

劉宏德醫生
著

醫西美人生

面面俱緣



CONTENTS

目錄

自序	8	醫美的根本在「和宜合道」	58
髮治的常見謬誤	10	蘋果的亂想	60
黃金比例 1.618 之謎	12	微痛醫美	64
美麗有序的第一步：先做七凹浮圖	16	PLLA X 的獻身	66
除皺的覺悟	18	御膚術：換膚須知	70
眼底風光留不住	20	肉毒桿菌素抗藥性的討論	72
醫林外史——由骨頭到醫美	24	某些語錄：人世篇	76
二十年醫美慣現象	28	某些語錄：思與見篇	84
隆鼻前必讀	32	透明質酸進化論	88
PDO 夢太奇：從醫療到醫美	34	防偽醫學	92
醫美與法治：由巫罪推定到無罪推定	36	肉毒桿菌素的三長兩短	94
誰念西風獨自涼	40	七月環保之歌	96
某些語錄：醫療篇	42	港式自悟	98
愛恨不需要理由	46	肉毒桿菌素的四個 W	104
醫美基本法	48	激光的安全使用	106
冰冰的肉毒菌素	50	座談：中日韓 Beauty and The Best	108
眼圈黑五類	52	談自然美	114
女人一生最大的五個敵人——5S	54	衰老的《厚黑學》	120
		毛髮有真相	122
		做人處世一定要知道的三度生門	126
		Lock down 日記之柏架山日遊	128
		逝去的落賢	130
		小心上人	132
		三場誤會	136
		附記	140

自序

醫學的磨練是難能可貴的，既是苦亦是樂，經歷 14 年 HA 生涯後進入私人醫療市場，機緣巧合之下，改為從事醫學美容，轉眼又 18 年！

一切是緣，個中的種種際遇及心路歷程，實在微不足道。但生活上的輕鬆，對比一些舊友仍在 HA 前線努力為民服務，我自覺有著像逃避兵役的感覺，深感慚愧。

本書的內容大部分是關於醫學美容的原理及演變，小部分是關於個人對生活的體會。香港市面上，醫學及美學的專業書籍真的不多，希望這本書可帶來一縷清風。

本書部分文章是醫美生涯中曾在報章雜誌刊出過，部分則是昔日「敢露不敢言」之物事。而有時醫生以事論事的角度，會是奇怪的角度，敬希讀者們垂注。但願人長久在香港暖暖夕陽底下，抒發己見已聞，不分黃藍，沒有黃綠，善哉善哉。

劉宏德 2023 年秋

髮治的常見謬誤

致我們曾經蔭翹的青春秀髮。

髮治從來不容易，相信大家常常能從日常生活中體會到。

要知道每個人頭髮的命運相差可以很大，若先天不足、後天失調，不但不會有好的髮，有時候更出現油膩、開叉易斷、變色褪色，甚至會嚴重脫髮、禿頭。到時才懷念曾經蔭翹的秀髮，可能已太遲了。

「面對問題，是解決問題的第一步。」

所以，明確診斷非常重要。性別、遺傳因素、情緒因素，脫髮部位、具體出現時間、細節，加重及緩解因素等等，都應詳細瞭解。之後，再細心檢查髮質、髮根、頭皮等等，看看有否特殊的改變。

常見的典型雄激素源性禿髮，及典型的自體免疫性圓禿，只要問清病歷及作一些簡單的物理檢查，都不難明確診斷，通常不用作活檢或其他檢驗。至於其他不典型的脫髮病例，原因眾多複雜，只好作排除性診斷，甚至乎海量的檢查檢驗；但常常到最後，禿髮自我痊癒了，醫生和病人都還不確定病因何在呢。

當未能明確診斷時，切記保持心平氣和，就算焦急亦於事無補的。可採用一些有客觀成效的頭髮營養物品來激活自我生髮系統；但不要使用過度刺激或油膩的美髮用品，亦不應胡亂使用極端的治療方法，否則小事化大，一旦形成疤痕性禿髮，便欲救無從，最終可能不得不考慮植髮了。

