

告別不對稱的困窘---

淺談胸部大小與不對稱之矯正

本單元特別感謝
莊家榮醫師（知美整形外科診所）諮詢指導

網路討論標題：兩邊不一樣?!!!

小紅帽：聽人家說，女生的胸部兩邊不一樣大耶！那如果真的兩邊不一樣大，又很明顯要怎麼辦？

花木蘭：我也是左邊稍微大，據說因為是心臟在

左邊，用震動按摩方法有效嗎？

Migo：我也是左邊比較大的說，因為兩邊差還滿多的，聽說按摩有用，但是不知道怎樣才是正確的？

還有還有阿，聽說是經期來之前的一週按摩比較有效？還是說要每天按摩呀？

牛小妹：但是經期來時不行按摩。

真女人：我也是左邊比較大，大概差一個罩杯，穿內衣小的那邊都要墊胸墊，醫生是說每ㄍ人胸部都有差，

只是差多或差少，我還是希望有方法改善！

大美女：鋼圈的內衣最好不要24小時穿著，也會影響。

網路上輸入搜尋關鍵字："大小乳"，便可以看到一堆有關於乳房左右大小不同的討論內容，從當中網友的對話，發現了幾個有趣的觀點跟不確定的資訊，整理一下請醫師幫大家解解惑。

- 1、胸部真的左邊會比右邊大？
- 2、是天生還是會因為後天發育過程保護不當所造成？
- 3、努力按摩就有效？
- 4、如果按摩有效，那麼MC來時效果會更佳？還是反而不行？
- 5、內衣穿著也會影響？
- 6、相差多少才需要透過外科手術矯正呢？

如果仔細觀察自己的五官或身體，相信許多人都可以找到兩邊不對稱的地方，例如臉部：雙眼皮、眼睛、眉毛、鼻孔、臉頰等處，也就是我們俗稱的大小臉，當然以身體而言，可能還會出現手腳左右長短略有差異，那麼乳房或乳頭也不例外。因為此類的不對稱狀況是天生的且多數並不明顯，所以並不容易被人所發覺，甚至有些女性朋友們經過醫師的告知後才發覺有大小或高低乳等問題，最後才尋求外科手術來矯正的。

大多數乳房或乳頭不對稱的原因

先天發育遲緩

因素

如單側肋骨或胸腔發育不全，單側乳房不發育或乳頭乳暈過小等。

先天結構特異

因素

通常因心臟位置於左胸處，所以女生多普遍發現自己的左乳會比右乳稍大，那是因左胸肋骨較右胸突出所至，也是正常的現象。

後天外力刺激

因素

常見如長期脊椎側彎所造成的大小胸或高低肩，會造成乳房或乳頭的位置高低不一的情況。

更由於東方女性大多不習慣在鏡子前面檢視自己的身體，經常不會留意到，但是如果花一點時間仔細比較後可能會發現，自己的乳房或乳頭是不對稱的。沒錯，類似輕微的差異普遍存在於女性族群內，而且大多數的人可能在穿戴胸罩時會發現某一邊比較鬆，不過大多數的差異程度，都不至於影響外觀與日常生活。

矯正與否

如狀況如明顯到影響外觀的話即須接受矯正。

矯正與否

如因骨頭結構突出已影響到乳房的形狀或位置時，即應接受手術矯正。

矯正與否

此類問題由來已久，大部份的患者是因為外觀上的問題才會尋求醫師的幫助。

乳房或乳頭不對稱的問題， 又有哪些方法可以來矯正它呢？

現今治療的內容還是以整形手術矯正外觀為主，對於部分來自個人經驗或是網路流傳的方式，如未涉及健康或安全問題，倒可視為保養輔助功能。但是如果希望有更積極的解決方式，就必須透過實際的矯正手術，才能獲得確實的成果。

第一招 直接選擇進行隆乳手術

理由

矯正胸部結構的不對稱，運用隆乳手術可謂是一舉兩得的辦法。

優點

可以解決平胸的問題。
可藉由突出的乳房掩盖住變異的胸部骨架。
藉由調整兩側乳房義乳容量大小可以使胸形幾近對稱，通常可以得到很好的治療效果。

缺點

無論做甚麼尺寸或是只做一邊，都必須同一般隆乳手術一樣注意術後的保養及維護。

第二招 只做乳暈／乳頭的縮小或位移手術

理由

一般來說都是將較大的乳暈或乳頭縮小以期與對側相近似，可以只做單邊的矯正。

優點

手術較為簡單，沒有隆乳手術所必須注意的術後保養問題。

缺點

如果是乳暈乳頭位置兩側高低差距達一公分以上時，就必須要將較高的乳暈牽移至正常的位置，因此乳暈周圍會留下環狀的疤痕。

第三招 隆乳+乳頭／乳暈矯正

理由

如果要追求完美，隆乳手術合併乳頭乳暈部位的調整，會是最完整的做法。

優點

可同時達到兩側乳房大小對稱，並搭配乳頭、乳暈位置調整，其效果更佳。

缺點

前提是必須讓醫師判斷您是否有必要接受此類的手術。

美好的胸形，可以襯托出好身材，對於女性而言也是極為重要的自信象徵。相信沒有一位女性不在意自己胸部的美觀，或許對於大小並不會太過於計較，但兩邊乳房大小或乳頭位置的對稱性卻是較為明顯易見的，也是可能必須矯正原因之一。整形提供的是積極、快速見效的方式，而對於美並無絕對的標準，主要是當事人自己認為不完美的話，那不妨諮詢一下整形醫師的意見吧！



