



产后塑形

越 专 业 越 快 速

产后身体有太多问题需要解决，这绝对不是跑几圈步，练一练瑜伽就能恢复的，因为生完孩子身体有很多质的变化，需要根据身体变化找到专门产后塑形的老师，做专门的医美项目，越专业才能越快速。

编辑 / 李懿靓 文 / Lora 摄影 / 张悦 (Zack Image) 模特 / 李丹妮 造型 / Yuri Tan
化妆 / 王奕为 (On Time) 发型 / 宋洋 (On Time) 设计 / 杨珊珊

困扰妈妈们的
产后身形
问题排名

TOP5

腹直肌难以
恢复到孕前

TOP2

腰腹赘肉顽固难瘦

TOP4

富贵包好明显

TOP3

不知不觉就驼背了

TOP1

盆底肌松弛

仪器or医美 产后塑形更精准有效

当产后的身材发生了一些变化，除了积极通过一些专业性的运动恢复锻炼，选择通过一些专业仪器和医美手段来帮助恢复身形，也是非常睿智的选择，非侵入式仪器和微创医美你会选哪一种？



自然派

生孩子已经够痛了，
产后恢复我还是
选择温和一点的吧！

——时尚芭莎
资深美容编辑 李懿靓

体验项目：LPG

体验地点：北京市海淀区复兴路20号善美医疗

体验效果

顾问说找一次的效果只能是紧致，不会有太大腰围减少的感觉。LPG的重点是让脂肪细胞的体积变小，而不是破坏它们。有一点需要强调的是，LPG是和向减少顽固脂肪，也就是人们很努力健身都无法去除的脂肪囤积部位。在刺激且减小这些部位的脂肪细胞时，也刺激提高了血液循环和新陈代谢。

体验前

LPG是一个来自于法国的家族品牌，从1986年就面世了，100%天然、非侵略性、非侵入性，强调舒适、有效、自然、安全。听说它对修复产后断裂的皮肤纤维，橘皮组织都有很神奇的效果，而且对于定向消脂效果非常好，12次疗程基本上等于是连续8个月每星期五天每天45分钟的有氧，在产后还没有完全恢复运动以前，这仪器简直是福音啊，满怀期待去体验。

体验过程

因为知道这个仪器是非侵入式的软妹，所以没有心理负担。因为我产后腹部线条和脂肪问题最严重，我首选要求体验腹部。仪器是和床一体的，每一个做疗程的人都要先换上一套连体的衣服，因为这个仪器是没有产品做介质的。每一个部位30分钟，这个是在做疗程之前在机器上设定好的。过程中，有序的动力滚轴与动力襟片，与负压吸引抽吸，同步实现抽吸+滚轴+拍打三效合一模式，有一点微微痛感，但是丝毫不影响身体，过一阵又有一点热热的，就是在这个过程中通过抓取脂肪组织，就像是给与细胞一种物理性的锻炼，和我们日常锻炼及刺激肌肉从而达到塑身的道理是一样的，从而抚平橘皮组织、紧实肌肤。顾问告诉我，有调查研究，一般经过3次治疗后，71%的女性证实皮肤紧实度得到提升、67%的女性橘皮组织得到改善；12次治疗后，腰围减少5.2厘米。

女性产后身体皮肤和线条都会发生变化，哪些是可以通过医美手段来解决的呢？针对这些问题，能给我们具体介绍下您推荐的项目吗？

主要是皮肤松垂、妊娠纹的问题，肚子上的黑线，身体的线条变得没有以前流畅了，甚至臃肿。

肚子上的黑线：随着产后体内内分泌渐渐复原，会慢慢改善，一般需要半年到一年左右的时间来淡化。

皮肤松垂：轻、中度的皮肤松垂，可以通过热玛吉来改善。是以非侵入性的方式，利用专利性的治疗探头将高能量的高频电波传导至皮肤层，紧缩重塑深层的真皮及皮下结构。另外可以通过皮下植入可吸收PDO线，这种微创方式，刺激胶原增生，收紧皮肤。

妊娠纹：妊娠纹的治疗，一般是从产后开始，可以通过热玛吉和飞梭联合治疗，针对表皮层、真皮层及皮下组织进行有效的收紧和重建，有效改善妊娠纹。

身体线条：身体线条变得不流畅，一方面是因为皮肤松了，另一方面是脂肪堆积。一般轻度的脂肪堆积可以通过酷塑冷冻溶脂或者优立塑（通过超声波震碎脂肪），这两种都是通过非侵入的方式减少脂肪、改善线条。如果是中重度脂肪堆积，就可以直接采用吸脂术改善体型，有创、改善迅速，缺点是术后需要穿塑身衣一个月。

产后什么时候可以去？需要避开哺乳期吗？

有研究认为，产后用至少六个月的时间体重恢复到孕前水平还是比较合适的。（这里，所谓的恢复到孕前水平，指的是体重差距在3斤以内就可以了。）所以上述医美的干预措施我都建议在产后半年开始。BAZAAR

效果派

如果你渴望快速高效，
那没有什么比成熟的
医美项目更适合的了。

——中国协和医科大学
医学博士、中国整形美容
学会 微创与皮肤整形分会
常务委员副秘书长 晏晓青



推荐项目：热玛吉、飞梭、
酷塑冷冻溶脂、优立塑、吸脂