化的检查配合自体富血小板凝胶治疗，可为糖尿病足患者提供更科学合理的预防、诊断和治疗方法。”符茂雄说，该治疗方式不仅能提高糖尿病足的治愈率、缩短治疗周期、降低治疗费用，还能够尽可能避免截肢，提高病人的生存质量。

此前，有一位70多岁的阿婆患糖尿病多年，一直饱受糖尿病足的折磨，伤口形似“大洞”，溃烂难以愈合，足跟大部分肌腱暴露。符茂雄接诊后，为阿婆进行创面清创、换

药，同时控制血糖、血压，进行护肾、利尿消肿等综合治疗。一个月后，老人足跟创面感染得到控制和改善；随后调整治疗方案，为老人行“自体富血小板凝胶”治疗，足跟创



符茂雄在为患者分析病情。海南日报全媒体见习记者 王洪旭 摄