讓你漂亮一夏
談夏日醫美保養

summer

隨著全球氣候變遷，台灣的夏天不但一年比一年高溫，時間也越拉越長，從清明節到中秋節長達半年的時間，幾乎都是30度以上的高溫和強烈紫外線，難道一定要等到天氣涼了才能做醫美嗎？其實夏天不是不能做醫美，而是要挑對項目，究竟有哪些治療是夏天的熱門選擇？

文 / 周嘉俞
國泰綜合醫院暨內湖國泰診所
皮膚科主治醫師

雷射除毛
永久揮別濃密體毛

夏日經常穿著短褲和背心，如果腋毛、手毛腳毛較濃密的病人往往感到困擾，但不管用拔的、刮的或是化學性除毛，常容易造成毛囊炎或接觸性皮膚炎，留下不美觀的色素沉澱。雷射除毛是目前永久除毛的較佳選項，效果佳且副作用低，用波長755奈米雷射光選擇性破壞處於生長期的毛髮，2次之後約能減少5成左右的毛髮。

Q1 **術前需要特別注意什麼？**

避免過度日曬，停用外用去角質或除毛產品，如果有局部皮膚發炎的情況需術前告知醫師。

Q2 **治療時會有疼痛感嗎？**

治療前會敷上麻藥，加上雷射系統採用智慧型冷卻，可把不適感降到最低，一般治療後只會有暫時泛紅的現象，治療後可直接正常清潔和保養，治療臉上細毛後也可上妝。

Q3 **需要治療幾次？**

視治療部位不同而有所差異，平均約需4-6次的治療，間隔為1-2個月1次。

酸類煥膚和皮秒雷射雙管齊下 穩定油性膚質邁向蛋殼肌

皮膚油脂分泌量和溫度有關，溫度每上升攝氏1度，出油量就上升10%，這也說明了為何一到夏天，容易油光滿面，過了中午就開始脫妝，甚至臉和背狂冒痘痘粉刺，這兩年加上新冠疫情，口罩變成日常生活標準配備，但口罩同時也會更加惡化出油和痘痘，如果能定期施作酸類煥膚，可以有效清除粉刺、改善皮脂腺分泌減少出油量，再搭配皮秒蜂巢探頭，一併縮小毛孔，讓膚質更細緻，妝感更服貼。

脈衝光 夏天曬出的斑點和泛紅，不用等到冬天才處理

很多人有刻板印象，覺得夏天不能除斑，要冬天比較適合，因為夏日容易流汗且紫外線強，術後傷口難照顧又容易反黑，其實脈衝光是夏日除斑的好幫手，脈衝光不是雷射光，而是一種波長介於520-1100之間的多重波長光源機種，由於沒有傷口所以沒有恢復期，因此術後照護容易，反黑的機率也較低。脈衝光能特別針對淺層斑及血管絲進行治療，經過3-6次的治療後，能有效改善雀斑、曬斑和臉頰泛紅，連帶提亮全臉膚色，改善困擾黃種人的膚色黯沉、膚色不均，因此脈衝光除了是最受歡迎的「午休雷射」項目之一，也很適合在炎炎夏日，讓肌膚維持漂亮一夏。