

**MỤC LỤC**

<b>Đôi điều về phẫu thuật thẩm mỹ</b> .....	7
Yêu cầu phẫu thuật.....	7
Các loại phẫu thuật thông thường .....	7
<b>Những phương pháp phẫu thuật thông thường trên cơ thể</b> .....	9
Hút mỡ bụng .....	9
Chỉnh hình thành bụng.....	9
Hút mỡ và căng da cánh tay.....	10
Phẫu thuật nâng ngực.....	10
Phẫu thuật thu nhỏ tuyến vú.....	11
<b>Phẫu thuật thẩm mỹ cho phụ nữ sau khi sinh</b> .....	12
Phẫu thuật độn ngực.....	12
Phẫu thuật cố định vú cao hơn .....	12
Phẫu thuật chỉnh hình thành bụng.....	12
Hút mỡ .....	12
Phẫu thuật bộ phận sinh dục ngoài .....	13
Điều trị vết nám mặt sau khi sinh .....	13
<b>Điều trị thu nhỏ tuyến vú ở phái nam</b> .....	14
<b>Cà da mặt</b> .....	16
<b>Những thành tựu mới trong việc lột da mặt</b> .....	18
Kỹ thuật lột da.....	18
Sau khi lột da mặt bằng TCA.....	19
Kết quả của phương pháp lột da bằng TCA theo thời gian.....	20
<b>Tái tạo da mặt</b> .....	21
Phân biệt các loại da và cách chăm sóc .....	21
Vitamin C và sự lão hóa.....	22
Vitamin E và sự lão hóa .....	23
Ảnh hưởng của ánh nắng mặt trời đối với da .....	24
Ảnh hưởng của thuốc lá đối với da.....	24
Biến đổi da khi lớn.....	26
<b>Điều trị da mặt</b> .....	28
Da mặt đen và tóc quăn.....	28

## **Những điều cần biết về phẫu thuật thẩm mỹ** 2

Điều trị da bị lão hóa.....	28
Xóa nếp nhăn trên trán.....	29
Tiêm thuốc chống nếp nhăn ở mắt.....	29
Lột da mặt bằng TCA.....	29
Săn sóc sau khi lột da mặt.....	30
Tuổi nào căng da mặt được?.....	30
Căng da mặt có bị sẹo không?.....	30
Sau khi căng da mặt phải nghỉ việc bao lâu?.....	30
Sau khi căng da mặt phải tránh nắng bao lâu?.....	31
Sau khi căng da mặt bao lâu thì có thể tẩy lông mặt?.....	31
Sau khi căng da mặt bao lâu có thể gội đầu và sấy tóc được?.....	31
<b>Phẫu thuật da mặt ở người cao tuổi.....</b>	<b>32</b>
Nên chọn căng hay lột da mặt?.....	33
Có nên vừa lột da mặt vừa căng da mặt?.....	33
Sung nề sau khi căng da mặt.....	33
Căng da bụng.....	34
<b>Điều trị sẹo mụn.....</b>	<b>35</b>
Nguyên nhân gây mụn.....	35
Các loại mụn.....	36
Cách điều trị mụn.....	37
Đề phòng và điều trị các loại mụn mặt mà không để lại sẹo thâm.....	39
Điều trị sẹo mụn.....	39
Điều trị mụn kéo dài.....	40
Dùng sữa bò tươi trị sẹo mụn trứng cá?.....	40
Điều trị sẹo mụn ở mặt.....	40
Thuật cà sẹo.....	41
Nổi nhiều mụn do tuổi già.....	41
Điều trị sẹo mặt do thủy đậu.....	41
Điều trị sẹo lồi do xô lỗ tai.....	41
Điều trị sẹo mới ở mặt.....	42
Sẹo do bị rạch mặt.....	42
Thiếu da ghép sẹo mặt.....	43
Điều trị sẹo bong lớn ở đầu và cổ.....	43
Điều trị nhiều sẹo cổ.....	43
Điều trị sẹo lồi ở mặt do hóa chất.....	44

Làm mất hoàn toàn sẹo trán .....	44
Sẹo vùng cổ do dùng thuốc gia truyền.....	44
Điều trị thẩm mỹ áp xe vùng mặt.....	45
Điều trị sẹo ở chân .....	45
Điều trị sẹo ở chân do bị bỏng .....	45
Điều trị sẹo bỏng ở bàn tay .....	46
Xóa các vết sẹo nhỏ ở bàn tay.....	46
Điều trị sẹo ở ngón tay .....	46
Xóa sẹo bằng laser .....	46
Điều trị sẹo lồi ở vết mổ.....	47
Thời gian cắt chỉ vết thương ở mặt .....	47
Cà da trên mảnh da được ghép.....	47
<b>Xóa nốt ruồi, vết xăm.....</b>	<b>49</b>
Điều trị nốt ruồi ở đuôi mắt .....	49
Nốt ruồi ở mi mắt.....	50
Nốt ruồi dễ bị chảy máu ở da mặt.....	50
Điều trị các nốt đen trên mặt.....	50
Phẫu thuật xóa vết xăm ở chân mày .....	51
Xóa vết xăm lem ở mi dưới .....	51
Xóa vết xăm bằng bàn là?.....	51
Xóa vết xăm còn mới.....	52
Xóa bớt đen trên mặt.....	52
Bớt đỏ vùng má và cổ trái.....	52
Điều trị bớt đen vùng mặt bằng laser.....	53
<b>Làm đẹp môi, mắt .....</b>	<b>54</b>
Phẫu thuật làm mỏng môi .....	54
Sung sau khi cắt môi.....	54
Dị tật môi và mũi do hở hàm ếch.....	54
Nổi mụn nhỏ sau khi xăm môi.....	54
Phẫu thuật thẩm mỹ môi sau khi bơm môi .....	55
Cấy lông mi.....	55
Lông mi cấy có đẹp vĩnh viễn không?.....	55
Cấy lông mày .....	56
Thuốc mọc lông mày .....	56
Phẫu thuật nâng chân mày .....	56

Xóa vết quầng thâm ở mắt và vết lem ở hai bên mép.....	57
Cắt mí mắt có đau lắm không? .....	57
Phẫu thuật thẩm mỹ mắt cho mắt sụp .....	57
Nguy hiểm của giải phẫu thẩm mỹ mí mắt .....	57
Sung má và chảy nước mắt sau phẫu thuật thẩm mỹ.....	58
Sẹo biến chứng khi cắt mí dưới .....	58
Điều trị sẹo trên mí mắt .....	59
Mắt bị lõm do chấn thương mắt.....	59
Điều trị sẹo kéo lệch mí mắt .....	59
Điều trị sẹo mí mắt bằng thuốc thông sẹo.....	60
<b>Chỉnh hình tai, mũi .....</b>	<b>61</b>
Phẫu thuật vá lỗ tai.....	61
Vá lại nơi rách tai khi bị tiểu đường, cao huyết áp.....	61
Điều trị tật vành tai vĩnh.....	61
Mổ lại vành tai vĩnh .....	62
Phẫu thuật tạo hình vành tai.....	62
Điều trị u sụn trước vành tai .....	62
Phẫu thuật thẩm mỹ đầu mũi .....	63
Nâng mũi cao lên bằng cách độn sụn.....	63
Điều trị sẹo bít lỗ mũi .....	64
Làm cho chân mũi cao lên .....	64
Chỉnh hình dị tật bẩm sinh ở mặt.....	65
Điều trị dị dạng cánh mũi do tật hở môi bẩm sinh.....	65
Vẹo mũi và vách ngăn mũi .....	65
Mũi gồ cao sau khi sửa mũi .....	66
Phẫu thuật điều trị cánh mũi quá to .....	66
Chỉnh hình cho mũi cao lên bằng chất Gore-Tex .....	66
Điều trị u nhú ở chóp mũi .....	67
Tác hại của chất silicôn lỏng.....	67
Mổ lấy hết silicôn ở mũi .....	68
Điều trị phản ứng với silicôn lỏng bơm mũi.....	69
Giải phẫu thẩm mỹ mũi có bơm silicôn.....	69
Tạo hình vết thương mất chất ở cánh mũi .....	69
Phẫu thuật vách ngăn và chỉnh hình mũi .....	70
Thẩm mỹ mũi sau mổ vách ngăn .....	70

Giải phẫu thẩm mỹ mũi không thấy sẹo và không cần cắt chỉ .....	70
<b>Cấy tóc .....</b>	<b>71</b>
Tóc bị xoắn .....	71
Tóc quăn và rụng .....	71
Đau chân tóc .....	72
Phẫu thuật cấy tóc .....	72
Cấy tóc .....	73
Cấy tóc vùng sẹo da đầu .....	73
Cấy tóc nơi mất da đầu .....	74
Cấy tóc vào hai bên thái dương .....	74
Thuốc trị rụng tóc tự nhiên .....	74
<b>Cơ sở khoa học của phẫu thuật hút mỡ .....</b>	<b>76</b>
Phẫu thuật giải quyết da và mỡ thừa ở cổ .....	76
Hút mỡ ở dưới cằm .....	76
Hút mỡ bụng .....	77
Hút mỡ bụng bơm lên mặt .....	77
Cấy mỡ vào nơi má bị hóp .....	78
Hút mỡ bụng bơm lên má và mép miệng .....	78
Dùng mỡ bơm vào cho ngực to ra .....	79
Thuốc làm tan mỡ bụng .....	79
Làm giảm mỡ .....	79
Hút mỡ kết hợp với điều trị sẹo bụng .....	79
Chỉnh hình thành bụng .....	80
Nên hút mỡ bụng trên hay bụng dưới .....	80
Các nguy hiểm của phẫu thuật hút mỡ .....	81
Chuẩn bị khi hút mỡ bụng .....	81
<b>Các loại phẫu thuật thẩm mỹ khác .....</b>	<b>82</b>
Giải phẫu thẩm mỹ cho bắp chuối nhỏ lại .....	82
Phẫu thuật cánh tay nhỏ gọn .....	82
Phẫu thuật độn cằm .....	82
Làm đầy tổ chức vùng mặt .....	83
Xóa đồng tiền nhân tạo ở má .....	83
Điều trị méo mặt do liệt thần kinh 7 .....	83
Chỉnh hình đầu ngực .....	84
Thu ngắn đầu ngực .....	84

<b>Những điều cần biết về phẫu thuật thẩm mỹ</b>	<b>6</b>
Nâng tuyến vú cao lên.....	84
Phẫu thuật độn cho xương chậu lớn hơn.....	85
Làm cằm chẻ.....	85
Chấn thương mất móng chân.....	85
<b>Bệnh tim và giải phẫu thẩm mỹ</b> .....	<b>87</b>
<b>Ung thư do bơm silicôn</b> .....	<b>88</b>
Tác hại của silicôn lỏng bơm mặt.....	88

## Đôi điều về phẫu thuật thẩm mỹ

Phẫu thuật thẩm mỹ là bộ môn y học làm đẹp cho con người, làm đẹp cho cuộc sống. Nhờ sự can thiệp của ngành giải phẫu thẩm mỹ hiện đại, đã có nhiều người tự tin và thành công hơn trong sự nghiệp, tình yêu, hạnh phúc gia đình. Không ít bệnh nhân đã xóa được hoàn toàn mặc cảm về dị tật bẩm sinh, những khiếm khuyết của cơ thể do tai nạn.

### Yêu cầu phẫu thuật

- Tự người cần thẩm mỹ yêu cầu. Các khách nhỏ tuổi thì thường được cha mẹ hỗ trợ.

- Giải phẫu thẩm mỹ được thực hiện nhằm làm cho khách hàng đẹp hơn, theo đúng ý muốn của họ. Khách được giải thích để biết trước các kết quả có thể đạt được, những nguy hiểm có thể xảy ra để quyết định chấp nhận hay không.

- Yêu cầu của phẫu thuật viên đối với khách là các thân chủ hoàn toàn trưởng thành, khỏe mạnh và không bị bất cứ bệnh gì về thể chất cũng như về tinh thần, không nghiện rượu, ma túy...

### Các loại phẫu thuật thông thường

Theo thống kê của Hội Phẫu thuật Tạo hình và Thẩm mỹ Mỹ, các phẫu thuật thẩm mỹ bao gồm:

- *Chỉnh hình mũi*: Là phẫu thuật được thực hiện nhiều nhất, nhằm làm cho mũi thẳng lại, giải quyết chỗ gồ ở giữa mũi hoặc làm cho đầu mũi nhỏ, đẹp lại (ở những người đầu mũi quá to và xấu). Thường phẫu thuật mũi chỉ được thực hiện khi mũi phát triển đầy đủ, tức là khoảng 15-16 tuổi ở phái nữ và lớn hơn một tuổi ở phái nam.

- *Làm nhỏ ngực*: Áp dụng cho một số phụ nữ ngực quá to, gây trở ngại cho tâm lý và sinh hoạt. Phẫu thuật này thường cũng được thực hiện khi ngực đã phát triển hoàn toàn.

- *Phẫu thuật tai*: Nhằm điều trị tật tai vĩnh, được thực hiện sau 5 tuổi.

- *Giải quyết mụn và các vết sẹo do mụn*: Nhờ có thuốc Retin-A, việc điều trị mụn ngày nay khá dễ dàng, có thể giải quyết các sẹo mụn để làm cho gương mặt đẹp trở lại.

- *Giải quyết bệnh phát triển bất thường của vú nam giới*: Bệnh này làm cho một hoặc hai bên vú của phái nam có dạng giống vú phụ nữ. Thường thực hiện cho người trên 16 tuổi.

- *Độn ngực*: Làm vú to lên ở những người có tuyến vú kém phát triển, được thực hiện khi cơ thể phát triển đầy đủ, thường là trên 18 tuổi.

- *Phẫu thuật giúp hai vú đều nhau*: Sự bất đối xứng không phải chỉ ở kích thước lớn nhỏ mà còn ở vị trí cao thấp.

- *Độn cằm*: Có thể thực hiện từ 15 tuổi trở lên, thường làm cùng lúc với nâng mũi.

- *Hút mỡ ở một số vị trí cần thiết như đùi hoặc hông*: Đây không phải là phẫu thuật làm cho gầy đi bớt. Một số người có trọng lượng cơ thể bình thường vẫn muốn làm phẫu thuật này để làm nổi rõ các đường cong cần thiết của cơ thể.



## Những phương pháp phẫu thuật thông thường trên cơ thể

### Hút mỡ bụng

Trên thế giới, phẫu thuật hút mỡ ngày càng được thực hiện nhiều và có nhiều tiến bộ (an toàn, đơn giản, kết quả cao). Trong các vị trí được hút mỡ, vùng bụng dưới rốn là nơi dễ cho kết quả tốt nhất.

Hút mỡ bụng thường được thực hiện bằng hai đường rạch da nhỏ (độ 1cm) ở phía dưới hai bên bụng và một đường ở phía dưới rốn. Bác sĩ sẽ cho ống hút nhỏ vào hút lượng mỡ thừa ở bụng. Trước đây, ống hút được sử dụng khá lớn, gây nhiều sang chấn cho da bụng và khiến vùng bụng có nhiều gợn sóng nhỏ, không được bằng phẳng sau khi hút. Ngày nay, người ta hút với ống nhỏ hơn, thời gian phẫu thuật dài nhưng kết quả tốt hơn. Tuy nhiên, để được kết quả này, da bụng cần săn chắc và đàn hồi tốt. Đối với da bụng mịn và nhão quá, hoặc có quá nhiều vết rạn do mang thai nhiều lần, cần phẫu thuật cắt bớt da và chỉnh hình thành bụng.

#### \* Phương pháp vô cảm

Phương pháp thường dùng là gây tê tại chỗ với thuốc an thần nhẹ. Càng ngày, người ta càng ít dùng phương pháp gây mê vì thời gian hậu phẫu kéo dài và nguy hiểm hơn so với gây tê tại chỗ.

#### \* Thời gian hậu phẫu

Sau mổ, người được phẫu thuật bị đau nhẹ vùng mổ độ vài ngày, bụng vẫn còn căng phồng trong hai hoặc ba tuần. Các vết mổ được cắt chỉ một tuần sau. Trong 10 ngày đầu, bệnh nhân phải mang gaine (gen) để ép chặt vùng bụng mổ cả ngày lẫn đêm; 10 ngày tiếp theo chỉ cần mang gaine ban ngày. Sau một tháng, kết quả thấy rõ; nhưng phải 3 đến 6 tháng sau, da bụng mới phủ lên vùng mổ tự nhiên và đẹp hoàn toàn được.

### Chỉnh hình thành bụng

Do sinh nhiều lần hoặc lớn tuổi, da bụng kém đàn hồi và chùng xuống. Do đó, việc hút mỡ đơn thuần thường chưa đủ để làm cho bụng đẹp trở lại. Phẫu thuật chỉnh hình thành bụng giải quyết được các trường hợp này.

Phẫu thuật thường bắt đầu bằng hút mỡ. Ngay sau khi hút mỡ xong, bác sĩ sẽ cắt bỏ phần da phía dưới của bụng, nơi che trong quần lót. Da thừa được tách ra và kéo xuống, cắt bỏ và may lại với phần dưới bụng theo vị trí này. Tùy theo tình trạng da bụng, phẫu thuật có thể kéo dài 1 đến 3 giờ.

Sau mổ, bệnh nhân cần mang gaine trong một tháng. Sẹo mổ có màu đỏ trong 3 tháng đầu, sẽ mờ dần từ 1 đến 3 năm. Người được hút mỡ, căng da bụng nên theo chế độ dinh dưỡng thích hợp ngay từ khi phẫu thuật. Khi hút mỡ, lớp mỡ sát da được giữ nguyên để lót cho da được êm và đẹp. Lớp mỡ này sẽ dày lên khi cơ thể tăng trọng.

### **Hút mỡ và căng da cánh tay**

Ở một số người, cánh tay quá to do ứ đọng nhiều mô mỡ, khiến họ rất ngại khi mặc áo sát nách. Phẫu thuật thẩm mỹ có thể giải quyết các trường hợp này bằng cách hút mỡ và căng da.

Ở những người trẻ, da còn đàn hồi tốt, chỉ cần hút mỡ không cũng đủ. Nhưng ở những người lớn tuổi, sau khi hút mỡ, da thường bị thừa ra và thông xuống, trông không được gọn và đẹp. Vì vậy, cần phải căng da lại và cắt bỏ da thừa.

Để tránh sẹo, khi làm phẫu thuật cắt bỏ da, người ta thường mổ mặt trong của cánh tay, đường mổ có thể kéo dài đến nách.

#### **\* Phương pháp vô cảm**

Tùy trường hợp, có thể dùng phương pháp gây tê tại chỗ hoặc gây mê. Gây tê tại chỗ kết hợp với thuốc an thần được áp dụng trong đa số trường hợp. Trong một số trường hợp đặc biệt, bác sĩ có thể áp dụng phương pháp gây mê.

#### **\* Sau mổ**

Cánh tay sẽ bị căng, đau khi đưa tay lên trong vòng vài ngày sau phẫu thuật. Cánh tay phải được quấn băng lại trong vòng hai tuần. Trong vòng 6 tháng sau khi mổ, sẹo nơi mổ sẽ có màu hồng. Nó sẽ mờ dần sau một năm.

### **Phẫu thuật nâng ngực**

Ở một số phụ nữ mới sinh con, lớn tuổi hoặc bị sụt cân quá nhiều, tuyến vú thường bị thông xuống thấp. Phẫu thuật thẩm mỹ có thể chỉnh hình và làm tuyến vú gọn, đẹp lại như hồi trẻ. Phẫu thuật này có thể thực hiện theo phương pháp vô cảm tại chỗ (gây tê tại chỗ) hay gây mê. Tùy theo từng trường hợp (ngực bị thông nhiều hay ít), sau khi mổ, bệnh nhân có thể có sẹo nhỏ vòng quanh phần da đỏ của đầu vú, hay sẹo hình T ngược từ phần da đỏ của vú xuống dưới.

#### **\* Sau mổ**

Nơi mổ được cắt chỉ sau 15 ngày. Người được phẫu thuật cần băng ép hoặc mang nịt vú chặt cả ngày và đêm trong một tháng.

**Phẫu thuật thu nhỏ tuyến vú**

Kỹ thuật mổ nhằm thu lại tuyến vú quá lớn, gây đau lưng và trở ngại cho một số hoạt động về thể dục, thể thao... Sự phát triển quá mức của tuyến vú bắt đầu từ tuổi dậy thì. Để càng lâu, việc phẫu thuật càng trở nên khó khăn hơn vì với trọng lượng của tuyến vú, da sẽ bị giãn ra, thòng xuống. Do đó, thời gian tốt nhất để phẫu thuật là khoảng 14-15 tuổi; vì vào thời điểm này, da săn chắc, đàn hồi tốt. Ở người lớn tuổi, bác sĩ phải mổ bỏ da, mỡ và một phần mô tuyến vú. Phẫu thuật phức tạp hơn và sẹo sẽ rõ hơn.