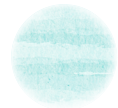
講到植髮，我有位冇乜頭髮的醫生朋友，幫人做植髮手術做得唔錯；另外一位頭髮濃密的朋友，亦有幫人做植髮，得把口，手術水準麻麻。所以今時今日，要小心別人恃髮亂講呀。

其實，有些禿髮是絕症，通常是家族甚至是貴族遺傳，無法治療，亦不是有錢就能解決的。

君不見英國以前皇夫及現任皇帝全都禿頂嗎？如不幸得了皇家待遇，又想補救，只好做植髮了。常用的方法是在頭皮的後枕部取下一片髮皮，傷口以縫線縫合。取出來的髮皮在顯微鏡幫助下分成一根根髮秧，然後以插秧方式植入禿髮區，再加以包紮。日後覆診拆線、清潔、護理即可。近來的新發展是把所取出的毛囊組織加以處理，再以微創方式注射入受區皮膚內，以刺激生髮。

若不幸是全禿頭，由於無髮可依，只好採用人造髮或其他方法治療了。

PS. 某些髮治的胡搞，可能會先亂三年……再亂三年。



醫林外史——由骨頭到醫美

LWT 醫生，花名盧旺達，自幼至今都在貧窮線上浮沉，心安理得，身有 650 塊肉但無甚物質慾，1992 年出道。

該年初秋，某名人被斬傷，在 QE 骨科出名熱的蒸籠病房留醫（現在中日、中美時不時冷戰，我們以前就好好多，聖誕之前只有熱戰，絕不會有冷戰）。見識了此大陣仗，覺得做骨科醫生都幾型，之後便寄生於骨。普世而言，骨科特別有趣，在香港尤其如是，因為香港骨科包括埋手外科。常笑說香港最粗魯的醫生很可能是在骨科，最幼細的醫生更有可能也在骨科。

骨科醫生的另一特點是很能接受唔同意見，ie. 即擅長固執己見，並自圓其說。簡單如前臂骨折，未計跌打，都各家各法，可能用石膏、玻璃纖維、夾板、膠托、鋼針、鋼板、鎖定鋼板、螺絲、髓內釘、外固定支架等等，另加補唔補自己骨、定用庫骨 or 人工骨等等等。

講足 30 分鐘，還未開始說如要開刀，是用前、後、內側、外側、前外側還是後外側進路；內固定板是用 A0、DCP、匙狀鋼板還是鈦板……；內固定板是放在腹側、背側……；應否加外

固定器、K-wire……So，骨醫都幾適合做高官，在港澳都曾有例子，如周骨、高骨、陳骨等。

話說回來，當事人刻骨之後，自然是銘心了。先悟交鄰埠 E 界女友，後進化為夫妻雙城

記。這些關係無疑是甜蜜的，卻也使得生命不再輕盈。為求兩人能每月一見（回想起來是比牛郎織女幸福得多），常要在周末狂奔去，周一早早回，才能趕及 7:30am 前巡房，再入手術室！

正所謂：懸壺濟世有咁易，作為刀客更淒涼。苦苦支撐 13 年，參加了我該參加的所有競爭並且完成了大部分，卻沒有覺得幸福快樂。反而越來越茫然，差不多是奄奄一息，越來越感覺到前台北市長柯文哲醫生所說的「回家的路太遠」。終於在 2006 年，賢仔一役，大徹大悟，決定遁世。



初想入空門，終生帶髮修行，又怕要幫襯哈佛、史雲遜，只好移民歸隊至鄰埠，打算自 40 歲起就安享晚年。然而好景不常，發覺當時鄰埠雖然行業單一，其實人事法理官僚十分複雜，正是低氣壓令人高血壓。

剛好老友彭在香港正逢 E 美業興起，由卓乙跳槽到 Re 幫，要搵 fd 墊住舊東家，便嘗試兼職卓乙，港 X 兩邊走。其後偶爾跳槽，偶然創新，轉眼又十幾年。骨科轉兼皮膚美學，漸蛻變成皮包骨醫生了。

