

上期討論過眉毛及頭髮的部份，今期我將重點往下移至面部位置，集中討論面部輪廓及皮膚有甚麼可以改善的地方。

# 由男人到男神(下)

## 皮膚乾淨整潔

對很多男士而言，皮膚護理總給人冇姿整的感覺，也認為這是女士的專利，男人嘛，何必在意！面上長斑長疣又如何？

事實上，這種觀念真是大錯特錯，皮膚如同披在身上的衣裳，你能忍受襯衣佈滿汗漬、鼓油漬嗎？既然忍受不了，那為何又能忍受皮膚種種瑕疵呢？皮膚是身體最大的器官，現在，已經能用各類不同波長的激光儀器解決各種皮膚問題，一般用於處理色斑問題的激光包括：

- 1) Nd:YAG 1064nm；
- 2) Alexandrite 755nm；
- 3) KTP 532nm。

至於選用哪一種，則視乎色斑位置處於淺表皮層還是深真皮層而定，男士也有機會長荷爾蒙斑，只是比例相對較少而已，但處理上也要比較謹慎。在去除色斑的同時，因為激光所產生的熱力，會令真皮層的纖維母細胞增生膠原蛋白，皮膚毛孔因而變得細緻有光澤。

很多男生在青春期荷爾蒙的刺激下，油脂分泌腺變得旺盛，因此經常油光滿面，予人很不整潔的感覺，在接受激光嫩膚療程的同時，其實也會一併減少面泛油光的問題；因為高能量激光能破壞部份油脂分泌腺，令其油脂減少，因此有部

份女士在接受完激光嫩膚後會感到乾燥並長「粒粒」！

鬍渣問題也會予人不潔的感覺；我不認為要滑不溜手才叫好，但利用Alexandrite 755nm或Nd:YAG 1064nm激光 (Laser Hair Reduction) 去改善鬍渣也不失為一個良策，起碼不用經常剃鬍鬚，從而減少毛髮倒生引發的囊炎。

凹凸洞也是困擾男士們的一大煩惱，因長暗瘡而留下的疤痕，引證了從前的無知及處理不當，現在只能盡力去修補，分段激光 (Fractional Laser) 的技術就能改善暗瘡凹凸洞，但始終只能做到改善，效果更要視乎疤痕之嚴重性，暗瘡是否已經受到控制等等。

\* \* \*

現時，擁有高挺鼻樑似乎是俊臉的基本標誌，想令五官更具立體感，在可以不動刀的年代，透明質酸填充劑 (Hyaluronic Acid Dermal Filler) 的出現確實帶來了很大的方便，鼻樑可以在數分鐘內變得高挺，免除了手術後的復原期，但效果一般只能維持6至9個月左右，因為身體會把這些透明質酸分解並排出體外。

透明質酸除了可改善鼻樑外，亦能修飾面部輪廓，令整體合乎黃金比例，例如改變下巴形狀、修飾遮掩高凸顴骨、修細面頰等，而肉毒桿菌素 (Botulinum Toxin) 能改善因為嘴饞肌過於發達而出現的國字臉問題。

其實，每一位男士也可以成為別人心中的男神，只取決於你是否願意，踏出第一步；男神也好、暖男也好，最重要不要做懶男，正所謂「世上無醜男人，只有懶男人」！