專業醫師觀點

莊家榮醫師（知美整形外科診所）

現今的隆乳手術已可以將乳房做的極為自然且真假難辨，有些用看的甚至連醫師都會被考倒。

既使因為乳房大小不一或高低不同，而只做某一邊或只有局部動手術，在外觀上通常也不會讓人覺得兩邊有甚麼不同或是異樣。

如果本身很在意或擔心親密愛人的觀感，甚至在服裝穿著上感到困擾，可以選擇適當的外科手術來協助！



成功的手術是以人為本的同理心 才是完美

如果追求美麗須要忍耐這麼多痛苦與不便，那下次還會想要嚐試嗎？在不變的醫療過程之下，是否能提供更好，更有效率的服務來解決疼痛的問題？還有提供給客戶的是最新、最好、最適當的技術嗎？

莊醫師認為：成功的手術必須加上以人為本的同理心才是完美。

莊醫師在韓國何盛允院長的診所，了解到細膩手術與無痛過程的完全融合；在隆鼻名醫鄭東學院長的診所裡跟刀學習，並親自傳授韓式隆鼻的奧義；另外在韓國削骨大師D. B. 楊院長更學習到一流與迅速的削骨技術；從首爾市江南區著名的BK clinic大型整形醫院，參考他們的品管與服務流程。

在日本，由於拉皮大師白壁院長，讓莊醫師得以一絲不苟的學習；而堪稱日本抽脂與脂肪移植先驅的蘇哲男院長，以其身兼國際與亞太美容醫學會會長之尊，仍諄諄教導；在橫濱聖大學附屬西部醫院形成外科臨床研究期間，與現任（28回）日本美容外科醫學會酒井會長學習乳房重建技巧；在東京以乳房手術聞名的南雲乳房醫院進修，並將無痛隆乳與硬膜外麻醉技術引進台灣。最後在東京赤最先進的雷射中心，與以皮膚回春雷射治療聞名的藤本幸弘博士討論抗老化的觀念與技巧！

莊醫師提到，懂得自醒與學習是成為一位好的整形醫師必要的條件。

更衷心期望自己在前輩們的教導之下，在既有的基礎上往前邁進！

因為在進步神速的整形醫學領域裡，沒有人是永遠的 Mr. Right！

醫師，我想問：

請問抽脂是不是很痛呀？那回家怎麼照顧呢？

傳統的抽脂技術確實很痛，那是因為整個抽脂環節沒有好好控制的原因，但新式的抽脂技術，連抽脂管徑大小與吸脂壓力都須要精確掌控，如此才能夠保證抽脂的深度與面積，當然也就大大降低了術後的疼痛感了。提醒您穿著彈性衣與補充水分可有效減低術後的不適感喔！

太胖了，抽脂效果是不是會比較好？

其實抽脂只能讓您快速塑身，並不能用來減肥。如果經醫師判斷，您真的是屬於過胖的體形，那我們會要求您先將體重及飲食控制下來後再做抽脂手術，這樣完全是為了您的健康著想。另外，體形過胖者接受全身麻醉時的風險也相對提高，還是要按部就班，切勿操之過急哦！

醫師的話

將國外所學的先進觀念與技術去蕪存菁，配合自己對美學的研究與執著，期望提供給國內消費者一種不同於以往印象的服務品質，讓聰明的您花同樣的金錢，卻可以得到更好的手術服務與術後效果，這才是我最覺得有意義的地方。

莊家榮 醫師
(台北市大安區)



Profile

- 知美整形外科診所院長
- 國防醫學院醫學系畢業
- 三軍總醫院住院醫師訓練
- 三軍總醫院外科部與整形外科總醫師
- 三軍總醫院整形外科主治醫師
- 教育部審定講師
- 中華民國外科專科醫師
- 中華民國整形外科專科醫師
- 中華民國美容醫學會會員
- 中華民國醫用雷射電雷射醫學會會員
- 國際美容外科學會會員
- International Academy of Cosmetic Surgery
- 亞太美容外科學會會員
- Asian Pacific Academy of Cosmetic Surgery
- 東方美容外科醫學會會員
- Oriental Society of Aesthetic Plastic Surgery
- 美國溶脂學會(ASAL)合格醫師