造物弄人，「事已到此永難改，莫非世事常意外？空餘感慨，盼能有日，我嘅愛心有人替代。」

然而由揸刀變為揸針、揸激光槍，感覺太輕鬆，莫非有些武術天分？而轉型以來，有趣地發覺往日用過的骨外科材料，有些亦變身兼發揚光大，例如：改善肌肉強直的肉毒菌素現主要用在醫美，人工骨粉變為微晶瓷，Vicryl 改良為 PLLA，PDS 被稱為 PDO，等等。

其中最標誌性的產品，應該是肉毒桿菌素吧。它於 1989 年獲得美國 FDA 批准在醫美使用，之後用量便呈爆炸性增長。主要功能是可逆地阻斷位於肌肉組織內的神經肌肉接頭。常被用於醫美，例如瘦面、瘦小腿、去皺、止汗等；其實在神經內科、眼科、整形、復康、痛症等方面也有重要作用。

而下次又會是哪一種醫學材料華麗轉身？雖未見提及，但我想，最有潛質的可能是修補軟組織用的半月板箭或其他入骨 anchor 吧；如改良用來作面部豐盈收緊提拉，有機會是神來之筆呢，靜觀其變吧。

詠春的極致：

繚人手腳不繚身

醫美的化境：

醫人口面更醫心

PS. 同志仍須努力



眼 圈 黑 五 類

根據某年某月在法國進行的研究報告中發現，「眼圈」是女性首重關注的衰老問題。研究機構對「最受女性關注的衰老問題」進行調查，招募了 4402 名年齡介乎 18 至 75 歲的女性，對各種衰老問題進行排名，結果顯示已經踏入 30 歲的女性，接近有 50% 的女性都把「眼圈」列為排行「最受女性關注的衰老問題」的榜首。在同一個研究報告中顯示，「最普遍進行的美容療程」排行第 7 位的是「淚溝豐盈」。像畫龍時最著重「點睛」一樣，衰老的眼部肌膚及眼周暗沉的陰影往往很容易透露出我們的年齡秘密！

眼部下的陰影，即俗稱黑眼圈，類型有：

1. 色素型黑眼圈
2. 結構型黑眼圈
3. 血管性黑眼圈
4. 醫源性黑眼圈
5. 混合型黑眼圈

色素型黑眼圈：眼睛下方的皮膚本來就特別薄，隨著年紀增加，皮膚水度降低，因此膚色暗啞。如果經常曝曬、揉眼睛及患有長期濕疹、哮喘、鼻敏感等病，炎性物質會令眼圈顏色變深，就更加突顯而形成黑眼圈。但可以借助遮暇膏來遮掩黑色素，此外一些護膚產品可為眼部皮膚補充營養作防護及保養之用。

結構型黑眼圈：因膠原蛋白流失、皮膚鬆弛、蘋果肌凹陷並形成像八字的溝紋，加上臉部結構問題在眼周附近形成陰影，看起來像是黑眼圈的樣子，像是眼窩凹陷、顴骨較高、有眼袋問題者都很容易因為結構性問題造成眼周黑黑一圈的錯覺。就算化妝都未能有效遮掩，必須先要處理眼部凹陷或蘋果肌凹陷或過高的情況。

血管型黑眼圈：出現是隨著年齡漸增、UV 紫外線侵害、長期吸煙，再加上工作繁忙、長時間用眼、經常熬夜、精神壓力大、戴眼鏡，這些因素都會讓眼睛周圍的局部血液循環比較差，造成明顯的黑眼圈。長期低頭打手機的低頭族也要注意啊！

醫源性黑眼圈：現今已並不罕見，主要是因為眼底區的醫美治療所產生的不良反應，例如填充物產生了炎症反應、Tyndall Effect、壓迫血管等等，都會造成所謂的黑眼圈。