\* Sau mổ

Ngực sẽ được băng ép trong 15 ngày, sau đó được thay bằng nịt vú ép chặt ngày đêm trong vòng một tháng. Chỉ nên tập thể dục sau hai tháng sau.

## Phẫu thuật thẩm mỹ cho phụ nữ sau khi sinh

Khi đã trở thành người mẹ, bạn không thể đẹp như thời chưa mang thai được. Hầu hết phụ nữ đều hạnh phúc khi được mang thai và trở thành người mẹ. Tuy nhiên, với một số người, sự thay đổi trên cơ thể khi mang thai làm họ kém vui. Khi này, phẫu thuật thẩm mỹ không những sẽ giúp họ phục hồi dáng vẻ trước khi mang thai mà còn cải thiện nó. Các phẫu thuật giúp phụ nữ sau khi sinh lấy lại dáng vẻ trước khi mang thai gồm có:

### Phẫu thuật độn ngực

Trong thời gian mang thai, vú căng lên do sự phát triển của các tuyến nhằm tạo ra sữa nuôi con. Một số người có băn khoăn là việc cho con bú sẽ làm ngực mình xấu đi. Điều này không đúng, việc cho con bú sữa mẹ rất tốt cho sự phát triển cơ thể của cháu bé, đồng thời kích thích sự phát triển của cơ thể người mẹ và tạo tình mẫu tử gắn bó cho cả hai mẹ con. Sau thời gian cho con bú, các tuyến tiết sữa hết hoạt động có teo nhỏ lại, làm cho vú bị nhỏ đi so với lớp da bao bọc chung quanh. Để vú to trở lại và tiếp tục căng phồng như trước, cần phẫu thuật độn vú bằng túi nước biển. Phẫu thuật này cũng đơn giản, người ta độn vào dưới tuyến vú hoặc dưới cơ ngực một túi nước, sau đó vú sẽ căng trở lại như bình thường.

### Phẫu thuật cố định vú cao hơn

Một số người, sau nhiều lần có thai và cho con bú, da vùng tuyến vú bị giãn ra, làm cho tuyến vú bị hạ thấp xuống dưới vị trí bình thường mà các cố gắng tập thể dục đều không khắc phục được. Phẫu thuật thẩm mỹ có thể giải quyết trường hợp này bằng cách cắt bớt da và cố định vú về vị trí cũ. Đây là phẫu thuật treo vú (mastopexie). Sau phẫu thuật, tuyến vú sẽ gọn và chắc hơn.

### Phẫu thuật chỉnh hình thành bụng

Bụng là nơi chứa thai nhi trong hơn 9 tháng, do đó da và các tổ chức thành bụng bị thay đổi. Phẫu thuật thẩm mỹ có thể điều trị trường hợp này bằng cách hút mỡ, cắt bớt da và may các cơ bụng cho chặt lại.

### Hút mỡ

Một số vị trí như hông, đùi, lưng hoặc cánh tay có thể ứ đọng nhiều mỡ, làm cơ thể mất cân đối và kém đẹp. Việc phẫu thuật hút mỡ các vị trí này sẽ làm cơ thể gọn, đẹp hơn.

**Phẫu thuật bộ phận sinh dục ngoài**

Khi sinh, phần ngoài bộ phận sinh dục có thể bị rách hoặc giãn rộng. Phẫu thuật chỉnh hình âm hộ (labioplasty) giúp làm đẹp và hẹp lại phía ngoài cơ quan sinh dục nữ.

**Điều trị vết nám mặt sau khi sinh**

Vài nghiên cứu cho thấy khoảng 3/4 phụ nữ khi mang thai có thể bị nám da mặt chút ít. Nếu vết nám nằm ở biểu bì, có thể điều trị bằng cách lột da mặt.

Là phụ nữ đang mang thai lần đầu hoặc sắp sửa mang thai, bạn sẽ băn khoăn nhiều về việc tình trạng mang thai và nuôi con bằng sữa mẹ sẽ gây một số thay đổi trên cơ thể. Phần lớn những thay đổi này có thể giải quyết được nhờ phẫu thuật thẩm mỹ. Đây là một đóng góp quan trọng của ngành phẫu thuật trong việc đem lại niềm vui, hạnh phúc cho gia đình. Vì vậy, bạn có thể yên tâm vì đã có cách giải quyết tốt đẹp cho những thay đổi của cơ thể trong thời gian tới.

## Điều trị thu nhỏ tuyến vú ở phái nam

Ở phái nam có một số người vú đặc biệt phát triển giống như nữ giới. Đó là bệnh vú nam bị hóa (gynecomastia). Tình trạng này có thể xảy ra ở một hay hai bên ngực và chiếm tỷ lệ khá cao, có thể từ 40 đến 60%, theo thống kê ở Mỹ.

Nguyên nhân là do dùng một số thuốc nào đó (thuốc có kích thích tố nữ, hoặc thuốc giúp lên cân có chất corticoides), do bị bệnh về gan hoặc nội tiết. Bất thường này có thể điều trị bằng phẫu thuật. Đặc biệt, phẫu thuật thẩm mỹ có thể điều chỉnh ngực trở lại hoàn toàn bình thường với rất ít sẹo nơi mổ.

Người cần phẫu thuật phải hoàn toàn bình thường về thể chất lẫn tinh thần. Những người quá nặng cân, nghiện rượu hay nghiện ma túy không phải là đối tượng cho phẫu thuật này. Bác sĩ sẽ khuyên họ ngừng dùng các loại thuốc gây nên tình trạng trên. Nếu ngực bình thường trở lại thì không cần phẫu thuật.

Trước khi phẫu thuật, cần tìm nguyên nhân gây gynecomastia như rối loạn chức năng gan, dùng các loại thuốc có kích thích tố nữ, hoặc các loại thuốc giúp lên cân có chất corticoides. Bệnh nhân cũng được chụp X-quang tuyến vú, không chỉ để loại trừ khả năng ung thư vú mà còn để biết cấu trúc tuyến vú có nhiều mô mỡ hay nhiều tổ chức tuyến để chọn đường phẫu thuật thích hợp.

### Chuẩn bị phẫu thuật

Tùy trường hợp, bệnh nhân sẽ được dặn về chế độ ăn uống và dùng một số thuốc trước.

### Một số điều cần lưu ý

- Nên ngưng hút thuốc một hoặc hai tuần trước khi mổ và trong thời gian mổ cho đến khi vết mổ lành hẳn, vì thuốc lá gây chậm lành vết mổ.

- Đa số người bệnh có thể ra về sau phẫu thuật, nhưng một số ít trường hợp cần nằm lại qua đêm. Bác sĩ phẫu thuật sẽ cho biết cụ thể.

- Tùy trường hợp, có thể gây tê tại chỗ hoặc gây mê.

Phẫu thuật có thể tiến hành theo nhiều cách. Đa số là mổ theo đường vòng quanh núm vú, tức là ở giới hạn giữa da đỏ và da trắng ở vú. Có thể kết hợp hút mỡ hoặc cắt bớt da ở ngực khi cần.

### Sau phẫu thuật

Vùng ngực sẽ được quấn băng chặt trong vài ngày. Quanh chỗ mổ sẽ sưng nề trong vài tuần, có khi vài tháng. Bạn sẽ được khuyên đi lại bình thường một vài ngày sau mổ và sẽ được cắt chỉ một hoặc hai tuần sau.

- Hoạt động tình dục nên hạn chế trong một hoặc hai tuần.
- Cử động mạnh có thể thực hiện sau ba tuần. Tránh các môn thể thao có thể va chạm, gây sang chấn vùng ngực mới mổ trong ít nhất 4 tuần.
- Trong sáu tháng đầu nên tránh nắng vùng mổ vì có thể gây sẹo thâm đen, xấu. Khi ra nắng (như tắm biển) nên dùng kem chống nắng.

Các nguy hiểm có thể gặp do phẫu thuật

Giống như các phẫu thuật khác, người có nhu cầu phẫu thuật điều trị vú bị nữ hóa được biết trước về một số biến chứng có thể xảy ra (dù rất ít) như:

- Nhiễm trùng.
- Tổn thương da ngực.
- Chảy máu nhiều khi mổ.
- Phản ứng với thuốc tê.
- Ứ đọng dịch trong tuyến vú một thời gian.
- Nơi mổ bị sẹo xấu.
- Đầu vú bị biến dạng.

Sau phẫu thuật, nếu hai bên vú không đều, không đối xứng nhau, phải phẫu thuật lại sau một thời gian.

Người được giải phẫu cần đồng ý và chấp nhận các rủi ro nếu có (không do ý muốn của bác sĩ giải phẫu).

Phẫu thuật điều trị bệnh nữ hóa tuyến vú ở phái nam có kết quả tốt và lâu dài. Nếu áp dụng kỹ thuật mổ theo phương pháp thẩm mỹ, sẹo nơi mổ rất nhỏ và ngực trở lại gần như hoàn toàn giống ngực nam giới bình thường.

## Cà da mặt

Cà da mặt là phương pháp điều trị rất có kết quả trong trường hợp da mặt bị gồ ghề, xấu do sẹo mụn, chấn thương hay do phẫu thuật. Ngoài ra, cà da mặt còn được dùng trong một số trường hợp đặc biệt như:

- Da mặt bị lão hóa do ánh nắng mặt trời.
- Điều trị mụn đang tiến triển do da mặt quá dày.
- Bệnh nhân điều trị mụn rất nhiều bằng kháng sinh nhưng không đạt kết quả.

Phẫu thuật cà da mặt khá phức tạp, đòi hỏi phẫu thuật viên phải có kiến thức đầy đủ cũng như kinh nghiệm về phẫu thuật.

Dù việc cà da mặt đã được người Ai Cập thực hiện 1.500 năm trước công nguyên nhưng các phẫu thuật cà da hiện đại chỉ mới được thực hiện từ năm 1905 do Kromeyer, phẫu thuật viên người Đức thực hiện nhằm giải quyết các sẹo mụn. Kromeyer đã công bố rằng, phương pháp mới dùng máy cà da rất có kết quả trong phẫu thuật về da. Tác giả cũng cho biết nếu không cà vượt quá tầng hạ bì thì kết quả sẽ tốt, không bị sẹo. Kết quả của nơi cà da đẹp hay xấu là tùy theo từng vùng và theo từng người một. Các nhận định này rất quan trọng và làm nền tảng cho phẫu thuật về da sau này.

Từ thập niên 1980 đã có một số tiến bộ trong cà da như sau:

- Yarborough giới thiệu phương pháp cà da sớm để giải quyết các sẹo do chấn thương.
- Johnson đề nghị ghép da rời từng khúm nhỏ để giải quyết các sẹo sâu.
- Hankke nói rõ tác dụng của nhiều loại thuốc tê lạnh tại chỗ trong việc gây tổn thương da. Ông cũng cho biết có thể dùng phương pháp cà da để điều trị u sợi thần kinh.
- Mandy nghiên cứu việc dùng tretinoin trước khi cà da.
- Pinsky và các tác giả khác nghiên cứu tác dụng của các gác có thẩm chất sinh học trong việc làm lành sẹo nơi cà da.

Từ năm 1990 về sau, cà da mặt đã thành một chuyên ngành ổn định để làm phẳng lại da mặt bị lồi lõm do chấn thương hay bệnh tật.



Các chỉ định cà da mặt gồm có:

- Mụn đang tiến triển.
- Sẹo do mụn.
- Sẹo do chấn thương.
- Sẹo do phẫu thuật.
- Da bị lão hóa do ánh nắng mặt trời.
- Điều trị các nếp nhăn ở mặt.
- Rối loạn sắc tố.

- Xóa vết xăm ở da: Tình trạng da bị chấn thương, dính các dị vật vào giống như bị xăm có thể điều trị rất tốt bằng phương pháp cà da. Việc cà da nếu được thực hiện ngay sau khi bị thương, sẽ phòng ngừa được tình trạng da bị thâm đen. Nhưng nếu người bệnh đến bác sĩ muộn, vết thương đã lành da non rồi thì phải chờ đến 8 tuần sau mới nên cà da. Cà da trong giai đoạn này ngoài việc lấy dị vật còn giúp cho sẹo do chấn thương được đẹp.

Xóa vết xăm thẩm mỹ thường khó khăn nếu vết xăm khá sâu. Thường chỉ nên cà da xóa vết xăm cho người trên 25 tuổi, thực sự muốn xóa vết xăm và tâm lý hoàn toàn ổn định.

- Bệnh mũi bị biến dạng, sần sùi giống mũi lân (Rhinophyma).

- Bệnh u sợi thần kinh ở da: Khoảng 85% bệnh nhân bị u sợi thần kinh có bệnh tích ở mặt, làm cho da mặt xấu đi nhiều. Phẫu thuật sẽ giải quyết các khối u lớn, nhưng không thể mổ hàng trăm u nhỏ. Do đó, cà da mặt là biện pháp tốt nhất để giải quyết các trường hợp này.

- Bệnh Trichóepithelioma: Là loại u ngoài da, gây biến dạng da mặt rất nhiều. Một số trường hợp có thể thoái hóa thành ung thư tế bào đáy ở da. Phương pháp cà da mặt điều trị bệnh này cho kết quả rất tốt. Có ít trường hợp bệnh tái phát.

## Những thành tựu mới trong việc lột da mặt

Lột da mặt là phương pháp lấy bớt lớp ngoài của da (danh từ y học là tầng sừng) gồm các tế bào da bị thoái hóa, dày lên và chứa đựng nhiều bệnh tích của sự lão hóa. Thuốc lột thường là các hóa chất, tác dụng lên da mặt, ăn mòn các lớp da phía ngoài. Tùy theo độ sâu của lớp da bị ăn mòn, người ta chia lột da mặt làm ba loại:

- *Lột nhẹ*: Lấy hết lớp biểu bì đến tầng tế bào đáy nằm giữa phần biểu bì và bì.

- *Lột trung bình*: Độ sâu đến phần gai bì của da.

- *Lột sâu*: Phần da lột sâu đến phần tổ chức mạng của da.

Yêu cầu đối với thuốc lột mặt là cách dùng đơn giản nhất, ít biến chứng cho da mặt và ít nguy hiểm cho sức khỏe người sử dụng. Với các yêu cầu đó, thuốc lột da bằng axit trichloroacetic (gọi tắt là TCA) đáp ứng được các yêu cầu đó. Thuốc này không độc cho cơ thể, không gây dị ứng. Các dung dịch pha vào nước có thể dùng ở các nồng độ khác nhau khi cần thiết. Sau khi pha chế, thuốc có thể giữ được khoảng hai năm.

### Kỹ thuật lột da

Da mặt cần được chuẩn bị sạch trước hai tuần. Người bệnh cần sẵn sàng để lột, không trang điểm khi đến phòng mạch. Da mặt được làm sạch bằng axit glycolic 5%, sau đó sát trùng với cồn 70 độ. Không dùng acetone hay các chất tẩy da khác để rửa da vì các chất này có thể làm cho bệnh nhân khó chịu và khiến TCA ngấm vào sâu hơn trong da. Tác dụng của các chất thuốc rửa da là làm sạch lớp biểu bì, làm cho mỏng và sạch lớp tầng sừng. Nếu cần lột da sâu, có thể tăng nồng độ axit hoặc lột da bằng cách thoa thuốc nhiều lần.

Sau khi rửa sạch da, khách được đặt nằm trên bàn mổ (đầu cao khoảng 45 độ). Tư thế này làm cho thuốc lột không chảy vào mắt. Không cần sử dụng máy theo dõi nhịp tim mặc dù có thể bác sĩ muốn có sẵn đường truyền tĩnh mạch để truyền các thuốc an thần. Cảm giác bị nóng do lột bằng TCA thường nhẹ và sẽ hết trong vài phút.

Cách lột da được áp dụng chung cho tất cả các dung dịch thuốc lột có nồng độ khác nhau. Bác sĩ sẽ dùng miếng gạc nhỏ xếp lại làm đôi để bôi thuốc TCA lên da. Dùng que bông để bôi thuốc lên da cũng được nhưng không đủ mạnh để thuốc thấm đều lên da.

TCA là hóa chất có tác dụng tốt và làm đông chất protein ở da, làm cho da trắng nhanh và căng cứng vùng trắng. Tính chất khi lột nhẹ và lột trung bình có thể sắp theo thứ tự như sau:

- *Da không có màu trắng*: Da có vẻ bóng và láng hơn nhưng không thay đổi màu sắc. Đây là trường hợp chỉ lột lớp biểu bì bên ngoài.

- *Da có trắng nhẹ không đều*: Thêm vào vẻ bóng sáng của da, trên da thấy rải rác các điểm trắng. Đây là lột da sâu giữa lớp biểu bì.

- *Da trắng hoàn toàn với màu hồng phía dưới*: Là lột da sâu đến tầng đáy của biểu bì.

- *Da trắng cứng và không có lớp hồng ở dưới*: Đây là lột da sâu đến hết gai bì và bì.

Người ta dùng TCA nồng độ từ 10% đến 25% để lột da ở sâu biểu bì và nồng độ 30% đến 40% để lột da sâu đến gai bì và bì. Chiều sâu của lớp da được lột phụ thuộc vào sự chuẩn bị trước, độ nhờn, bề dày của da, số lượng chất axit được dùng. Việc bôi lại chất axit trên da đã trắng sẽ làm axit thấm sâu vào da hơn. Do đó, để an toàn, nên dùng TCA nồng độ thấp và bôi nhiều lần khi cần.

Sau khi bôi thuốc, lột đến độ sâu cần thiết, bác sĩ sẽ lau mặt người bệnh với nước thông thường. Điều này giúp pha loãng chất axit ứ đọng, ngăn không cho axit thấm sâu. Sau đó, thoa da bằng kem Hydrocortisone 1% cho da được ướt đều. Điều này làm bệnh nhân dễ chịu và giảm cảm giác ngứa.

### **Sau khi lột da mặt bằng TCA**

Người được bôi thuốc TCA nên rửa mặt hai lần mỗi ngày với các loại xà phòng rửa mặt nhẹ và bôi da bằng kem Hydrocortisone 1% thường xuyên cho da được mềm. Không cần bôi kháng sinh. Các trường hợp lột mặt mạnh (sâu trung bình) có thể uống kháng sinh trong 5-7 ngày sau khi lột da. Vì việc lột da không tạo vết thương hở nên không cần dùng kháng sinh trước và trong khi lột da.

Nếu bị nhiễm trùng da (do vi trùng staphylococcus hay streptococcus, hiêm gặp), nên dùng thuốc kháng sinh cephalosporin, uống ngày hai lần.

- Lột nhẹ (biểu bì): Lành trong 3 đến 4 ngày.

- Lột sâu hơn (gai bì): Lành trong 6 đến 8 ngày.

Điều quan trọng là 48 giờ sau khi da lột được lành, bệnh nhân phải dùng thuốc Retin-A hay axit alphahydroxy cùng với hydroquinone và thuốc che nắng phổ rộng. Da trở lại bình thường sau khi bôi thuốc hai tháng. Trong thời gian đó, bệnh nhân phải tránh nắng, được theo dõi và dùng thuốc dưỡng da thích hợp.

Do không gây các vết thương sâu nên các biến chứng như sẹo, nhiễm trùng, da bị đỏ kéo dài và mất màu vĩnh viễn rất ít xảy ra.

**Kết quả của phương pháp lột da bằng TCA theo thời gian**

Lột da sâu có kết quả rất lâu. Với phương pháp lột nhẹ, nếu có dùng thêm các thuốc dưỡng da thì kết quả lâu hơn, có thể kéo dài đến cả năm (nếu không dưỡng da, kết quả chỉ được khoảng 3 tháng). Ở các trường hợp lột sâu, tác dụng kéo dài đến nhiều năm.

Thời điểm bôi thuốc lột lần kế tiếp được xác định tùy theo lần lột đầu là nhẹ hay mạnh. Nếu lột nhẹ, có thể lột lại sau một hai tuần. Nếu lột sâu trung bình, cần chờ 6 tuần và nếu lột sâu thì phải chờ ít nhất 2 tháng.

Tóm lại, TCA là thuốc lột da mới dễ dùng và ít tai biến, là phương tiện an toàn để làm trẻ hóa da mặt, đem lại mùa xuân cho da mặt, góp cơ thể con người.

## Tái tạo da mặt

### Phân biệt các loại da và cách chăm sóc

"Cháu 18 tuổi, hay nổi nhiều mụn. Bác sĩ da liễu nói cháu bị da dày, nhờn. Da dày là gì? Có bao nhiêu loại da mặt và cách chăm sóc như thế nào?"