總之，想要改善黑眼圈，第一步必定要先瞭解成因，對症治療才能達到較佳的改善效果。

蘋果的亂想

世界上最重要的生果毫無疑問是蘋果，自亞當夏娃，今至喬布斯的蘋果，都對人類影響深遠。但今天談的是牛頓的蘋果。

公元 1666 年一個蘋果啟發了牛頓，20 年後他在《自然哲學的數學原理》一書中發表了萬有引力定律，轟動整個科學界。他享譽全英全歐全球，可說是全球化的第一人，亦是人類歷史上第一位享受國葬的科學家，1727 年長眠倫敦西敏寺。所以我始終認為英國是一個很偉大而奇怪的國家，既有世界級的科學家，也有大量的各種炒家；而香港都唔差，起碼有英國的一半水準。

對醫美學界來說，牛頓爵士點出了地心吸力終會令容貌變得鬆弛衰老，也殘酷地說明白，輪廓要保持緊緻，是一場艱巨的對抗地心吸力的持久戰。

現今，強力的面部提升方法有：

1. 注射提升：即是以注射方法來達至提升的效果，常用材料是聚左乳酸、透明質酸、肉毒菌素等。起效較快，各自原理不同，但技術要求高。

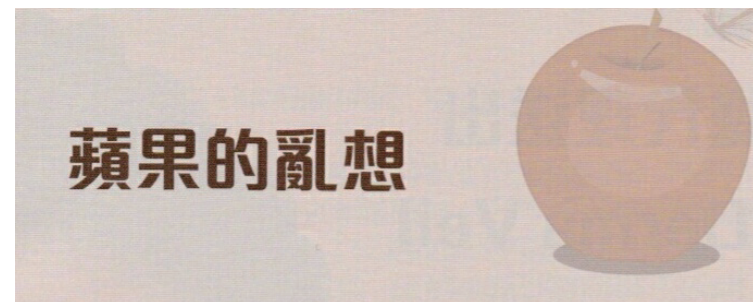
2. 儀器提升：例如以電波或聚焦超聲波發送至皮下膠原層，產熱並催生膠原。生效較慢，療程較痛，好處是並無皮膚創口。

3. 埋線提升：是一種微創手術，用一些會緩慢溶解的手術線材料，例如 PDO，以針內藏線，退針留線的方式進行；之後膠原增生自會產生強大收緊提升的效果。安全有效，但技術要求高，術後一周通常會有一定程度的瘀青。

4. 手術提升：俗稱拉面皮，通常先於髮界內做切口，以縫線或特定裝置，著力於深筋膜層，然後向上向後拉緊，或需要切除一些鬆弛皮膚。創傷較大，瘀青會較重，有時會出現傷口的不良反應。

如果面容凹陷深遂、鬆弛下垂嚴重，我會選擇同時注入聚左乳酸合併 PDO 埋線提升。效果更快更好，療效長而療程亦可縮短。處理凹陷的太陽穴時，最好用納米導管作較淺層的進路，注入範圍如果遠達髮界內 1 厘米以上，會有更好的提升飽滿效果呢。

那麼，面部提升的終極（End Point）應該在哪裏？真的要做到所謂的心型面嗎？我想，如果您有一張像真心（臟）的面孔，我是真的會替您難過的。其實，面型像一個當紅小蘋果不就是最好了嗎？



透明質酸進化論

透明質酸（Hyaluronic Acid，簡稱 HA）又稱玻尿酸或琉璃醣碳基酸，是人體組織不可缺的一種生物高級成分。是由雙醣分子單位組成的直鏈多醣體，能攜帶本身分子 500 倍以上的水分。成年人的身體大約含有 10 克左右的透明質酸，而約有 50% 的透明質酸是存在於皮膚中，能維持皮膚的正常結構和功能，維持肌膚水分保持結締組織彈性，亦存在於人體的眼睛晶狀體、關節液及其他結締組織等地方，同樣擔當十分重要的角色。