Nói một cách tổng quát, da mặt được chia làm ba loại: da nhờn, da khô và da mịn. Da nhờn thường dày, dễ bị mụn. Để phân biệt các loại da, cháu có thể đọc bảng phân loại như sau:

Loại da	Chẩn đoán	Nên tránh	Săn sóc và điều trị
Nhờn	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Da dày và bóng.</li> <li>- Phần dày thấy rõ ở giữa mặt, nhất là mũi, rãnh giữa mũi và má.</li> <li>- Các lỗ chân lông giãn rộng.</li> <li>- Nhiều chất nhầy, nhất là ở mũi và cánh mũi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Đèn cho sạm da.</li> <li>- Tia tử ngoại của mặt trời (cần dùng kem chống nắng).</li> <li>- Các chất có thể gây mụn.</li> <li>- Xà phòng có glycerine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dùng xà phòng nhiều dầu.</li> <li>- Thoa kem có chất gôm mỗi tuần hai lần, sau đó rửa sạch.</li> <li>- Kem chống nhờn.</li> </ul>
Khô	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Da căng và nhám.</li> <li>- Có cảm giác căng, bị châm chích, bị bong nhẹ ở mặt.</li> <li>- Da kém mềm và kém đàn hồi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Xà phòng tẩy mạnh.</li> <li>- Các dung dịch có pha rượu.</li> <li>- Nước có chất vôi.</li> <li>- Dùng xà phòng nhiều.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Xà phòng nhiều dầu amandes douces.</li> <li>- Kem nuôi da và giữ nước.</li> <li>- Rửa mặt cẩn thận và chậm lau khô.</li> </ul>
Mịn (nhạy cảm)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Da mỏng, trong.</li> <li>- Da trắng, hồng, trong suốt.</li> <li>- Da sáng, lóng lánh.</li> <li>- Da dễ tổn thương khi bị lạnh, gió hoặc nóng quá.</li> <li>- Có cảm giác kéo căng, châm chích hay ngứa da.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thuốc thoa có rượu.</li> <li>- Ánh nắng mặt trời mùa hè hay mùa đông.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dùng dung dịch cho nhiều nước, nhiều chất mỡ.</li> <li>- Xà phòng nhiều dầu.</li> <li>- Rửa mặt nhẹ và cẩn thận.</li> </ul>

Khi đã biết da mặt thuộc loại nào rồi, cần săn sóc da theo hướng dẫn trên để có làn da đẹp, đỡ bị mụn và lâu lão hoá.

**Vitamin C và sự lão hóa**

*"Nghe nói việc ăn trái cây giúp ta lâu già vì trái cây có nhiều vitamin C. Điều đó có đúng không? Vai trò của vitamin C trong việc ngăn chặn sự lão hóa như thế nào?"*

Đúng là trái cây rất tốt cho sức khỏe. Trong trái cây, ngoài vitamin C ra còn có rất nhiều vitamin khác và chất đạm thực vật dễ tiêu hóa, ít gây hại cho sức khỏe hơn thịt lợn, thịt bò.

Người thiếu vitamin C có thể bị bệnh Scorbut (một bệnh gây sốt nhẹ, thiếu máu, chảy máu ở lợi, rối loạn tiêu hóa, suy kiệt, có thể dẫn đến tử vong). Ngày xưa, bệnh này thường xảy ra ở các thủy thủ sống một thời gian dài trên biển, không ăn rau quả.

Năm 1928, Szent Goryi đã tìm ra vitamin C từ rau cải. Phát hiện của ông đã được giải Nobel năm 1937. Cơ thể con người không thể tổng hợp được vitamin C cũng như một số vitamin cần thiết khác. Do đó, con người cần dùng thức ăn có nhiều vitamin C. Nhu cầu về vitamin C hằng ngày của người khỏe mạnh hoàn toàn là 60-100 mg. Nhu cầu này gia tăng ở phụ nữ mang thai, người cho con bú, sau phẫu thuật, đang dưỡng bệnh hay vận động cơ thể nhiều.

Ngày nay, tình trạng thiếu vitamin C vẫn còn xảy ra do cách ăn uống chưa hợp lý. Việc nấu nướng thức ăn quá lâu, dùng nhiều các thực phẩm đóng hộp... có thể gây thiếu hụt vitamin C. Bên cạnh đó, việc hút thuốc lá và uống rượu làm gia tăng nhu cầu về vitamin C mỗi ngày. Ở một số người, dinh dưỡng kém, rối loạn về hấp thụ ở ruột cũng gây ra thiếu vitamin C mạn tính. Việc bổ sung vitamin C thường xuyên bằng cách ăn trái cây hoặc uống thuốc sẽ khiến tình trạng sức khỏe được cải thiện rõ rệt (về thể chất cũng như về tâm lý).

Vitamin cũng có tác dụng chống ôxy hóa. Nó tham dự vào rất nhiều phản ứng biến dưỡng của tế bào cơ thể. Lượng vitamin C dự trữ ở máu và ở các tế bào giảm dần khi già. Nhiều người băn khoăn về việc có thể làm chậm sự lão hóa bằng cách bắt đầu dùng nhiều vitamin C từ một lứa tuổi nào đó không? Câu hỏi này đến nay chưa có giải đáp.

Nhiều nghiên cứu cho thấy, vitamin C có khả năng:

- Kích thích chức năng miễn dịch của cơ thể, làm mạnh thêm các thuốc tiêm phòng, nhất là thuốc phòng cảm cúm. Được chỉ định trong trường hợp nhiễm trùng kéo dài như herpes, zona, viêm nhiễm đường hô hấp ở người có cơ địa dị ứng.

- Làm lành sẹo nhanh, có hiệu quả tốt trong sự biến dưỡng sụn ở các người có bệnh về sụn khớp.

- Phòng ngừa bệnh xơ mỡ động mạch bằng cách làm giảm chất mỡ, triglycerid và cholesterol trong máu.

- Bảo vệ cơ thể, làm giảm độc ở người uống rượu hay hút thuốc.

- Tăng cường sức mạnh cơ bắp và làm chậm cảm giác mệt mỏi khi vận động, chơi thể thao.

Một số nhà khoa học còn cho rằng vitamin C có tác dụng bảo vệ cơ thể chống lại bệnh ung thư, nhất là ung thư dạ dày.

Vitamin C được thải ra nhanh theo đường tiểu, do đó nếu dùng nhiều cũng không sợ bị quá liều.

### **Vitamin E và sự lão hóa**

*"Tôi mới 45 tuổi mà da bị nhăn nhiều, trông già hơn tuổi. Một vài người bạn khuyên nên uống vitamin E. Vitamin E có thể làm trẻ trung được không? Tôi rất ngại uống thuốc, thay vì uống vitamin E tôi có thể ăn các thức ăn nào?"*

Vitamin E nằm trong nhóm thuốc điều trị để nhằm ngăn chặn sự ôxy hóa các gốc tự do trong cơ thể (bên cạnh vitamin C, selen...). Hiện tượng ôxy hóa các gốc tự do trong cơ thể có thể đưa đến nhiều bệnh về tim, tiêu hóa, não... và làm cho người già đi nhanh, nhất là ở da.

Các gốc tự do tấn công vào những yếu tố cấu thành màng tế bào, đặc biệt là các chất mỡ tạo thành màng tế bào, các axit nhân tế bào. Hệ thống bảo vệ cơ thể sẽ chống lại hiện tượng này. Tuy nhiên, sự chống lại của cơ thể ngày càng yếu đi. Việc uống rượu, hút thuốc và tia tử ngoại làm cơ thể phóng thích nhiều gốc tự do hơn. Vì vậy, cần dùng thêm các chất chống ôxy hóa từ bên ngoài.

Vitamin E được chiết xuất từ dầu của lúa mì lần đầu tiên năm 1936. Nó cũng có trong một số chất như gan bê, chuối, táo, đào, lúa mì, hạt ngô, tiêu, trứng.... Tuy nhiên, các thức ăn nhiều vitamin E nhất là hạt lúa mì và dầu thực vật. Liều dùng mỗi ngày là 5-12 mg cho người lớn (nam nữ bằng nhau).

Ngoài việc ngăn chặn tác dụng có hại của các gốc tự do, vitamin E còn có tác dụng giống như aspirine, ngăn chặn sự kết dính tiểu cầu, giúp giảm nguy cơ tắc mạch ở người bị bệnh tim mạch. Nhiều người nghĩ vitamin E có thể thúc đẩy sự phát triển tinh trùng ở nam giới, nhất là ở người lớn tuổi. Nhưng cho đến nay chưa có nghiên cứu nào xác nhận điều này.

Tóm lại, cơ chế ngăn ngừa sự lão hóa của vitamin E là làm chậm sự ôxy hóa các chất quan trọng của cơ thể và giảm bớt sự kết dính của các tiểu cầu trong mạch máu. Trường hợp cụ thể của bạn có thể dùng sinh tố E. Nếu ngại uống thuốc, bạn có thể dùng các thực phẩm kể trên.

**Ảnh hưởng của ánh nắng mặt trời đối với da**

*"Xin bác sĩ cho biết ánh nắng mặt trời có hại hay có lợi cho da?"*

Những người thiếu vitamin D (không nhiều) cần phơi nắng. Nhưng với da số, ánh nắng mặt trời rất có hại vì làm da nhanh bị lão hóa, có thể đưa đến bệnh ung thư da về sau. Cần thận trọng khi nghỉ ngơi hay làm việc ngoài nắng để tránh các tác dụng có hại.

Ánh nắng trực tiếp chiếu vào da sẽ gây tác hại tối đa vào mùa hè, vào giữa trưa. Ở vùng càng cao (so với mực nước biển), ảnh hưởng này càng lớn. Ánh sáng mặt trời có thể làm da sạm màu ngay cả khi trời có nhiều mây. Không chỉ ánh nắng chiếu trực tiếp mà ngay cả ánh phản chiếu của tia tử ngoại ở mặt đất, trên cát, trên nước, trên cỏ hay ngay cả trên tuyết cũng gây hại cho da.

Tác dụng của các tia tử ngoại (UV) lên da là không giống nhau:

- UVA làm cho da sạm lại. Nó xuyên qua biểu bì và 20% đến được vùng bì.

- UVB gây ra bệnh cảm do nắng. Nó bị chặn lại ở tầng sừng, 20% đến niêm mạc và 10% đến các gai bì. Chính 10% này tham dự vào việc tạo các nếp nhăn.

*\* Các tác hại của tia tử ngoại với cấu trúc da:*

- Ở vị trí phân tử: Do tác dụng quang hóa, một số phân tử các chất bị phân hủy, phóng thích gốc tự do.

- Ở vị trí tế bào: Cấu trúc xoắn của ADN bị thay đổi, ảnh hưởng đến sự tổng hợp của tế bào.

- Ở bề mặt da và các nếp nhăn: Sau khi bị nắng làm đỏ lên, các nếp nhăn trở nên nhiều hơn, rộng hơn và sâu hơn.

Tóm lại, đối với người Việt Nam, ánh nắng mặt trời có hại cho da, cho sức khỏe nhiều hơn có lợi. Do đó, nên hạn chế việc phơi mình dưới nắng và cần có biện pháp bảo vệ khi làm việc liên tục ngoài nắng.

**Ảnh hưởng của thuốc lá đối với da**

*"Tôi làm tài xế đường dài. Để đỡ buồn ngủ khi lái xe ban đêm, tôi thường hút thuốc lá, lâu thành nghiện. Tôi mới 29 tuổi mà trông đã già, da càng ngày càng xấu. Hút thuốc lá có ảnh hưởng gì đến da không?"*

Dùng thuốc lá dù dưới hình thức nào (hút hay là nhai) đều có hại cho sức khỏe, tăng nguy cơ ung thư họng, phổi, viêm phế quản mạn, bệnh tim mạch,



bệnh lý mạch máu chi dưới. Tác dụng có hại là do các chất có trong thuốc lá gây ra, bao gồm:

- *Nicotine*: Nhờ đặc tính tan trong mỡ, nicotine xuyên qua được hàng rào niêm mạc và da. Nó được phân tán khắp cơ thể và tập trung tại các nơi chính: hệ thần kinh trung ương, gan, tuyến thượng thận. Chất này có nhiều ảnh hưởng đến cơ thể:

- + Tăng tác dụng của tuyến thượng thận trong thời gian đầu.
- + Giảm sự sản xuất chất histamine (chất gây dị ứng).
- + Thay đổi sự tổng hợp protein và dự trữ serotogene).

Việc hút thuốc lá lâu ngày sẽ gây ngộ độc chất nicotine, dẫn đến các tổn thương mạch máu quan trọng như cơ mạch kéo dài, gia tăng sự kết dính các tiểu cầu. Kết quả là rối loạn tuần hoàn. Rối loạn này kết hợp với các rối loạn về miễn dịch, về các kích thích tố sinh dục, dẫn đến tăng sự lão hóa da.

- *Khí CO<sub>2</sub>*: Làm rối loạn sự chuyên chở ôxy từ hồng cầu đến các mô và tế bào.

- *Các chất kích thích có aldehydes và phenol*: Làm xáo trộn hoạt động luân chuyển của bộ máy hô hấp.

- Các chất than gây ung thư.

#### **\* Tác hại của thuốc lá đối với da**

##### *1. Biểu hiện ở da:*

- Da bị lão hóa sớm.
- Niêm mạc bị tổn thương (viêm họng do thuốc lá).
- Đầu ngón tay bị vàng.
- Dị ứng da khi tiếp xúc với thuốc lá.

Gương mặt điển hình của một người da trắng nghiện thuốc lá là có nhiều nếp nhăn lớn nhỏ, da bị teo lại, nhợt nhạt, màu vàng, xám... Phần lớn các triệu chứng này biểu hiện rõ hơn ở phái nữ và người phơi nắng nhiều.

Thuốc lá và tia tử ngoại có tác dụng phối hợp trong việc gây lão hóa da. Tuy nhiên, tác hại do tia tử ngoại gây ra mạnh hơn.

2. Sự hiểu biết hiện tại của chúng ta chưa giải thích được hết tác dụng của thuốc lá lên da và cơ chế gây lão hóa. Người ta chỉ thấy được thuốc lá gây

ra các tổn thương mạch máu, làm chậm trễ sự vi tuần hoàn tới da và gây suy tuần hoàn da.

Thuốc lá có tác dụng kháng kích thích tố nữ. Nếu hút nhiều thuốc lá, phụ nữ bị mãn kinh sớm hơn bình thường.

Ngoài ra, thuốc lá có các tác hại sau:

- Suy giảm hệ thống miễn dịch ở da (qua sự trung gian của tế bào langerhans).

- Tạo thành các gốc tự do gây hại cho da.

- Phá hủy vitamin C.

Tóm lại, thuốc lá thật sự có tác dụng làm da bị lão hóa nhanh. Càng ngày, người ta càng chứng minh được điều này một cách đầy đủ hơn. Như vậy, việc không hút thuốc lá không những giúp ta tránh được một số bệnh nguy hiểm (như ung thư thanh quản, ung thư phổi..) mà còn giữ cho da được trẻ trung lâu hơn.

### **Biến đổi da khi lớn**

*"Khi lớn tuổi, da vẫn giữ nguyên hay có thay đổi?"*

Sự lão hóa da chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố như di truyền, nội tiết, môi trường chung quanh, dinh dưỡng và cơ học. Trên phương diện vi thể, sự lão hóa da có các đặc điểm sau:

- Lớp biểu bì từ từ mỏng lại, da có tính chất axit hơn.

- Phần nối tiếp giữa biểu bì và bì cũng mỏng lại.

- Phần bì các sợi liên kết rối loạn, sợi đàn hồi giảm, lượng dịch thấm vào giảm, lượng máu nuôi da giảm và các thành mạch dễ vỡ.

Lão hóa được chia làm 4 giai đoạn:

- *Giai đoạn 0*: Da bình thường.

- *Giai đoạn 1*: Vào khoảng 40 tuổi.

+ Các sợi đàn hồi rời nhau ra, bị cắt đoạn và bắt đầu biến mất. Các sợi phía ngoài cùng làm thành một lớp mỏng, không có tổ chức sợi dưới lớp biểu bì.

+ Tổ chức sợi liên kết (collagene) không thay đổi.

- *Giai đoạn 2 và 3*: Trên 45 tuổi

- + Các sợi đàn hồi gần như biến mất hoàn toàn.
- + Sợi liên kết xếp không theo tổ chức nào đặc biệt, rời bù, bung thò ra.
- + Các tế bào sợi ngừng bài tiết.

Giải thích một cách khoa học thì như vậy. Nhưng có thể hiểu đơn giản hơn là càng lớn tuổi, da càng kém đàn hồi, kém đẹp và khi bị vết thương thì chậm lành hơn người trẻ.

### **Da mặt bị mất màu**

*"Tôi 47 tuổi, gần đây da mặt có vài chỗ mất màu, trở thành trắng, không biết do nguyên nhân gì. Tôi có dùng rất nhiều thuốc nhưng không có kết quả. Vậy tôi cần điều trị như thế nào?"*

Da bị mất màu có thể do bẩm sinh (mới sinh ra đã có) hay do bệnh mắc phải sau khi sinh. Nguyên nhân gây mất màu da sau khi sinh là bệnh ngoài da như nhiễm vi nấm, sẹo mổ, một số ít trường hợp do bôi thuốc lột da mặt hay cả da mặt.

Mất màu ở da được điều trị tùy theo nguyên nhân. Trong trường hợp mất màu do nhiễm nấm (thường gọi là lang ben), việc điều trị được thực hiện tương đối dễ (bằng cách dùng thuốc trị nấm ngoài da). Các trường hợp da mất màu khác thường khó điều trị hơn. Đôi khi phải dùng phương pháp xăm thẩm mỹ mới tạo lại được màu sắc giống da bình thường.

## Điều trị da mặt

*"Tôi 27 tuổi, là nam tiếp viên cho nhà hàng nên cũng cần có bề ngoài một chút. Da mặt tôi lúc trước bị mụn, nay cũng chưa hoàn toàn hết hẳn. Rải rác trên da mặt có vài nơi nổi mụn kèm với rất nhiều sẹo xấu. Có cách gì để hết hẳn mụn và làm da láng đẹp không?"*

Da mặt bạn có lẽ thuộc loại da dày và nhiều chất nhờn, dễ bị mụn kéo dài. Bạn nên điều trị cho mụn hết hẳn trước khi tiến hành các kỹ thuật khác. Việc điều trị cho hết mụn cũng khá phức tạp và mất nhiều thời gian. Bạn phải sinh hoạt, ăn uống điều độ, kiêng cử một số thức ăn và dùng thuốc điều trị mụn theo hướng dẫn của bác sĩ chuyên khoa da liễu. Sau khi hết mụn, tùy theo sẹo mụn sâu hay cạn, bạn có thể dùng thuốc lột da mặt hay cà da mặt. Những người bị sẹo mụn sâu quá đôi khi phải khoét bỏ sẹo và ghép da.

### Da mặt đen và tóc quăn

*"Em 16 tuổi, da mặt rất đen và tóc lại quăn. Xin bác sĩ cho biết làm thế nào cho da mặt trắng và tóc hết quăn?"*

Da mặt hay nói chung, da của toàn cơ thể và ngay cả tóc chịu ảnh hưởng của yếu tố di truyền.

Giải phẫu thẩm mỹ hay các mỹ phẩm không thể làm thay đổi cấu trúc, màu sắc da nhưng có thể giúp cho da, tóc khỏe mạnh và tránh các tác nhân làm chúng xấu đi. Cháu cứ tránh nắng và giữ da đầu luôn được sạch thì da và tóc sẽ phát triển tốt. Nếu muốn da mặt trắng hơn một chút, cháu phải dùng mỹ phẩm thoa nhẹ lên da. Cháu đừng mặc cảm vì da không được trắng. Da màu cũng có nét đẹp riêng của nó và trong số hoa hậu thế giới ngày càng nhiều người da màu.

### Điều trị da bị lão hóa

*"Tôi 65 tuổi, trước đây da mặt rất mỏng và mịn nhưng một vài năm gần đây, da bị dày lên, có nhiều nếp nhăn và nổi những mụn đen nhỏ. Xin bác sĩ chỉ dẫn cách khắc phục"*

Đây là trường hợp da bị lão hóa, vừa dày lên, có nổi nhiều bệnh tích màu sậm, vừa có nhiều nếp nhăn. Cách điều trị trước mắt là dùng thuốc lột da, cho da mỏng và săn lại. Về sau, nếu da tiếp tục nhăn nhiều, phải làm phẫu thuật căng da.

## Xóa nếp nhăn trên trán

*"Tôi 50 tuổi, không biết có phải vì làm việc và suy nghĩ nhiều không mà trán có rất nhiều nếp nhăn. Có cách nào xóa được nếp nhăn ở trán không?"*

Ở người lớn tuổi, da trán bị nhăn nhiều, một phần do cơ da bị co thắt lại, phần khác do da trán giảm đàn hồi. Muốn hết nhăn, phải phẫu thuật cắt ngang các cơ trán bị co thắt và cắt bớt da trán bị nhão, mất đàn hồi. Để tránh sẹo, người ta thường mổ sau chân tóc khoảng 1cm. Một số người trán quá cao và ít tóc có thể mổ ngay nơi giáp giữa da trán và tóc. Khi căng da, ngoài việc lấy bớt da làm cho trán thẳng lại còn có thể kéo phần da đầu xuống thấp một ít cho trán bớt cao.

## Tiêm thuốc chống nếp nhăn ở mặt

*"Tôi 53 tuổi, mặt và đuôi mắt có khá nhiều nếp nhăn, nhất là vùng trán. Tôi có nghe phương pháp căng da mặt, mổ làm phẳng da, nhưng tôi rất sợ mổ. Nghe nói ở nước ngoài có loại thuốc nào đó tiêm vào có thể làm hết nếp nhăn và da phẳng lại. Điều đó có đúng không?"*

Thuốc chống nếp nhăn ở mặt dựa trên cơ chế chống co thắt của cơ da mặt. Ở một số người lớn tuổi, do sự co thắt của một số cơ vòng môi, vòng mắt và cơ da trán, da bị chùng lại, tạo thành các nếp nhăn. Do đó, có thể xóa các nếp nhăn này bằng cách ngăn chặn sự co thắt của các cơ bắp liên hệ. Thuốc được dùng là chất chiết xuất từ vi trùng Clostridium Botilimun. Người ta đã nghiên cứu một nhóm độc tố đặc biệt của vi trùng này, pha loãng với liều rất nhỏ, dùng tại chỗ thấy có kết quả tốt trong điều trị chứng co thắt ở cơ mặt và mắt. Thuốc có tên là Botox, còn có tên là Dysport, có thể dùng xóa nếp nhăn ở mặt.

## Lột da mặt bằng TCA

*"Trước kia da tôi rất trắng. Nhưng vì cuộc sống, tôi phải bươn chải ra đường, nay da mặt rất khô, nám và đen. Tôi có nghe đến chất lột da mặt TCA. Vậy TCA là gì? Tôi có lột được bằng chất TCA không? Chất này mua ở đâu và có đắt lắm không?"*

TCA là thuốc lột da mặt loại mới, có rất nhiều ưu điểm như không độc, có thể lột da dày hay mỏng tùy theo nồng độ và lượng thuốc thoa nhiều hay ít. Thuốc này có thể dùng cho mọi trường hợp da mặt bị xấu đi do ánh nắng mặt trời hay do cao tuổi.

Hiện nay, một số thẩm mỹ viện ở TP HCM có thuốc này, giá không đắt lắm. Bạn có thể liên hệ và hỏi trực tiếp ở các cơ sở giải phẫu thẩm mỹ.

**Săn sóc sau khi lột da mặt**

*"Tôi đã lột da mặt hai tuần ở một cơ sở giải phẫu thẩm mỹ. Kết quả cũng khá. Muốn giữ kết quả này được lâu cần phải làm gì?"*

Muốn cho da mặt đẹp lâu, sau khi lột da cần chú ý:

- Tránh nắng: Đây là yếu tố quan trọng nhất. Việc tiếp xúc với ánh nắng mặt trời có thể gây nám da mặt và gây ung thư da về sau.

- Dùng kem dưỡng da thường xuyên.

**Tuổi nào căng da mặt được?**

*"Tôi 59 tuổi, da mặt bị nhăn nhiều. Tôi muốn được trẻ trung hơn một chút, có thể căng da mặt được không?"*

Về chuyện căng da mặt, trước đây người ta quan niệm chỉ nên căng cho người lớn tuổi, tức là trên năm mươi tuổi. Nhưng càng ngày, số người trẻ muốn căng da mặt càng nhiều. Không phải chỉ có ở Việt Nam mà nhiều nước trên thế giới cũng thế. Người ta mong trẻ đẹp ở tuổi đang làm việc hăng say, trẻ đẹp để thành công hơn trong tình yêu và sự nghiệp. Hiện nay chỉ định căng da mặt ít phụ thuộc vào tuổi tác. Người nào da bị nhăn nhiều, sức khỏe còn tốt là có thể căng được. Trường hợp cụ thể của bà chắc là phẫu thuật được.

**Căng da mặt có bị sẹo không?**

*"Nghe các bạn nói căng da mặt sẽ trẻ và đẹp trở lại, nhưng tôi rất sợ bị sẹo xấu. Căng da mặt có bị sẹo nhiều lắm không?"*

Căng da mặt là một phẫu thuật tách da ra, kéo thẳng lại và cắt bỏ phần da thừa nên có sẹo nhỏ ở nơi mổ. Sẹo này rất nhỏ, khó thấy, một phần được tóc che và càng ngày càng mờ đi, rất khó nhận ra.

**Sau khi căng da mặt phải nghỉ việc bao lâu?**

*"Tôi năm nay 50 tuổi, muốn căng da mặt cho bớt nếp nhăn. Điều này có hại gì không? Người lớn tuổi căng da có nguy hiểm gì không? Phải nghỉ làm việc bao lâu? Hiện tôi vẫn đang làm việc, công việc tôi đòi hỏi phải giao tiếp nhiều nên rất mặc cảm về làn da bị lão hóa của mình".*

Trường hợp của chị nếu căng da mặt sẽ cho kết quả rất tốt vì da nhăn nhiều và tuổi chưa cao lắm. Căng da là một phẫu thuật ngoài da và tổ chức dưới da, không có gì nguy hiểm lắm nếu so với các phẫu thuật khác. Với các tiến bộ mới ngày nay, phẫu thuật chỉ làm gây tê tại chỗ, thời gian mổ khoảng 3 đến 4 giờ. Mổ xong nghỉ độ 15 phút là có thể về nhà, khoảng 1 tuần sau trở lại cắt chỉ. Sau khi mổ, nơi mổ được băng bằng ít gạc nhỏ, người được phẫu thuật vẫn đi lại, sinh hoạt bình thường. Chỉ cần nghỉ công tác độ một tuần là đủ. Cần kiêng

làm việc nặng, giữ nơi chỗ khô sạch. Tránh đụng chạm mạnh hoặc làm bẩn nơi chỗ. Kiên ăn một ít thức ăn gây dị ứng như cá biển, rau muống...

### **Sau khi căng da mặt phải tránh nắng bao lâu?**

*"Tôi là nhân viên làm việc trong phòng lạnh, không tiếp xúc với bụi bặm hay hóa chất gì. Tôi muốn căng da mặt nhưng nghe nói sau khi mổ phải hạn chế ra nắng. Như vậy nếu đi làm việc bằng xe gắn máy thì có hại gì không?"*

Mặt trời là tác nhân làm da bị thoái hóa nhanh. Ngoài tác dụng thúc đẩy sự tổng hợp vitamin D, việc phơi nắng hoàn toàn không có lợi gì. Những người ở vùng xích đạo có nhiều nguy cơ bị tia tử ngoại trong ánh sáng mặt trời gây ra những tổn thương không hồi phục. Tổn thương này làm da bị già đi dù tuổi mới 45 hay 50. Do đó, ngay cả khi không giải phẫu thẩm mỹ, chúng ta cũng không nên phơi nắng nhiều. Khi tiếp xúc với nắng, như đi tắm biển chẳng hạn, đừng nên phơi nắng lâu quá. Nên dùng các loại kem che chở da ở phần da tiếp xúc với nắng.

Sau khi căng da mặt, lúc ra nắng nên đội nón hoặc che ô. Trong trường hợp cụ thể của bà, sau khi căng da mặt ổn định, bà có thể đi làm bình thường, không gặp trở ngại gì.

### **Sau khi căng da mặt bao lâu thì có thể tẩy lông mặt?**

*"Mặt tôi có ít lông măng nhỏ, thỉnh thoảng tôi phải đến thẩm mỹ viện để tẩy lông. Xin bác sĩ cho biết sau khi căng da mặt bao lâu tôi có thể tẩy lông mặt như trước?"*

Bốn đến sáu tuần sau phẫu thuật, bà có thể dùng chất tẩy lông. Tuy nhiên, nếu có kết hợp với lột hay cà mặt thì chỉ được tẩy lông khi da hoàn toàn bình thường, tức là da mặt hết màu đỏ (thường từ 10 đến 12 tuần sau).

### **Sau khi căng da mặt bao lâu có thể gội đầu và sấy tóc được?**

*"Tôi để tóc dài; điều đó có gây trở ngại gì cho phẫu thuật không? Sau khi mổ bao lâu tôi có thể gội đầu và sấy tóc bình thường?"*

Tóc dài hay ngắn gì cũng phẫu thuật được. Trước khi phẫu thuật, bà nên gội đầu thật sạch. Sau phẫu thuật khoảng hai tuần, khi vết mổ lành tốt, bà có thể gội đầu và sấy tóc. Tuy nhiên, trong vòng 4 đến 6 tuần đầu, bà không nên dùng máy sấy tóc quá nóng.

## Phẫu thuật da mặt ở người cao tuổi

*"Tôi năm nay 68 tuổi, sức khỏe hoàn toàn bình thường. Tôi muốn căng da mặt được không? Da người lớn tuổi khác với người trẻ như thế nào?"*

Tuổi 68 có hơi cao để làm phẫu thuật. Nhưng nếu cơ thể hoàn toàn khỏe mạnh thì có thể phẫu thuật căng da mặt hay bất cứ phẫu thuật tạo hình thẩm mỹ nào. So với da người trẻ tuổi, da người cao tuổi có một số khác biệt sau:

### \* Các triệu chứng bên trong

- Xuất hiện các nếp nhăn ở cổ và mặt.
- Da bị teo lại, lớp mô liên kết bị mỏng đi.
- Xuất hiện các ban máu (purpura) do thành mạch dễ vỡ.
- Có các tổ chức giống như sẹo giả hình sao ở lưng, bàn tay và cánh tay.

### \* Các triệu chứng bên ngoài (do ánh nắng mặt trời gây ra):

- Các nếp nhăn.
- Da dày, cứng, thô nhám và khô do sự giảm tuyến bì và tuyến mồ hôi, lớp nước và mỡ bảo vệ phía ngoài da không còn nữa.
- Da lão hóa, có nhiều mô hạt, mụn, giống như trỏ đồi mồi. Trán, má và cổ có nhiều nếp nhăn sâu, có trường hợp bị ung thư da.
- Chức năng sinh lý của da giảm:
  - + Giảm khả năng lành sẹo, trao đổi khí và bốc hơi nước qua da.
  - + Giảm sức chịu đựng đối với các sang chấn.
  - + Giảm phản ứng miễn dịch, khả năng điều hòa nhiệt độ và sản xuất vitamin D.
  - + Giảm sức bảo vệ đối với ánh nắng mặt trời.

Tóm lại, da người lớn tuổi khi phẫu thuật sẽ chậm lành hơn. Nhưng đặc tính này thay đổi tùy thuộc điều kiện sống, làm việc và môi trường xung quanh của mỗi người.



**Nên chọn căng hay lột da mặt?**

*"Tôi năm nay 34 tuổi. Trước đây da mặt tôi trắng và mịn, rất đẹp. Trong vài năm gần đây, có lẽ do đi nắng nhiều, da bị dày lên và có nhiều chỗ nám đen. Trường hợp của tôi nên căng da hay lột da mặt? Tôi trông thế tránh nắng được vì yêu cầu công việc?"*

Phương pháp căng da mặt được dùng khi da mặt bị nhăn nhiều, nhất là những người lớn tuổi. Trước đây, người ta chỉ căng cho những người trên 40 tuổi; ngày càng có nhiều người trẻ muốn căng da. Hiện nay, vấn đề tuổi không được chú ý nhiều nữa, bất cứ tuổi nào, giới nào, da mặt bị nhăn là có thể căng được, căng nhiều ít tùy mức độ nhăn.

Tuy nhiên, khi da mặt thẳng hoàn toàn thì không cần căng, như trường hợp của bạn. Do công việc, phải đi nắng nhiều, da mặt của bạn bắt đầu có hiện tượng lão hóa. Trường hợp này nên lột da. Sau lột nếu dùng các loại kem dưỡng da, chống nắng thì cũng không có gì đáng ngại lắm khi đi nắng. Ngày nay, có nhiều phụ nữ che hầu như kín cả mặt khi làm việc ngoài nắng; điều này rất tốt. Nhưng khi ở trong bóng mát cũng cần chú ý đến sự phản chiếu của ánh nắng từ mặt đất lên da.

**Có nên vừa lột da mặt vừa căng da mặt?**

*"Da mặt tôi hơi xấu, đi thẩm mỹ viện thì được khuyên nên lột da cho mỏng lại và căng cho da thẳng ra. Hai phương pháp này cùng áp dụng thì da sẽ mịn, trẻ ra rất nhiều. Nhưng tôi không biết có thể thực hiện cùng lúc lột da mặt và căng da mặt không? Nên lột da trước hay căng da trước?"*

Đúng là lột da mặt và căng da mặt đều là hai cách làm cho trẻ lại. Lột da cho da mỏng đi, xóa bớt phần da dày, xấu, làm cho da non và trẻ ra. Căng da mặt làm cho da thẳng lại, xóa hết các chỗ da bị nhăn, xấu. Hai cách này cùng kết hợp thì da sẽ trẻ và đẹp nhiều.

Da được nuôi dưỡng nhờ các mạch máu ở dưới da. Phương pháp căng da mặt tách da ra khỏi nguồn nuôi dưỡng của chúng và đặt lại một chỗ mới. Ở chỗ này, mạch máu sẽ mọc lên và nuôi tiếp, thay thế mạch máu cũ bị mất đi. Thời gian máu nuôi mọc tốt là khoảng 2 đến 3 tháng. Do đó, nên căng da mặt trước vài tháng rồi lột da. Nếu lột da cùng lúc hoặc trước khi căng thì nơi mổ khó lành, có thể cho sẹo xấu. Lột da sớm quá khi da chưa bình thường thì có thể da lột bị thiếu máu nuôi, nhiễm trùng kéo dài và cho kết quả xấu hơn lúc chưa lột.

**Sưng nề sau khi căng da mặt**

*"Tôi được phẫu thuật căng da mặt cách đây hai tháng. Hiện nay, nơi căng da còn sưng nề nhiều. Như vậy có cần phải phẫu thuật lại không?"*

Căng da mặt có nhiều kỹ thuật. Các kỹ thuật này nhằm tách da mặt ra khỏi tổ chức bên dưới rồi căng cho thẳng lại. Sự khác nhau của các phẫu thuật là tách da mặt nông hay sâu. Một số kỹ thuật có làm thêm các thủ thuật khác nữa như kéo căng các tổ chức cơ của da mặt hay hút mỡ ở mặt và cổ.

Phẫu thuật căng da có thể làm sưng nề vùng mặt một thời gian (từ một đến nhiều tháng). Có một số ít trường hợp phải sau ba hay sáu tháng mới hết sưng. Do đó, trường hợp của cô nếu không bị sưng đỏ hay đau nhức (do nhiễm trùng nơi mổ) thì chắc không cần phẫu thuật lại.

### **Căng da bụng**

*"Trước đây da bụng tôi rất đẹp. Sau khi sinh cháu xong, tôi bị gầy đi nhiều, da bị nhăn, rất xấu. Có thể căng cho da bụng phẳng ra như căng da mặt được không? Căng da như vậy về sau có thai trở lại được không?"*

Giống như da mặt, da bụng cũng có thể căng. Phẫu thuật căng da bụng phải bóc tách rộng, tốn nhiều thời gian hơn và sau khi căng phải băng chặt ít hôm. Tùy theo trường hợp, nếu sau khi căng, rốn bị kéo lệch nhiều thì quá phải thay đổi vị trí mới cho rốn, để nó cân đối với vùng da bụng mới.

Sau khi căng da bụng, bạn vẫn có thể mang bầu lại bình thường vì da sẽ giãn ra cho thích hợp với bụng khi mang thai.

## Điều trị sẹo mụn

### Nguyên nhân gây mụn

Mụn là bệnh mạn tính của nang lông, nếu không được điều trị tốt có thể dẫn đến nhiều sẹo xấu ở mặt. Bệnh xuất hiện vào tuổi dậy thì và xảy ra ở khoảng 80% người tuổi vị thành niên, chấm dứt vào tuổi từ 18 đến 20. Có một số người bệnh kéo dài đến khi trưởng thành. Đây là một loại bệnh di truyền, xảy ra ở vùng mặt và phần trên ngực, nơi có nhiều tuyến bã.

Có ba hiện tượng bệnh lý xảy ra ở nang lông đưa đến sự hình thành mụn:

#### 1. Sự bài tiết chất bã

Có hiện tượng tăng sự bài tiết chất bã là do:

- Sự gia tăng hoạt tính của men 5 alpha-réductase chuyển testostérone thành dihydrotestostérone.
- Giảm protein mang testostérone lưu thông, đôi khi làm tăng testostérone tại nang lông.
- Sản xuất quá nhiều androgènes ở phụ nữ, gây ra nam hóa, rụng tóc và mụn.

#### 2. Tăng sự sừng hóa ở nơi bài tiết bì (lỗ chân lông)

Các chất bã chứa một lượng axit béo cao, kích thích lỗ chân lông và làm tăng sự sừng hóa. Sự ký sinh của vi sinh vật mụn tên là *Propionibactérium Acnes* (PA) cũng sinh ra chất men thủy phân triglycerides thành axit béo. PA tăng sinh nhiều, tạo ra các chất sừng và chất bã, hình thành còi mụn.

Người ta phân biệt 2 loại còi mụn: loại lộ ra ngoài thành chấm đen và loại kín dạng u nang nhỏ. Sự hình thành còi mụn còn do ảnh hưởng của các yếu tố bên ngoài như:

- Dùng các loại mỹ phẩm có nhiều chất mỡ (chất nhờn)
- Dùng chất lưu huỳnh.
- Ánh mặt trời.
- Sức nóng.
- Độ ẩm.

### 3. Viêm nang nông

Do sự vỡ màng bao mỏng của còi mụn, vi trùng PA tiết ra các men hualuronidases, protéases, amylases làm tan màng bao còi mụn. Chất lysosyme được phóng thích làm vỡ túi nang lông và hình thành tổ chức mô hạt viêm. Về lâm sàng, đây là các mụn mủ, đôi khi là những nang cứng sâu dưới da.

### Các loại mụn

#### Các dạng mụn nặng

Có thể xuất hiện rất nhanh sau tuổi dậy thì, sau một đợt có dạng còi mụn hay mụn mủ.

- *Mụn bọc to*: Đây là dạng mụn nổi gò lên, trong chứa nang mủ, thường xảy ra ở phái nam. Các khối u hạt viêm có thể chuyển thành áp xe, rò mủ, về sau thành sẹo cứng, lõm da xuống rất xấu. Đây là dạng mụn của các em trai, thường ở lưng hay mặt trước ngực. Ở phái nữ, loại mụn này thường kết hợp với bệnh nam hóa.

- *Mụn dạng conglobata*: Theo sau mụn bọc to, các loại mụn to lên, đau nhiều, mụn tụ lại thành đám và rò mủ ra da. Bệnh kéo dài đến tuổi trưởng thành và gây nhiều sẹo xấu.

- *Mụn thể nặng*: Là loại mụn conglobata có đi kèm theo sốt, đau nhức các khớp xương và ảnh hưởng đến toàn trạng người bệnh. Nơi mụn bị loét, đóng vảy, chảy máu.

#### Mụn ở trẻ em

- Trẻ nhỏ: Xảy ra khoảng 3 đến 6 tháng sau khi sinh, mặt có còi mụn và mụn. Bệnh này chỉ xảy ra trong một thời gian ngắn do ảnh hưởng kích thích tố nam của người mẹ.

- Mụn ở trẻ lớn: Thường ít gặp, là mụn đa dạng của trẻ vị thành niên, xảy ra ở những đứa trẻ cha mẹ bị mụn nhiều.

#### Mụn ở người lớn

Bệnh tích viêm là chủ yếu

- Ở đàn ông: Bệnh tích chủ yếu ở cổ và lưng dạng conglobata hay dạng mụn nặng.

- Ở phái nữ: Chủ yếu là mụn do kích thích tố, thường xảy ra quanh miệng và vùng hàm dưới.

Các thuốc tránh thai có androgène và progestérone có thể gây ra và làm mụn nặng thêm.

Nếu người bệnh có triệu chứng nam hóa, phải tìm xem có u thượng thận hay u buồng trứng không. Đặc biệt, triệu chứng này ở phụ nữ có thể do yếu tố tâm lý.

### **Bệnh mụn thứ phát**

Xảy ra do dùng mỹ phẩm, tiếp xúc với các tác nhân vật lý, hóa học hay do dùng thuốc.

- *Mụn do dùng mỹ phẩm*: Dạng còi mụn hoặc những nang nhỏ ở quanh miệng. Bệnh xảy ra do dùng mỹ phẩm có nhiều chất nhờn, không thích hợp với da.