透明質酸會隨著年齡漸增、紫外線侵害、長期吸煙、炎症、感染及精神壓力等因素而在身體自然地流失。無論對身體或皮膚組織來說，都會影響營養在細胞之間的輸送，還會減低皮膚細胞排走廢物的效率。除此之外，骨膠原是依賴透明質酸共同起作用的，一旦透明質酸數量下降，隨即影響骨膠原的能力水平，透明質酸含量下跌會令皮膚變薄及鬆弛，感覺乾燥，嘴唇變薄，眼窩及面頰下陷，皺紋出現等。

約 30 年前，第一代的 HA 由動物組織內提取出來，開始應用於醫學。由於製造費時，成本又高，產品效果又差，故並未能普及使用。

但不久之後，科學家把鏈結物加入透明質酸中成為第二代 HA 凝膠，大大改善其穩定性及療效，並開始普遍應用於醫療及醫美。醫療方面，多用於退行性關節的治療及眼睛手術，醫學美容方面主要是用它來填補下陷的皮膚，如靜態皺紋、暗瘡疤，或提升鼻樑、輪廓，豐盈下巴、太陽穴及虎紋，改善唇形等。小分子透明質酸淺層注射更能改善皮膚質素及彈性等等。現代透明質酸在時效、質地、粒子大小等方面已有很多不同選擇，可讓專業醫生根據具體情況，使用於人體不同部位。

10 多年前，歐洲開始有藥廠推出第三代透明質酸，添加了多種營養物、礦物質及美白抗氧化成分。保濕美白效果出色，故很受歡迎，並一直風行至今。

近幾年，北美有藥廠成功研發第四代透明質酸。它以透明質酸為載體，添加了醫用的膠原刺激物，例如 DEAE（Diethylaminoethyl），先提供一個框架，再吸引帶負電荷的膠原纖維生長進去。即能即時的填充，又有自然及長效的膠原增長，一石二鳥，極具創意。用於面部的凹陷位置，能長期地改善輪廓。

轉眼間 30 年過去了，HA 已進行四代飛躍。但另一個 HA（醫院管理局），則很穩重，尚未看到任何突破性的改革！

PS. 使用填充物，不是零風險的，尤其在鼻子附近使用。損傷或壓到血管並不罕見，嚴重時會使局部皮膚組織缺血。做前要考慮清楚。



醫美人生 面面俱緣

作者：劉宏德醫生

設計：卷里工作室 | 季曉彤

編輯：青森文化編輯組

出版：紅出版（青森文化）

地址：香港灣仔道 133 號卓凌中心 11 樓

出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517

電郵：editor@red-publish.com

網址：<http://www.red-publish.com>

香港總經銷：聯合新零售（香港）有限公司

台灣總經銷：貿騰發賣股份有限公司

地址：新北市中和區立德街 136 號 6 樓

電話：(886) 2-8227-5988

網址：<http://www.namode.com>

出版日期：2023 年 11 月

ISBN：978-988-8868-05-6

上架建議：醫學／散文

定價：港幣 100 元正／新台幣 400 圓正

本書作者的觀點及引用的資料與本社無關，亦不代表本社立場，如牽涉法律責任，一律由作者全部承擔。本社一概不會就本書內容而引致的任何損失或損害承擔任何責任或法律責任。

- 先天不足、後天失調的髮質，可以怎樣解決？
- 用肉毒菌素來減少皺紋，長期來說，有時會越除越皺？
- 人的眼底區一旦老化，即使是超級美女亦會大跌watt，如何回復眼底區的顏值？
- 改善鼻型，常用有哪些方法？
- 最受女性關注的衰老問題，女人一生最大的幾個敵人，究竟是什麼？
- 介紹各個醫學美容項目的相關知識：強力的面部提升方法，換膚須知，透明質酸的進化，最標準的臉龐的黃金比例……
- 特別收錄：分享作者自身對醫療、人世、思與見的體會！

ISBN 978-988-8868-05-6



9 789888 868056 >



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台

加入我們：www.red-publish.com

ModE.

上架建議：醫學／散文

定價：港幣100元正／新台幣400圓正