- Mụn do tiếp xúc với các hóa chất.

- *Mụn do nghề nghiệp*: Do tiếp xúc với chất hydrocarbures (có trong dầu hỏa), tạo thành còi mụn hay nốt mụn ở da nơi tiếp xúc.

- Các tác nhân vật lý như tia X, tia Cobalt có thể gây mụn nhiều tuần sau khi xạ trị. Tia tử ngoại trong ánh mặt trời có tính chất diệt trùng nhưng cũng gây mụn.

- Mụn do dùng thuốc trị bệnh: Thường ở dạng viêm nhiều hơn là tạo thành còi mụn.

Các loại thuốc gây nổi mụn thường gặp là loại Corticoides dùng bôi mặt hay uống; các loại thuốc có chất Halogène như Brome (Calcibronat), iốt (thuốc trị bướu tuyến giáp trạng ở cổ), Cobalt (có trong sinh tố B12), Flour (có trong kem đánh răng).

Các thuốc trị động kinh như Gardéнал, Diphénylhydantoine, Trimetadoine nếu được dùng một thời gian dài cũng có thể gây nổi mụn ở người lớn.

Một số loại thuốc khác cũng có thể gây mụn như: Muối của Lithium, Rifampicine, các loại thuốc chứa chất Progestérone tổng hợp.

### **Cách điều trị mụn**

Việc điều trị mụn nhằm ba mục đích: giảm bớt chất nhờn, làm tan còi mụn và làm giảm phản ứng viêm.

#### **1. Làm giảm chất nhờn**

- Dùng thuốc ức chế men 5 alpha-réductase, gồm Progesterone tự nhiên (Progestosol), Promestriène (Delipoderme), kết hợp kèm với vitamin B6 (Alphane). Các chất này trên lý thuyết rất tốt, nhưng thực tế không cho kết quả nhiều lắm. Đối với phụ nữ, dùng chất kháng Androgène. Ở cả hai phái, có thể dùng Isorétinoïne.

- Các kích tố nữ tác dụng trên ba cách:

+ Tăng SHBG (globulin mang kích thích tố sinh dục), làm giảm testotérone tự do hoạt động.

+ Ức chế các điểm tiếp nhận kích thích tố nam ở tuyến bã.

+ Giảm sự sản xuất Androgène ở buồng trứng.

Các thuốc này kết hợp với acétate cyprotérone hay một loại thuốc progesté rone không có tác dụng của kích tố nam.

Thuốc được dùng cho phụ nữ lớn tuổi. Đối với phụ nữ trẻ, có thể dùng oestrogen với liều 30 đến 50 mcg (Ovanon 50, Varnoline 30). Ngày nay, Diane là loại thuốc được nhiều người dùng hơn. Thường đến tháng thứ tư mới có kết quả. Cần dùng thuốc một thời gian dài, nhiều khi hơn một năm.

- Thuốc Isotretinoïne hay Roaccutane: Dùng để điều trị mụn nặng. Cơ chế tác dụng là làm giảm nhanh chóng sự bài tiết của tuyến bã không do cơ chế nội tiết. Tác dụng ức chế tuyến bã này tồn tại ngay cả khi ngưng dùng thuốc. Tiếp theo, thuốc còn làm còi mụn được đẩy ra ngoài, giảm số lượng vi trùng Pa, giảm phản ứng kích thích tế bào viêm của cơ thể. Liều dùng là 0,5 mg/kg/ngày trong 300 ngày.

Thuốc này làm khô da và có thể gây một số tác dụng phụ như nhức đầu, đau nhức khớp xương, không dùng được cho phụ nữ mang thai.... Nó chỉ được dùng khi bị mụn nhiều, điều trị thuốc khác không kết quả.

## **2. Làm tan còi mụn**

Các thuốc này làm sạch da, đẩy còi mụn ra (hai hoặc ba tháng sau khi bắt đầu điều trị nội khoa).

- Các loại thuốc thoa ngoài da như Isotrétinoïne loại dung dịch (gel) kết hợp với kháng sinh tại chỗ cho kết quả tương đối tốt và ít bị phản ứng phụ.

- Điều trị tổng quát với các thuốc kháng viêm, kháng sinh tại chỗ và toàn thân

## **3. Điều trị sẹo mụn**

Sau khi hết hẳn mụn từ 6 tháng đến 1 năm, có thể điều trị mụn bằng phương pháp lột, cà da mặt hoặc phẫu thuật cắt bỏ sẹo và ghép da.

Trên thực tế, việc điều trị mụn thường ít kết quả vì các nguyên nhân gây mụn ít được chú ý và giải quyết triệt để. Các sẹo này tuy vậy vẫn điều trị được bằng phẫu thuật thẩm mỹ.

### **Đề phòng và điều trị các loại mụn mặt mà không để lại sẹo thâm**

*"Cháu rất sợ bị mụn. Có một số bạn gái cùng tuổi bị mụn, sau đó da mặt có nhiều sẹo thâm đen rất xấu. Có cách nào khỏi bị mụn không, và khi lỡ bị mụn rồi thì nên điều trị như thế nào để khỏi bị sẹo xấu?"*

Câu hỏi của cháu khá dài, gồm hai chuyện: Đề phòng và điều trị mụn. Chúng ta đã biết mụn do nguyên nhân bên ngoài và bên trong cơ thể gây ra. Các nguyên nhân bên ngoài là: dị ứng với mỹ phẩm, hóa chất, một số loại thuốc điều trị bệnh; nhiễm trùng da mặt do vi trùng *Propionibacterium Acnes*... Nguyên nhân bên trong cơ thể là: da tiết nhiều chất nhờn (do ảnh hưởng của kích thích tố nam), da bị sừng hóa nhiều nơi các lỗ chân lông mặt và viêm nhiễm tại chỗ da mặt. Do có nhiều nguyên nhân như vậy nên đối với từng trường hợp cụ thể, phải xem đâu là nguyên nhân chính gây mụn và điều trị tập trung vào đó.

Nói chung, việc giữ da mặt được sạch tốt, chỉ dùng mỹ phẩm khi cần thiết, hạn chế tiếp xúc với hóa chất, có chế độ dinh dưỡng, nghỉ ngơi điều độ có thể giúp cháu tránh được một số trường hợp về mụn.

Khi bị mụn, nên điều trị sớm và đúng cách để tránh sẹo xấu. Khi bị sẹo rồi, dù có điều trị thật tích cực với đủ các phương tiện cần thiết, da cũng khó trở lại hoàn toàn như trước.

### **Điều trị sẹo mụn**

*"Khi bị sẹo thâm do mụn để lại thì nên làm gì để trị hết?"*

Cách điều trị khác nhau tùy theo sẹo sâu hay cạn.

- Đối với các lỗ sẹo mụn sâu, phải cắt bỏ và ghép da. Mỗi lỗ sẹo được ghép một mảnh da tròn nhỏ. Một thời gian sau, khi da mọc đều và phẳng lại sẽ không thấy lỗ.

- Vết thâm hoặc sẹo cạn: Có thể cà da cho bằng phẳng lại. Phương pháp cà da mặt còn được dùng để điều trị các trường hợp mụn do da sừng hóa nhiều ở các lỗ chân lông (thường gọi là da mặt dày). Đây là một cách điều trị mới. Cà da mặt được áp dụng khi điều trị mụn bằng phương pháp thông thường kéo dài mà kết quả ít. Dùng cách này phải hết sức cẩn thận, tránh nhiễm trùng lan rộng và sau khi cà da phải tránh nắng nhiều tháng.



- Đối với người bị kết hợp cả hai bệnh tích, vừa bị sẹo sâu, vừa bị vết thâm, việc điều trị phức tạp hơn. Có thể phải lột hoặc cà da mặt trước để làm giảm tầng ngoài cùng, cho da mỏng lại. Sau khi ổn định, cắt bỏ sẹo và ghép da.

### **Điều trị mụn kéo dài**

*"Cháu năm nay 22 tuổi, da mặt tương đối nhiều chất nhờn, đặc biệt khoảng một năm nay cháu bị rất nhiều mụn. Cháu đã dùng rất nhiều loại thuốc, kiêng cử ăn uống rất cẩn thận nhưng mụn cũng không hết được. Tại sao vậy?"*

Mụn do nhiều nguyên nhân gây ra. Đa số trường hợp khó tìm nguyên nhân. Một số trường hợp tìm đúng nguyên nhân rồi nhưng việc điều trị cũng mất rất nhiều thời gian, có khi phải mất nhiều tháng. Do đó, cháu không nên quá lo lắng, cứ từ từ chắc bệnh sẽ khỏi thôi. Trong trường hợp cần thiết lắm, bị mụn kéo dài, điều trị thuốc không kết quả, có thể dùng phương pháp cà da mặt.

### **Dùng sữa bò tươi trị sẹo mụn trứng cá?**

*"Năm nay tôi 25 tuổi, trước đây có nhiều mụn trứng cá. Hiện nay mụn đã giảm nhưng để lại nhiều sẹo lõm, khiến da khô và sần. Tôi có thể dùng sữa bò tươi để bôi lên da mặt vào mỗi buổi sáng được không? Khi làm như vậy có cải thiện được gì không và tôi có phải kiêng nắng không?"*

Rất tiếc là tôi chưa đọc được tài liệu nào nói về việc dùng sữa bò tươi cho da mặt bị sẹo và khô do mụn. Tuy nhiên, sữa bò có thể làm da đỡ khô (nhờ chất béo trong sữa). Ngoài ra, các chất đạm, vitamin, kháng thể có trong sữa có thể cũng giúp nuôi dưỡng trực tiếp da và làm giảm nhiễm trùng da do mụn. Tuy nhiên, cô chỉ nên dùng sữa ở con bò hoàn toàn khỏe mạnh và sữa mới được lấy từ bò ra. Tránh dùng sữa để lâu (vì nó có thể chứa vi trùng gây bệnh) và chỉ nên bôi sữa lên da mặt ngày vài lần, sau đó nên rửa sạch. Nếu kết quả tốt, cô cứ tiếp tục, nếu xấu đi thì ngừng, chắc không có gì hại.

### **Điều trị sẹo mụn ở mặt**

*"Trước đây, tôi có rất nhiều mụn hai bên má. Sau khi lập gia đình và sinh cháu bé vài năm thì hoàn toàn hết hẳn mụn, nhưng da mặt hiện còn rất nhiều sẹo mụn nhỏ. Nếu làm mất các sẹo mụn này thì hay biết mấy! Xin bác sĩ cho biết có cách nào làm hết sẹo mụn không?"*

Trường hợp này có thể dùng phương pháp lột da mặt trước để lấy bớt các tổ chức da dày, xấu chung quanh nơi sẹo mụn, làm cho da mỏng lại và mềm hơn. Sau đó vài tuần, tiến hành cà da mặt, cà da độ vài lần, mỗi lần cách nhau độ vài tháng. Sau khi cà da, nếu còn một vài chỗ sẹo mụn sâu quá, có thể cắt bỏ sẹo và ghép da. Nói chung việc điều trị tốn nhiều thời gian và khá phức tạp. Trong suốt thời gian điều trị, cô cần tránh nắng.



**Thuật cà sẹo**

*"Tôi năm nay 24 tuổi, có sẹo khá lớn ở trán do bị ngã hồi còn nhỏ. Có thể cà cho sẹo này bằng lại được không?"*

Kỹ thuật cà sẹo thường dùng cho các sẹo nhỏ nhưng bị lồi lên cao hơn da mặt. Sẹo của bạn khá lớn, nhưng bạn không cho biết cụ thể kích thước cỡ nào nên khó quyết định nên cà hay làm đẹp bằng kỹ thuật khác như cắt bỏ sẹo, ghép da hoặc chuyển vạt da.

**Nổi nhiều mụn do tuổi già**

*"Năm nay tôi 74 tuổi, người vẫn khỏe, nhưng da mặt nổi nhiều vết đen, gồ cao lên, khi rửa mặt tôi thấy rất khó chịu. Đó là bệnh gì và cách điều trị như thế nào?"*

Da mặt ông bị các bệnh tích lão hóa, có thể điều trị bằng cách cắt đốt điện các chỗ da gồ cao lên cho bằng phẳng lại.

**Điều trị sẹo mặt do thủy đậu**

*"Con gái tôi năm nay 16 tuổi, trước đây một năm cháu bị nổi thủy đậu trên mặt. Có hai nốt thủy đậu bị nhiễm trùng thành sẹo khá sâu. Phải làm sao để xóa sẹo này? Nên cà sẹo hay mổ cắt sẹo rồi may lại?"*

Sẹo nốt thủy đậu bị nhiễm trùng thường hình tròn và khá sâu. Do đó, khó cà cho sẹo bằng da chung quanh mà không làm tổn thương nhiều đến da chung quanh. Cách điều trị tốt nhất là mổ cắt bỏ sẹo rồi may lại, hoặc ghép da vào chỗ sẹo tròn đã cắt bỏ, giống như sẹo mụn sâu vậy.

**Điều trị sẹo lồi do xô lỗ tai**

*"Con gái tôi năm nay 11 tuổi. Để cho cháu có thể đeo hoa tai như các bé khác, tôi có nhờ người xô lỗ tai cho cháu cách đây độ 1 năm. Sau đó, nơi xô lỗ tai bị sẹo lồi ngày càng lớn. Tôi đã nhờ người phẫu thuật hai lần rồi nhưng nơi mổ vẫn bị sẹo lồi. Có cách gì trị dứt sẹo lồi không?"*

Có một số người thuộc cơ địa sẹo lồi, khi bị chấn thương rách da, nơi rách sẽ thành sẹo lồi rất xấu. Ngoài ra, có một số người khác không thuộc tạng sẹo lồi nhưng khi vết thương hoặc vết mổ không được phẫu thuật tốt, bị sang chấn nhiều hay bị nhiễm trùng mổ cũng bị sẹo lồi. Để điều trị sẹo lồi, cần phẫu thuật cắt bỏ chỗ lồi, may lại kỹ và theo dõi. Phải tiêm thuốc chống sẹo nếu sẹo bắt đầu lồi lên trở lại.

**Điều trị sẹo mới ở mặt**

*"Cách đây hai tuần, tôi bị tai nạn giao thông, mặt bị nhiều vết rách, đã được may lại và cắt chỉ. Nhưng sẹo to quá, gần đây nơi môi trên của tôi sẹo có vẻ lồi lên. Phải điều trị như thế nào?"*

Trường hợp này sẹo còn đang tiến triển, chưa biết nó sẽ lồi tiếp hay giảm bớt. Nên chờ một thời gian nữa, có thể một hai tháng, để sẹo hoàn toàn ổn định. Việc điều trị khi đó sẽ có kết quả tốt hơn.

Có hai cách điều trị về sau: Phẫu thuật cho sẹo nhỏ lại hoặc cà các sẹo lồi cho bằng lại. Tùy vị trí, có thể dùng cách này hay cách khác, có khi phải kết hợp cả hai như cắt may lại các sẹo xấu ở mặt và cà ở môi trên.

**Sẹo do bị rạch mặt**

*"Cách đây một tháng, do một chuyện hiểu lầm với hàng xóm, tôi bị rạch mặt một đường dài từ tai xuống đến cằm. Vết thương gây chảy máu nhiều quá nên tôi phải vào cấp cứu ở một trạm y tế gần nhà. Lúc đó, bác sĩ đã cầm máu và may lại vết thương cho tôi. Sau khi may, vết thương xấu quá, bề rộng gần 1 cm và nhiều chỗ may bị lệch, da bị chùng nhiều. Tôi cố gắng chờ cho lành và người khỏe một chút. Đến nay, sẹo đã khá lành, mỗi ngày soi gương, nhìn thấy sẹo mặt là tôi muốn chết cho rồi. Tôi khổ tâm quá. Nếu không trị hết sẹo này chắc có ngày tôi tự tử vì bị mặc cảm quá lớn. Xin bác sĩ hãy giúp tôi"*

Rất tiếc là do một chuyện hiểu lầm mà bạn bị tai nạn này. Chuyện đã xảy ra cũng hơi khó giải quyết vì hai lý do:

Thứ nhất, sẹo mới được một tháng, các tổ chức chung quanh sẹo còn viêm, nếu phẫu thuật thì kết quả sẽ không đẹp bằng sẹo đã ổn định (thường 6 tháng sau).

Thứ hai, phẫu thuật thẩm mỹ không làm mất sẹo được (giống như gương vỡ không bao giờ lành), chỉ làm cho sẹo nhỏ lại và khó thấy sau một thời gian. Dù sao, nếu sẹo kéo lệch nhiều và xấu như vậy thì cũng nên mổ lại. Tuy nhiên, phải chấp nhận là sau mổ, chắc chắn bạn sẽ chưa đẹp ngay và dù phẫu thuật khéo léo đến thế nào đi nữa, nếu nhìn kỹ cũng thấy được sẹo.

Vấn đề quan trọng là ổn định tâm lý, chuyện không may đã xảy ra rồi, mình phải chấp nhận và cố gắng sống vui với những gì còn lại. Ở cuộc đời, ngoài sắc đẹp ra còn rất nhiều thứ khác cũng quan trọng như tình yêu nam nữ, tình thương yêu với người thân và việc phấn đấu để đạt được một nguyện vọng, ước mơ hay lý tưởng gì đó. Do đó, bạn không nên tìm đến cái chết để mong giải quyết những buồn phiền, những bất hạnh trong cuộc đời. Trái lại, cần phải cố gắng sống tốt đẹp, đầy đủ hơn, thành công hơn để mọi người nhìn vào mình với sự thương yêu, quý mến và kính trọng.

## Thiếu da ghép sẹo mặt

"Cháu năm nay 17 tuổi, cách đây 10 ngày cháu ngã xe máy, bị mất một khoảng da độ 2 cm<sup>2</sup> ở gò má bên trái. Khi vào cấp cứu ở bệnh viện, bác sĩ cho biết không may lại được vì thiếu da và khi may có thể bị kéo lệch mắt. Vậy cháu phải làm sao? Xin bác sĩ cho biết ý kiến, cháu lo quá vì đi đâu cũng phải băng mặt lại hoài, rất bất tiện".

Đối với trường hợp của cháu, cách tốt nhất là mổ ghép da rời, có thể ghép da dày hoặc mỏng cũng được. Da tốt nhất để ghép vào mặt là da phía sau tai, hoặc da vùng trên xương đòn gánh. Các nơi này da ít lông và có cấu trúc tương đối giống da mặt. Da ở đùi ghép cũng được nhưng có thể có màu khác với da mặt.

Khuynh hướng chung của các sẹo vùng mặt là ngày càng thu hẹp lại. Nếu cháu ngại phẫu thuật, ngại ghép da thì cứ để vậy, dần dần sẹo cũng nhỏ bớt, không có gì phải lo lắng quá.

## Điều trị sẹo bỏng lớn ở đầu và cổ

"Con tôi năm nay 16 tuổi. Cách đây 6 tháng, không may cháu bị bỏng do lò ga du lịch nổ, bị sẹo nhiều ở một bên mặt và cổ. Cháu đã được bệnh viện cấp cứu ổn định, và đã ghép da phần bị bỏng. Mặc dù vậy, sẹo cũng còn rất lớn. Cháu rất buồn và mệt cảm với các bạn vì vết sẹo này. Có cách gì làm hết sẹo được không?"

Sẹo do chấn thương hay do bỏng rất khó là mất hoàn toàn được. Bệnh viện cũng đã cố gắng điều trị cho cháu qua nguy hiểm và lành vết bỏng. Cháu cũng đã được ghép da, nhưng chắc là chưa được đẹp hoàn toàn. Có thể cháu phải phẫu thuật tiếp một vài lần nữa. Ông nên kiên nhẫn đưa cháu đi tái khám lại tại khoa điều trị bỏng lúc trước, nhờ giải quyết tiếp; hoặc đến một cơ sở giải phẫu thẩm mỹ nào đó để hỏi ý kiến cụ thể xem sao.

## Điều trị nhiều sẹo cổ

"Trước đây 3 năm, tôi bị lao hạch, cổ có nhiều hạch làm biến dạng, rất xấu. Tôi đã điều trị lao hạch ổn định. Sau đó, bác sĩ có phẫu thuật lấy hạch cho tôi. Nay cổ đã bằng phẳng lại, nhưng sau phẫu thuật, cổ có nhiều sẹo rải rác nhiều nơi, làm tôi rất ngại khi mặc áo không cổ. Làm thế nào để xóa hết sẹo này?"

Có thể phẫu thuật chỉnh hình lại cho sẹo nằm theo các đường nhăn của da cổ. Sau một thời gian, sẹo mờ sẽ khó thấy hơn. Ngoài ra, còn một cách điều trị khác là nếu sẹo không lớn lắm và gồ ghề, có thể cạo cho sẹo nhỏ, bằng lại như da cổ, cũng khó thấy. Phải xem cụ thể trường hợp mới quyết định được.

**Điều trị sẹo lồi ở mặt do hóa chất**

*"Tôi làm việc ở một xí nghiệp về hóa chất. Cách nay một năm, vì rủi ro khi làm việc, tôi bị bỏng ở mặt do chất axit. Nơi bỏng thành sẹo lồi co kéo, rất xấu. Có thể điều trị được không? Có cần nhiều thời gian lắm không?"*

Đặc điểm của bỏng do chất axit là gây hoại tử đặc, có nghĩa là bệnh tích bị chảy nám lại thành khối mô cứng và mô bên dưới thành sẹo, ngày càng co kéo, làm biến dạng các tổ chức lân cận. Bạn đã bị bỏng một năm rồi, giai đoạn hoại tử đã qua, hiện giờ có tình trạng sẹo lồi, co kéo. Tùy từng trường hợp, có thể phẫu thuật cắt bỏ mô sẹo và phủ tổ chức cắt bỏ bằng vật da bên cạnh, hoặc ghép da rời. Tùy theo sẹo nhiều hay ít, bạn có thể phẫu thuật một hoặc nhiều lần, mỗi lần cách nhau khoảng 1 đến 2 tháng. Thời gian này cần thiết để các mạch máu nuôi dưỡng tổ chức thay thế mô sẹo được phát triển tốt, bảo đảm mảnh mô ghép hoặc chuyển đến không bị hoại tử về sau.

**Làm mất hoàn toàn sẹo trán**

*"Tôi năm nay 27 tuổi, do trước đây bị tai nạn giao thông nên có sẹo nhỏ nơi trán. Tôi đã giải phẫu thẩm mỹ một lần, sẹo có nhỏ bớt. Nhưng mỗi lần soi gương, nhìn kỹ vẫn thấy nó, tôi rất buồn. Có cách nào làm mất hoàn toàn sẹo này được không?"*

Giải phẫu thẩm mỹ chỉ làm cho sẹo nhỏ bớt và tìm cách dấu nó vào một nơi khó thấy chứ không làm mất sẹo được. Trường hợp của bạn, không biết tình trạng sẹo có xấu lắm không, nếu không thì bạn đừng nên giải phẫu nữa, để từ từ sẹo cũng sẽ mờ.

**Sẹo vùng cổ do dùng thuốc gia truyền**

*"Trước đây vài năm, vì hay bị đờm nhiều trong cổ, tôi đi khám ở một nơi được giới thiệu là chuyên trị bứu cổ bằng thuốc dân tộc. Tại đây, tôi được cho một loại thuốc gia truyền gì đó để đắp lên cổ. Sau khi đắp thuốc, da cổ tôi nóng rất nhiều, về sau nổi đờ, lồi lên thành sẹo rất xấu. Tôi rất hối hận về việc này và đi điều trị nhiều nơi, nhưng vẫn không hết sẹo ở cổ. Bác sĩ điều trị đã tiêm thuốc vào sẹo 3 lần, nhưng sẹo cũng không hết được. Tôi phải làm gì để khắc phục tình trạng này?"*

Thuốc dân tộc khi đắp vào da cổ nếu gây sẹo lồi như vậy thì có khả năng là trong thuốc có chứa chất axit (có thể axit lactic ở trái cây hay hóa chất). Bệnh tích này cũng giống như sẹo do bỏng hóa chất, cần phải cắt bỏ sẹo và chỉnh hình da lại. May mắn cho bà là chỗ sẹo lồi không nhiều lắm, da cổ lại đàn hồi tốt. Một số trường hợp sẹo rộng hơn, có thể gây co rút vùng cổ, điều trị rất phức tạp.

**Điều trị thẩm mỹ áp xe vùng mặt**

"Tôi năm nay 34 tuổi, cách đây 4 tháng, má trái tự nhiên bị sưng và mưng mủ. Tôi đã uống thuốc kháng sinh và bôi thuốc độ 1 tháng thì hết sưng, nhưng vùng da vẫn còn tấy đỏ và chảy nước hoai. Tôi đã điều trị liên tục đến nay nhưng chỗ loét vẫn không lành, khiến khi ra đường lúc nào cũng phải băng lại một bên mặt, rất khó chịu. Tôi phải làm gì?".

Nhiễm trùng da vùng mặt đơn thuần ít khi kéo dài như vậy. Chị đã điều trị 4 tháng rồi, có lẽ áp xe đã ổn định, nhưng phần da mặt phía ngoài túi áp xe bị viêm, dị ứng với các loại thuốc bôi da.

Cần phải khám kỹ mới xác định được nguyên nhân và có cách điều trị cụ thể. Tuy nhiên, chị nên thử máu xem cơ thể có bị bệnh gì toàn thân kết hợp, gây chậm lành sẹo và nhiễm trùng kéo dài (như tiểu đường, suy giảm miễn dịch) không. Một số u nang bẩm sinh ở mặt có thể cũng có triệu chứng giống như vậy.

Dù sao, bệnh kéo dài đã lâu, chị nên điều trị triệt để sớm, nhằm tránh gây sẹo xấu cho da mặt.

**Điều trị sẹo ở chân**

"Cách đây hai năm, tôi bị ngã xe, bị sẹo ở bắp chuối chân trái (độ 4 x 5 cm). Sẹo này không bị lồi nhưng làm cho da mất màu, thành một vệt lớn màu trắng. Tôi có bôi nhiều loại thuốc nhưng da không trở lại bình thường được. Tôi rất buồn và mặc cảm khi phải mặc váy ngắn. Có cách nào làm cho chỗ đó nhỏ lại hoặc cùng màu với da được không bác sĩ?".

Tổ chức trắng ở chân của cô là mô sẹo do chấn thương. May mắn là sẹo không bị lồi. Muốn cho da vùng này trở lại màu như trước thì phải cắt bỏ hết tổ chức sẹo đi và ghép da mới vào. Hiện nay y học chưa có cách gì làm mất sẹo ngoài cách ghép da hoặc chuyển vật da từ nơi khác đến.

**Điều trị sẹo ở chân do bị bỏng**

"Thưa bác sĩ, tôi năm nay 34 tuổi, trước đây một năm bị ngã xe, phần da ở phía sau chân chạm vào bộ xe máy nóng gây bỏng. Sẹo bỏng rất xấu, to khoảng 2 x 5 cm, lồi lên, màu đen sậm. Tôi đã bôi rất nhiều thuốc chống sẹo nhưng không có kết quả gì hết. Như vậy có cần phẫu thuật không?".

Sẹo da chân cô to quá và lại bị lồi nhiều. Cách điều trị tốt nhất bây giờ là phẫu thuật cắt bỏ sẹo và có thể phải ghép da rời nơi mỡ cho đỡ bị căng khi may lại. Sau mổ phải tiếp tục theo dõi, nếu quanh nơi ghép da sẹo lồi tái phát, phải tiêm thuốc chống sẹo.

## Điều trị sẹo bỏng ở bàn tay

*"Em tôi năm nay 16 tuổi, trước đây 6 tháng bị bỏng nặng ở bàn tay phải. Nay nơi bỏng đã lành rồi, nhưng sẹo co rút rất nhiều làm các ngón tay không cử động được. Có cách gì điều trị cho bàn tay hết sẹo và có thể cử động bình thường không?"*

Trường hợp này phải phẫu thuật cắt bỏ hết tổ chức sẹo rút, tạo hình lại các gân cơ duỗi ngón tay, ghép da.... Phẫu thuật khá phức tạp. Chị nên đưa em đi khám ở Trung tâm Chấn thương Chỉnh hình TP Hồ Chí Minh để được hướng dẫn cụ thể.

## Xóa các vết sẹo nhỏ ở bàn tay

*"Tôi năm nay 43 tuổi, 3 tháng trước, khi đi dã ngoại, tôi bị kiến cắn nhiều chỗ ở da lưng bàn tay, vết cắn nhỏ nhưng rất ngứa, làm tôi phải gãi thường xuyên, gây trầy nhẹ ở da. Chỗ trầy đó tưởng không có gì đáng kể, không ngờ rất lâu lành và về sau lại gây nhiều sẹo nhỏ gồ lên ở lưng bàn tay, rất xấu. Da vùng sẹo cũng bị mất màu. Tôi phải làm sao đây?"*

Các vết cắn của kiến hoặc côn trùng có thể gây viêm do nhiễm trùng và dị ứng. Do đó, cần điều trị ngay bằng các thuốc kháng sinh, kháng viêm, chống dị ứng. Một số trường hợp nặng cần điều trị tích cực chống sốc do phản ứng quá mạnh của cơ thể (như bị ong đốt). Trường hợp của bà bị phản ứng nhẹ và viêm kéo dài, gây sẹo lồi và mất sắc tố da. Cách điều trị hiện tại giống như điều trị sẹo lồi, tức là cắt bỏ sẹo và may thẩm mỹ lại.

## Điều trị sẹo ở ngón tay

*"Trước đây một tháng, cháu bị ngã, rách da ở lưng ngón tay, nơi rách có vài hạt cát rơi vào. Bây giờ vết thương đã lành, nhưng sẹo lồi rất xấu và có mấy chấm đen. Có cần phải mổ thẩm mỹ lại không?"*

Rất tiếc là lúc bị rách da, ngón tay cháu không được phẫu thuật cắt lọc và làm sạch vết thương đúng mức (tức là lấy sạch bụi cát hay đất trong vết thương). Bây giờ sẹo lành rồi và đang tiến triển, chưa nên phẫu thuật lại. Phải chờ từ 3 đến 6 tháng sau, khi sẹo ổn định hẳn; nếu xấu quá thì phẫu thuật lại, cắt bỏ sẹo, lấy luôn các hạt bụi, cát, may lại, sẹo sẽ đẹp hơn. Trường hợp sẹo không xấu lắm, không mổ cũng được vì việc phẫu thuật ở các nơi da bị căng như mặt lưng khớp ngón tay, đầu gối, khuỷu tay rất dễ gây sẹo lồi.

## Xóa sẹo bằng laser

*"Tôi năm nay 30 tuổi, vừa đi dùng laser để xóa sẹo ở mặt. Diện tích mỗi vết xóa chừng 0,5 cm<sup>2</sup> (có 5 vết xóa). Đến nay đã hơn 3 tuần rồi, tuy da đã lành lại bình thường nhưng vết xóa vẫn có màu đỏ hồng. Lúc mới xóa sẹo xong, bác sĩ có đưa một loại thuốc bôi màu trắng như kem. Họ nói bôi để tiết dịch, tôi*



*dùng 4 ngày rồi ngừng vì vết thương đã khô. Tôi kiêng nắng kỹ. Mong bác sĩ cho vài lời khuyên".*

Xóa sẹo bằng laser là dùng tia laser để đốt những phần gồ cao hoặc xấu của sẹo. Sau khi đốt, nơi lành sẽ có màu hồng một thời gian, có khi đến vài tháng mới hết. Trong thời gian sẹo lành, cần tránh nắng. Cô tránh không đi ngoài nắng là tốt rồi, nhưng nên chú ý thêm ánh nắng phản chiếu vào da mặt khi gặp mặt đường, bãi cát hay các vật phản chiếu khác. Ngoài ra, cô cũng cần tránh các thức ăn có thể gây sẹo lồi hoặc dị ứng như rau muống, cá biển...

### **Điều trị sẹo lồi ở vết mổ**

*"Tôi đã sinh mổ cách đây ba tháng. Bác sĩ may lại nơi mổ rất khéo, lúc vừa mới cắt chỉ sẹo nhỏ, rất đẹp. Nhưng gần đây sẹo lồi lên dù tôi vẫn thoa thuốc chống sẹo lồi và kiêng ăn rất kỹ. Liệu có phải mổ lại cho sẹo đẹp hơn không?"*

Sẹo của cô mới được ba tháng, có thể còn thay đổi, phải chờ thêm sáu tháng mới nên can thiệp. Có hai trường hợp có thể xảy ra:

- Sẹo chỉ quá phát đơn thuần: Việc mổ chỉnh sẹo cho kết quả tốt.

- Sẹo lồi: Thường do cơ địa sẹo lồi hoặc ảnh hưởng di truyền, điều trị khó hơn. Sau khi phẫu thuật, tỷ lệ tái phát cao. Loại sẹo này thường xuất hiện ở một số nơi đặc biệt của cơ thể như vùng vai, trước ngực, trên rốn hay sau tay. Có thể điều trị bằng cách tiêm chất cortisone hay xạ trị.

### **Thời gian cắt chỉ vết thương ở mặt**

*"Tôi bị ngã, mặt đập vào cạnh sắc của nền nhà, vết thương khá sâu, được trạm y tế cầm máu và khâu lại. Sau 7 ngày cắt chỉ, vết thương hở ra và gây sẹo rất xấu. Đối với vết thương ở mặt, mấy ngày thì cắt chỉ được? Có phải do cắt chỉ sớm quá mà vết thương tôi không được đẹp không?"*

Thời gian 7 ngày là đủ để cắt chỉ các vết mổ ở mặt. Vùng mặt có nhiều mạch máu nuôi hơn nơi khác nên vết thương mau lành hơn. Để tránh sẹo nơi các đường chỉ may da, người ta có thể cắt chỉ sớm hơn, khoảng trên 4 ngày là được. Tuy nhiên ở nơi mổ bị kéo căng quá, hoặc bệnh nhân lớn tuổi, đang suy yếu hay dinh dưỡng kém, có thể phải hơn 7 ngày, hoặc đôi khi 10 ngày mới cắt chỉ được.

Trường hợp của cô, có thể vết thương bị bầm dập nhiều khi ngã nên sẹo xấu thôi chứ không phải do cắt chỉ sớm.

### **Cà da trên mảnh da được ghép**

*"Cách đây 5 năm cháu bị thương, mất chất ở da mặt, đã được ghép da. Nơi ghép lành tương đối tốt, cùng màu với da mặt nhưng bờ hơi gồ ghề. Cháu*

*muốn cà cho phần da này bằng phẳng lại được không? Có sợ khi cà, mảnh da ghép bị tróc ra không?".*

Cô đã ghép da được 5 năm, mảnh da ghép đã lành và được nuôi dưỡng tốt. Nay muốn cà cho bờ mảnh ghép bằng phẳng hơn cũng được, tuy nhiên thủ thuật phải hết sức nhẹ nhàng, chỉ cà nhẹ biểu bì (lớp ngoài cùng của da) thôi. Tránh gây sang chấn, có thể ảnh hưởng đến hệ thống máu nuôi mảnh da ghép, làm sẹo xấu đi.



## Xóa nốt ruồi, vết xăm

### Điều trị nốt ruồi ở đuôi mắt

*"Tôi có một nốt ruồi đường kính 0,5 cm ở phía dưới đuôi mắt. Không biết có phải là do nốt ruồi này không mà tôi gặp rất nhiều chuyện buồn về tình cảm. Tôi muốn phá nó được không? Có sợ chuyển thành ung thư không? Sau khi phá, mặt có sẹo xấu lắm không?"*

Nốt ruồi ở dưới đuôi mắt là nốt ruồi được nhiều người yêu cầu xóa đi nhất. Có thể nơi đó gần mắt, gần nơi nước mắt chảy xuống mà người ta nghĩ nốt ruồi này sẽ khiến họ gặp nhiều chuyện buồn. Không chỉ ở phái nữ mà nhiều người phái nam, lớn tuổi cũng muốn xóa nốt ruồi ở vị trí này sau một vài chuyện không may về tình cảm. Ngược lại, đối với các nốt ruồi ở vị trí khác (quanh miệng, dưới cằm) thì ít người muốn xóa.

Nốt ruồi ở mặt hay ở bất cứ chỗ nào khác trên cơ thể đều có thể xóa được bằng nhiều cách: đốt bằng điện, bằng tia laser, hay mổ cắt bỏ giống như mổ một khối u thông thường. Một số nốt ruồi nhỏ có thể được hủy bỏ bằng cách dùng hóa chất châm lên nhiều lần. Nhưng dù làm bất cứ cách nào, xóa nốt ruồi cũng là một thủ thuật ngoại khoa, tức là người thực hiện phải có kiến thức về y khoa và phẫu thuật. Họ phải hiểu rõ nguyên tắc vô trùng, thực hiện trong điều kiện vô trùng tuyệt đối để tránh làm mủ, sẹo xấu nơi xóa. Họ phải biết nên cắt bỏ phần nào, nơi nào phải thận trọng khi cắt, biết cách phân biệt nốt ruồi bình thường với ung thư tế bào đáy ở da như thế nào; sau khi cắt có nên thử giải phẫu bệnh xem phải là ung thư da không, khi ung thư phải điều trị ra sao...

Nói thì nghe dài dòng như vậy, nhưng cách thực hiện thì đơn giản thôi: Bạn đến một cơ sở phẫu thuật thẩm mỹ có uy tín, và một lúc sau có thể ra về với nốt ruồi biến mất hoàn toàn.

Việc nốt ruồi quá to hoặc cơ thể bạn đang bị một bệnh gì đó có thể gây trở ngại cho phẫu thuật hoặc ảnh hưởng đến việc lành sẹo về sau. Bạn nên làm một số xét nghiệm và điều trị cho cơ thể hoàn toàn khỏe mạnh trước khi xóa nốt ruồi.

Việc xóa nốt ruồi không gây ung thư nếu thực hiện đúng kỹ thuật. Sau khi xóa, sẹo rất nhỏ và một số trường hợp hầu như không thấy. Nốt ruồi của bạn xóa được, không sợ sẹo xấu và không ảnh hưởng gì đến sức khỏe về sau.

### Nốt ruồi ở mi mắt

"Từ lâu, mi mắt dưới của tôi có một nốt ruồi nhỏ, màu đen, sát lông mi. Cách đây vài tháng, tự nhiên nốt ruồi lớn lên nhanh thành một khối đen, rộng khoảng 1 cm, làm mi mắt rất khó chịu. Tôi năm nay 50 tuổi, huyết áp cao và hở van tim; có nên mổ cắt nốt ruồi này không?"

Đa số nốt ruồi các khối u ở mi mắt là u lành (chiếm 75%). Tuy nhiên, cũng có một số trường hợp chuyển sang ung thư da (loại ung thư tế bào đen). Loại ung thư này thường ở da vùng má và lan rộng lên mi mắt. Khối u đột nhiên lớn nhanh lên trong một thời gian ngắn, có thể chuyển sang ung thư. Cần phải phẫu thuật cắt rộng quanh u, gửi bệnh phẩm đi xét nghiệm để chẩn đoán và xác định điều trị tiếp nếu cần.

Trường hợp bệnh nhân bị huyết áp cao và hở van tim, nên điều trị tích cực cho huyết áp ổn định; khi phẫu thuật, cần thực hiện vô trùng tuyệt đối, tránh dùng thuốc ảnh hưởng đến tim; dùng kháng sinh trước, trong và sau khi mổ để phòng viêm nội tâm mạc. Với sự chuẩn bị kỹ như vậy thì chắc không có gì nguy hiểm khi mổ đâu.

### Nốt ruồi dễ bị chảy máu ở da mặt

*"Thưa bác sĩ, tôi năm nay 60 tuổi; từ hai tháng nay ở má phải tự nhiên nổi lên nốt ruồi, không đen lắm, rất dễ chảy máu khi chạm đến. Nốt ruồi này lớn khá nhanh so với các nốt ruồi khác ở mặt. Như vậy có gì nguy hiểm không và cách điều trị như thế nào?"*

Trường hợp bệnh u da mặt của ông có thể không phải nốt ruồi bình thường mà là một dạng bướu ngoài da, có nhiều khả năng là u lành tính (thường được gọi là u nhú hay bướu gai). U lớn nhanh, ông nên điều trị sớm. Cách điều trị là cắt bỏ u bằng dao mổ thường hay dao điện. Phẫu thuật rất đơn giản, khối u cắt ra nên gửi thử giải phẫu bệnh để loại trừ trường hợp bệnh ung thư da, cần phải theo dõi và điều trị tiếp sau khi mổ.

### Điều trị các nốt đen trên mặt

*"Tôi năm nay 32 tuổi, trên mặt gần đây có nhiều nốt ruồi đen quá, vậy có gì nguy hiểm không? Phải điều trị như thế nào, xin bác sĩ vui lòng cho biết?"*

Các nốt ruồi đen trên mặt ở tuổi bạn khá nhiều, không biết có phải là do bạn làm việc nhiều ngoài nắng hay làm trong các cơ sở công nghiệp, tiếp xúc nhiều với tia tử ngoại (có trong ánh nắng mặt trời và một số máy móc công nghiệp). Nốt đen trên mặt không chỉ làm cho mặt bị xấu đi mà còn có thể chuyển biến thành ung thư da về sau. Do đó, nên giải quyết xóa các nốt đen này bằng đốt điện hay phẫu thuật. Sau khi phẫu thuật, có thể lấy tổ chức đen này thử giải phẫu bệnh để phát hiện và điều trị sớm bệnh ung thư da.

Càng ngày, nguy cơ bệnh ung thư da càng lớn, có thể do công việc tiếp xúc nhiều với ánh nắng và do hóa chất công nghiệp thải ra trong không khí, khiến khả năng ngăn chặn tia tử ngoại của tầng ozon kém hơn lúc trước. Do đó, cần hạn chế tiếp xúc thường xuyên với ánh nắng mặt trời.

### **Phẫu thuật xóa vết xăm ở chân mày**

*"Thưa bác sĩ, cách đây hai năm tôi có xăm chân mày hai bên ở một thẩm mỹ viện. Vết xăm khá lớn khiến lông mày rậm, trông rất dữ, tôi cố gắng xóa nhiều lần nhưng không đạt kết quả, lại sinh nhiều sẹo. Có cách gì làm cho vết xăm nhỏ bớt được không?"*

Trường hợp của bà cần phải xem cụ thể mới quyết định được. Tuy nhiên, nếu bà đã cố gắng xóa nhiều lần và nơi chân mày có nhiều sẹo thì nên giải phẫu cắt bớt phần xăm cho nhỏ lại, đồng thời giải quyết sẹo nơi chân mày luôn.

### **Xóa vết xăm lem ở mi dưới**

*"Trước đây 3 tháng, tôi có đi xăm mi mắt ở một thẩm mỹ viện. Có lẽ có kỹ thuật viên chưa quen việc lắm nên sau khi xăm xong, tôi thấy vết mực ở mắt lan rộng xuống phía dưới đến gần 1 cm. Có kỹ thuật viên cho biết đây chỉ là vết mực bị lem ra thôi, từ từ sẽ hết, nhưng đến nay vết lem vẫn còn. Như vậy phải làm sao bác sĩ?"*

Trường hợp của cô, có lẽ phải cắt bỏ phần da bị xăm lem và may lại, như cắt mi dưới vậy. Có một cách khác nữa để xóa vết xăm là cà da, nhưng không áp dụng được trong trường hợp này vì phần lem gần mi mắt quá, sợ khi cà da sẽ ảnh hưởng dưới mắt.

### **Xóa vết xăm bằng bàn là?**

*"Trước đây, nghe theo lời bạn bè, tôi có nhờ người xăm một hình vào mình. Sau đó tôi rất hối hận, muốn tìm cách bỏ vết xăm nhưng chưa làm được. Tôi đã dùng xà phòng chà rất mạnh, rất nhiều lần nhưng không hết. Có lần tôi đã dùng bàn là nhưng nóng quá, không chịu nổi. Nơi da đốt bị bỏng, sẹo rất xấu, nhưng vết xăm vẫn còn. Vậy có cách nào xóa được vết xăm này không bác sĩ?"*

Có thể xóa vết xăm bằng nhiều cách, tùy theo độ lớn và độ sâu khi xăm. Đối với vết xăm nhỏ, phẫu thuật cắt bỏ là đơn giản nhất. Đối với vết xăm lớn, phải đốt điện, đốt bằng laser hoặc cà da.

Phương pháp cà da không để lại sẹo, nhưng với những vết xăm bằng tay khá sâu, phải cà nhiều lần mới hết hẳn được.

**Xóa vết xăm còn mới**

*"Cháu nhờ bạn xăm hình vào ngực cách đây 2 ngày. Nay gia đình rầy la dữ quá, cháu muốn xóa đi ngay được không bác sĩ?"*

Vết xăm của cháu xóa được, nhưng phải chờ một thời gian cho nơi xăm ổn định, thường là 2 đến 3 tháng sau. Bây giờ vết xăm còn mới, nếu xóa sẽ dễ bị sưng, đau và dễ cho sẹo xấu.

**Xóa bớt đen trên mặt**

*"Con gái tôi năm nay 14 tuổi, gương mặt khá đẹp nhưng rất tiếc là có một bớt đen nhỏ khoảng 1 cm x 3 cm ở mép, trông như dính nhọ nôi vậy. Cháu đi học bị bạn chọc là ăn vụng bị dính lọ, rất xấu hổ. Có cách nào xóa bớt đen này được không bác sĩ? Sau khi xóa có để lại nhiều sẹo lồi không?"*

Bớt đen trên mặt là một dị tật bẩm sinh, thường có ở một số người. Bớt này nếu không điều trị sẽ tồn tại mãi đến suốt đời. Tùy theo kích thước của bớt đen mà có nhiều cách điều trị khác nhau.

- Đối với bớt đen nhỏ, có thể cắt bỏ hoàn toàn rồi may da lại. Đây là cách điều trị đơn giản nhất.

- Với các bớt đen tương đối lớn (bề rộng trên 2 cm), có thể mổ làm hai lần, lần đầu cắt bớt một phần; sau 6 tháng đến một năm, phẫu thuật lần thứ hai để lấy hết phần còn lại. Sở dĩ phải mổ hai lần vì bớt đen lớn quá, nếu bóc tách rộng thì không đủ da mặt để che kín phần vừa lấy đi. Việc cố gắng may ghép lại sẽ làm kéo lệch mắt, môi hoặc mũi gần đó. Hơn nữa, nơi mổ bị kéo căng, thiếu máu nuôi, khó lành và cho sẹo xấu. Thời gian chờ đợi rất cần thiết cho da và mạch máu nuôi phát triển.

Còn một cách khác là phẫu thuật một lần lấy trọn bớt đen, lấy da rời ở nơi khác ghép vào nơi mổ.

- Với các bớt đen chiếm một phần hay nửa mặt, việc điều trị phức tạp hơn. Phải dùng vật da bên cạnh hoặc ở xa chuyển đến, thay thế phần bớt đen được lấy đi. Phải phẫu thuật hiện nhiều lần mới giải quyết được hết bớt đen và tạo lại khuôn mặt bình thường.

Trường hợp cụ thể của con bà, do bớt đen không rộng lắm nên có thể cắt bỏ rồi may lại một lần. Sẽ không bị sẹo nhiều lắm đâu, chỉ là một đường nhỏ như chỉ tay thôi.

**Bớt đỏ vùng má và cổ trái**

*"Em năm nay 21 tuổi, có một bớt đỏ lớn ở má và cổ bên trái. Xin hỏi ở Việt Nam hiện có thể chữa hết hoàn toàn cái bớt này không? Sau khi chữa, em có bị biến chứng gì không?"*

Cái bớt đỏ, theo như em nói, là một loại u máu phẳng. Cần phải xem kỹ mới xác định được chắc chắn là bệnh gì và có cách điều trị thích hợp. Tuy nhiên, xét một cách tổng quát, có hai cách điều trị loại dị dạng da bẩm sinh này.

- Cắt bỏ toàn bộ bớt và ghép da rời.
- Mổ chuyển vạt da bên cạnh phủ lên, sau khi cắt bỏ bớt đỏ.

Nói chung, cách điều trị khá phức tạp và có khi phải phẫu thuật nhiều lần. Sau mổ có ít sẹo, sẹo sẽ mờ dần sau vài năm.

### **Điều trị bớt đen vùng mặt bằng laser**

*"Con gái tôi năm nay 18 tuổi, khi sinh ra có một bớt màu đen sậm ở mặt. Bớt này ngày càng lớn và rộng ra, chiếm gần hết má trái. Cháu rất mặc cảm vì bớt này, làm tôi rất khổ tâm. Nghe nói y học ngày nay rất tiến bộ, có thể chữa trị được bớt bằng tia laser. Vậy có thể dùng laser để trị cho con tôi được không? Còn có cách điều trị nào khác không?"*

Nhờ tia laser, rất nhiều bệnh tật vốn trước đây phải phẫu thuật rất phức tạp nay đã có thể giải quyết đơn giản hơn nhiều (như các khối u trong phổi, có thể điều trị bằng chiếu laser thay vì phải phẫu thuật mổ lồng ngực). Trong giải phẫu thẩm mỹ, laser cũng được dùng nhiều để cạo da mặt, xóa các vết xăm, điều trị sẹo lồi. Máy laser dùng cho thẩm mỹ rất đắt tiền, điều trị bằng laser rất tốn kém. Ở Pháp, việc điều trị sẹo lồi vùng mặt tốn khoảng 20.000 quan Pháp, tương đương với 40 triệu đồng Việt Nam.

Hiện ở Việt Nam cũng có nhiều loại tia laser, nhưng đa số đều được dùng như dao phẫu thuật và chi phí không cao lắm. Bà có thể liên hệ với các bệnh viện để hỏi thêm chi tiết. Trong trường hợp của con bà, ngoài chiếu tia laser ra, có thể phẫu thuật cắt bỏ da bị đen ra và ghép da khác vào.

## Làm đẹp môi, mắt

### Phẫu thuật làm mỏng môi

"Cháu năm nay 18 tuổi, người thì bình thường, nhưng môi trên hơi dày và bị nhô ra phía trước, rất kém thẩm mỹ. Cháu muốn cắt cho môi mỏng bớt và không nhô ra như vậy nữa, có được không? Có bị nhiều sẹo không?"

Môi trên và môi dưới đều có thể mổ cho mỏng lại hoặc tạo hình cho dày ra, muốn có dạng giống trái tim cũng được.

Trường hợp của cháu, có thể cắt môi trên cho mỏng lại và kéo phần nhô ra vào trong. Sau mổ, cháu sẽ không thấy sẹo vì phẫu thuật được làm ở phần môi phía trong miệng.

### Sưng sau khi cắt môi

"Cháu có môi trên hơi dày, muốn cắt cho mỏng bớt, nhưng rất sợ đau và sưng sau khi cắt. Xin bác sĩ cho biết sau khi cắt, môi có bị sưng nhiều lắm không và bao lâu thì hết?"

Phẫu thuật cắt môi sẽ lấy bớt da môi và một ít tổ chức cơ vòng môi. Khi mổ, bác sĩ có gây tê nên cháu chỉ bị đau chút xíu khi tiêm thuốc tê mà thôi. Ngày nay, với phương pháp pha thuốc tê mới, bệnh nhân rất ít đau khi bơm thuốc vào, dù số lượng thuốc tê khá lớn. Sau khi cắt, vùng môi sẽ bị sưng độ 1-2 tuần, nhưng phải vài tháng sau, môi mới đẹp bình thường được.

### Dị tật môi và mũi do hở hàm ếch

"Cháu bị hở môi và hàm ếch bẩm sinh, đã được mổ vá môi và hàm ếch. Nhưng hiện nay môi cháu vẫn chưa được cân xứng lắm. Mũi cháu chưa được phẫu thuật nên một bên mũi bị bè ra và lỗ mũi rộng hơn bình thường. Cháu có thể phẫu thuật chỉnh hình lại cho mũi hai bên đều nhau và môi đẹp hơn không?"

Trường hợp của cháu có thể phẫu thuật cho đẹp hơn, mổ cùng lúc cả mũi và môi. Kết quả tuy không hoàn toàn như người bình thường, nhưng chắc chắn sẽ đẹp hơn bây giờ nhiều.

### Nổi mụn nhỏ sau khi xăm môi

"Tôi xăm môi đã được ba ngày. Sau khi xăm, quanh bờ môi và hai bên mép bị nổi những mụn nước nhỏ rất đau. Vậy cần trị bằng thuốc gì?"

Có thể vùng da quanh nơi xăm môi bị nhiễm loại virus Herpes hay Zona gì đó. Bạn cần dùng thêm thuốc điều trị nhiễm virus (như Zovirax chẳng hạn). Khi thấy các triệu chứng này, bạn nên đi khám bệnh để được hướng dẫn cách điều trị.

### **Phẫu thuật thẩm mỹ môi sau khi bơm môi**

*"Cách đây hai năm, vì nghe lời bạn rủ, tôi có nhờ người bơm silicôn để môi dưới trở thành hình trái tim cho đẹp. Nhưng có lẽ người ta chích nhiều thuốc quá nên giờ đây môi dưới tôi lúc nào cũng trề ra, rất xấu. Có thể mổ lấy bớt silicôn hay cắt bớt môi dưới lại, hoặc làm môi trở lại như trước không?"*

Chất silicôn hay bất cứ chất lỏng nào khác khi được bơm vào môi sẽ phân tán quanh nơi bơm. Tùy từng chất, chúng có thể được hấp thu một phần vào máu, phần còn lại nằm rải rác ở giữa tế bào hoặc nằm trong các tế bào phát triển lớn ra. Do đó, không thể lấy ra riêng chất bơm vào được và khó có thể lấy hết chất được bơm. Phẫu thuật thẩm mỹ trong trường hợp này chỉ nhằm giải quyết những biến dạng xấu cho đẹp lại thôi, tức là lấy một phần lớn chất silicôn chung với tổ chức của môi, cho môi đẹp lại (giống như cắt môi xấu cho đẹp lại). Chắc chắn là có kết quả tốt.

### **Cấy lông mi**

*"Lông mi tôi thưa quá, mỗi lần trang điểm đều phải vẽ thêm rất mất thì giờ. Sau này tôi có xăm nên cũng đỡ. Thấy nhiều bạn lông mi dài và cong rất đẹp. Nghe nói có thể cấy lông mi được. Tôi đã xăm như vậy thì khi cấy có ảnh hưởng gì không?"*

Lông mi hay bất cứ lông ở chỗ nào của cơ thể đều cấy được, kỹ thuật cấy giống như cấy lúa vậy thôi. Lấy một số lông ở chỗ rậm rồi cấy vào chỗ thưa. Thường người ta lấy một ít tóc, tách ra từng sợi và cấy vào bờ mi, xen kẽ với những sợi lông mi có sẵn từ trước. Lông mi được cấy vào sẽ mọc dài ra như tóc. Khi dài quá mức mong muốn, có thể cắt và uốn cong theo ý muốn.

Thường việc cấy lông mi phải thực hiện vài lần mới đẹp hoàn toàn. Mỗi lần cấy cách nhau vài tháng. Những lần sau, bác sĩ cấy dặm lại những chỗ thưa và nhổ bỏ một vài sợi mọc không đẹp.

Có thể cấy lông mi lên nơi có vết xăm nếu da nơi xăm tốt, không bị viêm hoặc sẹo (làm ảnh hưởng đến sự nuôi dưỡng lông được cấy).

### **Lông mi cấy có đẹp vĩnh viễn không?**

*"Xin vui lòng cho em biết lông mi cấy có đẹp được vĩnh viễn không hay chỉ tồn tại vài năm rồi trở lại như lúc chưa cấy? Nếu cấy thì sau này có bệnh gì về mắt hay ung thư không?"*



Cấy lông mi là một phẫu thuật, nếu thực hiện đúng theo các yêu cầu cần thiết thì không nguy hiểm gì. Kết quả phẫu thuật sẽ vĩnh viễn, giống như ghép da tự thân trên mi mắt vậy, không ảnh hưởng gì đến mắt, không sợ bị ung thư hay bệnh gì khác.

Mi mắt tự nhiên hay đã được xăm đều cấy lông mi được, thậm chí mi mắt bị sẹo, hoàn toàn không còn sợi lông mi nào hết cũng cấy được.

### **Cấy lông mày**

*"Nếu cấy lông mi được thì lông mày có cấy được không? Cấy lông mày thành công thì tốt rồi, nhưng nó có chịu nằm yên hay dài ra mãi, và có xếp vào da hay cứ dựng lên như tóc rẽ tre?"*

Đúng là lông mày, hay bất cứ lông chỗ nào trên cơ thể cũng có thể cấy được bằng tóc như cấy lông mi vậy. Sau khi cấy vào, lông mày sẽ mọc dài như tóc, cần phải cắt thường xuyên. Muốn lông mày tự nhiên và nằm yên xếp vào da, không xướng lên như tóc rẽ tre thì phải cấy cho nó nằm theo chiều của sợi lông mày tự nhiên.

### **Thuốc mọc lông mày**

*"Tôi năm nay 28 tuổi, là nam giới, nhưng lông mày mọc rất thưa, ít và nhạt. Xin chỉ cho tôi loại thuốc bôi để lông mày mọc đậm, dày và đen hơn".*

Hiện nay chưa có loại thuốc nào bôi lên cho lông mày hay râu tóc mọc nhiều hơn một cách chắc chắn. Cách duy nhất là phải phẫu thuật lấy chân tóc cấy vào lông mày.

### **Phẫu thuật nâng chân mày**

*"Tôi năm nay 54 tuổi, chân mày tôi lâu nay bị sụp xuống phía ngoài, trông có vẻ buồn làm sao ấy. Nghe nói giải phẫu thẩm mỹ có thể làm cho chân mày cao lên được? Có bị nhiều sẹo lắm không?"*

Người càng lớn tuổi, chân mày càng bị chùng xuống khiến nét mặt có vẻ mệt mỏi, buồn thảm. Do đó, không riêng gì ở Việt Nam mà nhiều nước trên thế giới, người ta cũng làm phẫu thuật cho chân mày cao hơn. Ngoài ra, các phụ nữ trẻ ở Âu Mỹ cũng thích chân mày xếch lên theo kiểu á Đông.

Giải phẫu nâng chân mày cao lên được thực hiện theo 3 cách:

- Cắt bớt phần da trên chân mày rồi may lại cho cao hơn.
- Cố định chân mày cao lên khi căng da mặt và khi cắt da mi mắt trên.
- Tách rộng chân mày lên trên và cố định chân mày ở vị trí mới.



Trường hợp cắt bỏ da trên chân mày có thể để lại sẹo nhỏ phía trên chân mày, sẹo này mờ dần về sau. Các phẫu thuật khác không để lại sẹo ở chân mày.

### **Xóa vết quầng thâm ở mắt và vết lem ở hai bên mép**

*"Làm cách gì để xóa bớt quầng thâm ở mắt và vết lem ở hai bên mép?"*

Điều quan trọng là tìm nguyên nhân gây ra quầng thâm ở mắt và vết lem ở hai bên mép. Có thể đó là bớt đen bẩm sinh hoặc do bệnh của cơ thể, do dị ứng với thuốc trị bệnh.

Để giải quyết tại chỗ, có thể dùng thuốc lột da mặt hoặc cắt bỏ da thừa ở mi dưới chung với một phần vết quầng thâm.

### **Cắt mi mắt có đau lắm không?**

*"Em thấy các bạn mắt một mí cắt mắt thành hai mí, mắt to lên và lông mi trông rất đẹp. Em rất muốn cắt nhưng em nhát lắm, không biết có đau lắm không?"*

Phẫu thuật thẩm mỹ mi mắt, thường gọi là cắt mi mắt, là một cuộc mổ nhỏ thôi, chỉ đau chút ít ở da khi tiêm thuốc tê. Phẫu thuật hoàn toàn không gây đau. Sau khi hết thuốc tê, đã có thuốc giảm đau để uống cho tới khi lành. Những người không được yên tâm hoặc hơi lo sợ có thể dùng thuốc an thần trước khi mổ.

### **Phẫu thuật thẩm mỹ mắt cho mắt sụp**

*"Tôi năm nay 60 tuổi, da mi trên sụp xuống nhiều khiến tôi rất khó chịu. Tôi làm việc tại nhà, phải tiếp khách thường xuyên. Nếu cắt bớt da mi trên một chút cho đỡ sụp xuống thì chắc chắn sẽ dễ chịu hơn. Tôi không muốn cắt mí to như các cô gái trẻ, chỉ thích có mi mắt, đỡ già một tí có được không?"*

Thường tuổi 60 chưa phải là cao lắm để có thể gặp trở ngại khi phẫu thuật. Có khá nhiều người trên 60 tuổi thích làm đẹp, phần lớn đều được mổ và hài lòng với kết quả đạt được. Người bị bệnh của tuổi già như cao huyết áp, tiểu đường hay các bệnh mạn tính khác không nên mổ nếu đang điều trị hoặc chưa ổn định.

### **Nguy hiểm của giải phẫu thẩm mỹ mi mắt**

*"Tôi năm nay 40 tuổi, mi mắt trên lúc trước hai mí rất đẹp, cách vài năm nay da hơi thừa và có ít mỡ đọng làm mi mắt hơi bị sụp. Nghe nói giải phẫu thẩm mỹ có thể làm mắt đẹp như xưa. Việc đó có đúng không và cắt mắt có gì nguy hiểm không?"*

Ở người lớn tuổi, khi cắt mắt phải bỏ bớt da, cơ và mỡ thừa ở mi mắt. Sau phẫu thuật, mắt trẻ đi nhiều, có thể giống như mắt hồi trẻ. Cũng như các

phẫu thuật khác, ở phẫu thuật cắt mắt, ngoài việc thực hiện đúng theo kỹ thuật ngoại khoa để vết mổ lành tốt, người phẫu thuật còn phải khéo tay thì mắt mới đẹp. Do đó, nếu đến một cơ sở giải phẫu được trang bị tốt và phẫu thuật viên chuyên nghiệp thì chắc không có gì nguy hiểm

### **Sung má và chảy nước mắt sau phẫu thuật thẩm mỹ**

*"Cách đây 6 tháng, tôi có đến một cơ sở giải phẫu thẩm mỹ để cắt mí dưới. Sau phẫu thuật, phần dưới mắt phải sưng nhiều, mí mắt bị kéo lệch xuống và chảy nước mắt. Tôi trở lại nơi giải phẫu, được bác sĩ mổ lấy máu bầm ra, cho uống thuốc và tiêm một loại thuốc gì đó vào má. Sau đó, tôi vẫn bị sưng nhẹ ở má, hay chảy nước mắt, vùng má bên phải bị đau nhức thường xuyên. Bác sĩ phẫu thuật đã cho tôi uống và tiêm rất nhiều loại thuốc nhưng không khỏi bệnh. Tôi có bệnh gì và phải làm sao?"*

Trường hợp này khá đặc biệt. Có thể khi cắt mí dưới, bác sĩ phẫu thuật đã lấy da nhiều quá nên mí bị kéo lệch, giác mạc mắt bị kích thích nhiều, dễ làm chảy nước mắt. Ngoài ra, lần phẫu thuật lấy máu tụ có thể làm tổn thương dây thần kinh số 5, gây đau nhức nhiều.

Cơn đau nhức nhiều nơi má phải có thể do một bệnh khác không liên quan tới phẫu thuật mí dưới (như viêm xoang hàm phải hoặc đau thần kinh số 5 vô căn chẳng hạn).

Bạn cần chụp phim X-quang và làm một số xét nghiệm cần thiết đánh giá bệnh tích rồi tùy theo bệnh mà có cách điều trị thích hợp.

### **Sẹo biến chứng khi cắt mí dưới**

*"Sau khi tôi cắt mí dưới (đã được 1 tháng), phần mỡ mí dưới vẫn còn nhiều, sẹo mổ có nhiều hạt nhỏ hai bên, lõm rất xấu; bờ mí dưới bị lật ra ngoài làm mắt thường xốn và hay chảy nước mắt. Tại sao? Tôi đã bôi nhiều loại kem chống sẹo nhưng không bớt"*

Đây là trường hợp thường gặp khi cắt bớt da mí dưới. Nguyên nhân có thể là phẫu thuật gây sưng nề nhiều quanh mí dưới, cắt bỏ nhiều da quá, gây thiếu da mí dưới, may lại nơi mổ không theo kỹ thuật thẩm mỹ...

Chị cần kiên nhẫn chờ đợi thêm một thời gian nữa. Khi sẹo và tổ chức viêm nề quanh mí mắt hoàn toàn ổn định (từ hai đến sáu tháng), nếu sẹo vẫn còn xấu và mắt chưa được đẹp thì có thể phẫu thuật lại, cắt bỏ sẹo, ghép da rời hoặc cắt bớt một góc sụn mí dưới cho bờ mí không bị lật ra ngoài.

Những thuốc chống sẹo nếu đã được dùng lâu mà không đem lại kết quả gì thì có thể ngừng. Cần tránh để sẹo tiếp xúc nhiều với ánh nắng mặt trời (để sẹo khỏi bị thâm đen) và tránh các thức ăn gây dị ứng (gây lõm sẹo).

## Điều trị sẹo trên mi mắt

*"Con gái tôi lúc nhỏ bị bệnh ở mi mắt bên trái, gây viêm, rò mủ ra ngoài. Sau khi điều trị ổn định, mi mắt có nhiều sẹo lồi lõm rất xấu. Ở mi mắt cháu, da xếp lại rất nhiều nếp nhăn; khi ngủ, mắt nhắm không được kín hoàn toàn. Cháu muốn xóa sẹo, có được không? Có gì nguy hiểm không?"*

Đây là trường hợp nhiều sẹo mi mắt, tương đối khó giải quyết vì thiếu da nhiều. Muốn cho mắt đẹp hơn, phải mổ cắt bỏ sẹo và ghép da rời vào phần da bị mất đi. Sẽ có ít sẹo quanh mảnh da ghép vào. Các sẹo này mờ đi theo thời gian và mắt sẽ đẹp hơn trước khi phẫu thuật nhiều.

Phẫu thuật hơi phức tạp một chút nhưng không nguy hiểm lắm đâu, bà hãy yên tâm.

## Mắt bị lõm do chấn thương mắt

*"Cách đây 6 tháng tôi bị chấn thương ở vùng xương gò má bên trái. Mắt trái bị bầm nhiều, điều trị cả tuần mới hết sưng. Sau khi mắt hoàn toàn bình phục (khoảng một tháng sau), mắt trái tôi bị lõm sâu hơn mắt phải. Tại sao lại như vậy? Phải điều trị như thế nào?"*

Sau khi chấn thương hốc mắt, mắt bị lõm vào do hai nguyên nhân: tổ chức mỡ ở hốc mắt bị sang chấn, thiếu máu nuôi và hoại tử; thành dưới xương ở mắt bị vỡ, mỡ rơi vào xoang hàm.

Điều trị lõm mắt sau chấn thương tương đối khó, thường phải ghép mỡ vào. Do đó, khi chấn thương thành xương ổ mắt xảy ra, cần khám kỹ mắt và các cấu trúc lân cận như xoang trán, xoang hàm hay xoang sàn để phẫu thuật cấp cứu ngay khi cần. Việc phẫu thuật nhằm mục đích giải quyết cả về chức năng và thẩm mỹ. Trường hợp của cô may mắn là mắt không bị mờ, vì các trường hợp nặng có thể mù mắt do máu tụ chèn ép.

## Điều trị sẹo kéo lệch mi mắt

*"Cách đây 2 tuần, tôi bị tai nạn làm mất một phần da ở mi mắt bên trái. Vào cấp cứu ở trạm y tế, tôi được may lại vết thương. Nay vết thương đã lành rồi, nhưng mắt không đóng kín được khi nhắm lại, làm tròng mắt bị đỏ và hay chảy nước mắt, rất khó chịu. Tôi có phải phẫu thuật lại không? Có thể mổ ngay bây giờ hay phải chờ một thời gian nữa?"*

Các trường hợp bị sẹo ngoài da do tai nạn hay do phẫu thuật thường cần thời gian từ 3 đến 6 tháng để ổn định. Thường người ta phải chờ khi sẹo ổn định hẳn mới phẫu thuật điều chỉnh lại cho đẹp hơn. Phẫu thuật trong thời gian sẹo đang tiến triển, chưa ổn định thường cho kết quả rất hạn chế.

Tuy nhiên, với loại sẹo gây biến dạng nhiều hoặc ảnh hưởng đến chức năng sinh lý của cơ thể thì phải giải quyết ngay. Trường hợp của ông cũng vậy, cần phẫu thuật lại sớm, tạo hình lại phần da mi mắt mất đi và che chở giác mạc khỏi bị kích thích do mắt nhắm không kín. Nếu để lâu, ông có thể bị viêm kết giác mạc dẫn đến mù mắt.

### **Điều trị sẹo mi mắt bằng thuốc chống sẹo**

*"Cháu năm nay 19 tuổi, cách đây 6 tháng bị đụng xe, bị thương ở đuôi mi mắt phải. Sẹo khá to, nhưng cháu rất sợ bị mổ lại. Có thuốc gì tiêm vào sẹo này cho nó nhỏ lại không? Tiêm thuốc như vậy có gì nguy hiểm đối với mắt không?"*

Thuốc chống sẹo là chất thuốc có chứa corticoid. Ngoài tác dụng phụ trên toàn cơ thể, thuốc có thể gây mù mắt nếu được tiêm gần mắt.

## Chỉnh hình tai, mũi

### Phẫu thuật vá lỗ tai

*"Tôi năm nay 70 tuổi, nơi xỏ lỗ tai hơi bé giãn rộng nên hoa tai cứ rơi ra hoài. Tôi không thích chưng diện gì, nhưng khi dự đám cưới hỏi con cháu mà để tai trống, không đeo hoa thì thấy cũng chẳng hay lắm. Phẫu thuật thẩm mỹ có vá lỗ tai lại được không?"*

Vá lỗ tai là một phẫu thuật nhỏ, đơn giản, có thể làm tại các cơ sở giải phẫu thẩm mỹ hay các bệnh viện có khoa ngoại, khoa tai mũi họng.

### Vá lại nơi rách tai khi bị tiểu đường, cao huyết áp

*"Lỗ tai của tôi bị rách. Hai năm nay tôi lại bị tiểu đường và huyết áp cao. Việc phẫu thuật tai có gì nguy hiểm không?"*

Vá lại nơi rách ở vành tai là chuyện đơn giản, không có gì trở ngại lắm dù bà bị tiểu đường hay cao huyết áp. Tuy nhiên, bà nên điều trị tiểu đường và cao huyết áp cho thật ổn định; việc phẫu thuật sẽ đỡ nguy hiểm và kết quả tốt hơn.

### Điều trị tật vành tai vênh

*"Tôi có đứa con năm nay 6 tuổi. Cháu có một điểm hơi đặc biệt là vành tai bị vênh về phía trước trông hơi khác thường. Cháu rất xấu hổ khi đi học vì thường bị bạn trêu chọc là cậu bé tai thỏ. Có thể phẫu thuật cho vành tai trở nên giống người bình thường được không? Làm như vậy có gì nguy hiểm không?"*

Dị tật vành tai vênh ở Việt Nam ít gặp, nhiều người cho đó là chuyện bình thường, không cần điều trị cũng được. Ở nước ngoài, như Pháp chẳng hạn, đây là dị tật thường gặp và là một trong những phẫu thuật tạo hình vành tai thường làm nhất. Tai vênh là do sụn vành tai bị cong uốn ra phía trước, khiến vành tai ngang ra, vênh về phía trước giống như tai thỏ. Vành tai hai bên phải đều nhau, ta mới nghe rõ đều cả hai bên. Vành tai vênh là một dị tật làm trở ngại cho một số sinh hoạt và kém thẩm mỹ.

Muốn cho tai trở nên bình thường, nên phẫu thuật uốn cong vành tai lại khi trẻ được 7 tuổi trở lên, lúc tai đã phát triển khá. Phẫu thuật này rất đơn giản. Trẻ em nhỏ phải gây mê. Người lớn thì tùy trường hợp, có thể gây tê hay gây mê cũng được. Các biến chứng sau mổ là chảy máu và viêm sụn làm biến dạng vành tai. Nếu phẫu thuật cẩn thận thì biến chứng này ít xảy ra.

Sau khi mổ, có thể sức nghe con bạn sẽ giảm chút ít do đường truyền âm thanh vào tai thay đổi. Phía sau tai sẽ có sẹo nhỏ, một số trường hợp sẹo bị lồi lên, cần điều trị chống sẹo lồi. Nói chung, nếu phẫu thuật kỹ thì không có tai biến gì đáng ngại.

### **Mổ lại vành tai vĩnh**

*"Tôi có vành tai (hai bên) bị dị tật vĩnh ra trước. Cách nay 2 năm, tôi có đến một cơ sở giải phẫu thẩm mỹ để chỉnh hình vành tai. Kết quả mổ cũng khá, vành tai xếp lại đều hai bên, nơi mổ không bị sẹo gì đáng kể. Nhưng khi nhìn mình qua gương, tôi không được hài lòng lắm vì phần cao của vành tai chưa được xếp lại nhiều. Tôi muốn phẫu thuật thêm một lần nữa, không biết có nên không, thưa bác sĩ?"*

Phẫu thuật chỉnh hình vành tai trong trường hợp tai vĩnh tương đối đơn giản và tỷ lệ thành công khá cao. Tuy nhiên, cũng có một số tai biến hoặc biến chứng lúc phẫu thuật và sau khi mổ. Tai biến khi phẫu thuật là chảy máu làm biến dạng vành tai, sưng nề nơi mổ hoặc viêm sụn vành tai. Biến chứng sau mổ là sẹo xấu, vành tai không đối xứng nhau. Một số ít trường hợp người được phẫu thuật bị nghe kém chút ít do ống tai bị kéo lệch.

Trong trường hợp của bạn, kết quả mổ được như vậy là tốt rồi. Nếu mổ thêm lần nữa, có thể sau khi mổ lại có một vài yếu tố phát sinh khiến bạn lại không hài lòng. Càng mổ nhiều lần càng gây chấn thương sụn và dễ đưa đến viêm sụn hay sẹo lồi. Bạn nên bằng lòng với kết quả đạt được, đừng phẫu thuật thêm nữa, không có lợi.

### **Phẫu thuật tạo hình vành tai**

*"Thưa bác sĩ, cháu năm nay 18 tuổi. Thật không may cho cháu, do một chuyện hiểu lầm giữa bạn bè, cháu bị đũa bạn cắn đứt hết phân nửa vành tai trái, phần phía trên. Lúc bị tai nạn, cháu quên chú ý lấy vành tai đã đứt rời ra; vào viện cấp cứu cầm máu xong, nhờ người nhà tìm lại phần vành tai đã bị cắn thì đã mất. Có thể tạo hình lại vành tai cháu không?"*

Trong các phẫu thuật tạo hình, tạo hình vành tai là một trong những phẫu thuật khó nhất vì phải lấy sụn sườn cấy vào dưới da sau tai. Phẫu thuật phải được tiến hành nhiều lần, kéo dài một hai năm mới xong hoàn toàn, song kết quả thì không được như mong muốn.

### **Điều trị u sụn trước vành tai**

*"Con gái tôi năm nay 14 tuổi, sức khỏe tốt, phía trước vành tai bên trái nổi lên khối u nhỏ, cứng như sụn. U này đã có từ lúc mới sinh, khi cháu lớn thì nó có lớn thêm một chút. Có thể phẫu thuật để cháu có vành tai bình thường không? Phẫu thuật có để lại nhiều sẹo lắm không?"*

Khối u phía trước vành tai con bạn có thể là dị tật bẩm sinh của sụn vành tai. May mắn cho cháu là vành tai phát triển đầy đủ hết, chỉ thừa ra phía trước một chút thôi. Phần thừa này cũng có thể cắt bỏ, không có gì nguy hiểm. Sẹo để lại cũng nhỏ thôi, sẽ mờ dần theo thời gian. Đối với một số dị tật khác như không có vành tai hay vành tai nhỏ, không phát triển hoặc biến dạng, điều trị phẫu thuật rất khó khăn mà kết quả cũng không khả quan lắm.

### **Phẫu thuật thẩm mỹ đầu mũi**

*"Đầu mũi em to quá, thô và rất kém thẩm mỹ. Có cách nào làm cho đầu mũi nhỏ, gọn lại được không?"*

Đầu mũi to do hai phần: phần cánh mũi và chóp mũi. Giải phẫu thẩm mỹ cánh mũi (cắt cánh mũi) tương đối dễ. Thật ra chỉ có một số người cánh mũi quá to, quá thô mới cần cắt bớt. Đa số những trường hợp đến bác sĩ thẩm mỹ cắt cánh mũi đều là để tạo hình lại cánh mũi hoặc tiền đình mũi cho đẹp (tiền đình hay cửa mũi trước là phần thông từ mặt vào mũi, thường gọi là lỗ mũi). Ngoài việc tạo hình mũi cho mũi hẹp lại, việc chỉnh hình cánh mũi còn có thể làm mũi thấp xuống hoặc cao lên thêm chút ít nhờ khẹp cánh mũi lại. Tiến bộ mới nhất của phẫu thuật thẩm mỹ cánh mũi là mổ đường phía trong miệng. Đường mổ này không có sẹo và thường được may bằng chỉ tự tan, không cần cắt chỉ.

Giải phẫu thẩm mỹ chóp mũi phức tạp hơn. Nhiều trường hợp phải cắt bỏ sụn cánh mũi hay sụn vách ngăn, đầu mũi mới nhỏ và gọn lại được. Có một số trường hợp đầu mũi to và biến dạng, cần phải ghép thêm sụn.

Nói chung, trong nhiều trường hợp, giải phẫu thẩm mỹ mũi rất phức tạp. Việc giải quyết đầu mũi to cũng không chỉ đơn giản là can thiệp trên đầu mũi đơn thuần. Nhiều khi cần phải chỉnh thêm xương mũi cho thẳng lại hoặc hạ thấp bớt phần giữa mũi bị gồ lên.

### **Nâng mũi cao lên bằng cách độn sụn**

*"Cháu năm nay 19 tuổi. Không may là mũi cháu tẹt quá, ai cũng chê. Cháu rất muốn làm mũi cao lên bằng chất sụn tự nhiên của cơ thể, như vậy có được không?"*

Một số người sợ bị dị ứng với chất độn khác cơ thể nên chủ trương giải quyết các khiếm khuyết bằng chất liệu của chính cơ thể. Nhiều loại chất liệu như xương, sụn được chuyển từ nơi này đến nơi khác. Phẫu thuật độn mũi cao lên có thể thực hiện bằng xương chấu, xương sọ, sụn vành tai, sụn xương sườn. Để thực hiện phẫu thuật này, bệnh nhân phải chịu hai ca mổ, một để lấy xương hoặc sụn và một để nhận mảnh ghép. Kết quả là cả bệnh nhân và thầy thuốc đều rất yên tâm, không lo phản ứng của cơ thể đối với mảnh ghép nữa.



Tuy nhiên, về thẩm mỹ thì sau một thời gian, mảnh ghép sẽ thay đổi như xương bị mòn đi, sụn cong lại chút ít. Do đó, kết quả về thẩm mỹ của phương pháp này nhiều khi kém hơn độn bằng silicôn cứng. Người được phẫu thuật rất hay đau sau mổ, nơi lấy mảnh ghép đau nhiều hơn ở mũi. Do đó, cháu nên suy nghĩ kỹ khi quyết định sửa mũi bằng sụn hay xương của cơ thể mình.

### **Điều trị sẹo bít lỗ mũi**

*"Tôi năm nay 24 tuổi, bị bỏng vùng mặt do hóa chất cách đây hơn 1 năm. Nơi bỏng đã lành, nhưng lỗ mũi tôi càng ngày càng hẹp lại làm cho mặt tôi trở nên rất xấu. Gần đây tôi không thở được bằng mũi, toàn thở miệng làm miệng luôn khô, rất khó chịu. Tôi có nên mổ để có thể thở lại bằng mũi không?"*

Trường hợp của bạn khá phổ biến. Có thể phẫu thuật tạo hình lỗ mũi lại được bằng cách mổ cắt rộng, bỏ tổ chức xơ quanh lỗ mũi, ghép da hoặc niêm mạc vào, sau đó đặt ống nong khoảng 6 đến 9 tháng.

Để tránh bị sẹo hẹp như vậy, thường khi bị bỏng quanh lỗ mũi, bệnh nhân phải chú ý theo dõi, nếu thấy bắt đầu hẹp là có kế hoạch đặt ống nong liền, kết quả sẽ đẹp hơn.

### **Làm cho chân mũi cao lên**

*"Con gái tôi năm nay 27 tuổi, tính khờ khạo, nghe theo lời chị ruột đến một thẩm mỹ viện để sửa mũi. Bác sĩ đã cắt hai bên cánh mũi, mỗi bên 0,6 cm làm mũi biến dạng, đường kính lỗ mũi rất nhỏ nên hô hấp rất khó khăn. Từ lúc giải phẫu đến nay (4 tháng rưỡi), nó bỏ ăn và có dấu hiệu rối loạn tâm thần. Xin bác sĩ cho biết có cách nào phục hồi mũi cháu như trước mổ (tức là làm cho chân mũi cao lên) không?"*

Trường hợp này hơi khó vì hai lý do:

- Bệnh nhân đã có dấu hiệu rối loạn tâm thần, đã mong muốn có mũi đẹp theo ý riêng. Sau khi phẫu thuật không vừa ý, bây giờ muốn trở lại như trước khi mổ. Dù kỹ thuật mổ có hoàn hảo như thế nào đi nữa cũng không thể trả lại hình ảnh mũi giống 100% như lúc trước mổ được. Chỉ cần một tỷ lệ nhỏ khác trước mổ thôi là có thể bệnh tâm thần có thể nặng thêm. Do đó, bà nên đưa cháu đi khám và điều trị chuyên khoa tâm thần trước.

- Về chỉnh hình mũi cho cao lên, cho thở dễ hơn thì có thể làm được bằng cách tách da hai bên mũi đưa cao lên, hoặc dùng sụn vành tai ghép vào cánh mũi. Tuy nhiên, như đã nói ở trên, mũi sửa lại sẽ có ít sẹo nhỏ, không thể đẹp hoàn toàn như mũi tự nhiên được.



## Chỉnh hình dị tật bẩm sinh ở mặt

"Con gái tôi năm nay 17 tuổi, lúc mới sinh cháu bị dị tật hở môi, hở hàm ếch và hàm dưới bị đưa ra ngoài nhiều. Cháu đã được phẫu thuật vá môi, và màng hầu và chỉnh hình hàm dưới. Nhưng đến nay, phần mũi và giữa mặt còn bị lõm vào và cánh mũi hai bên không đều. Cháu có cần phải phẫu thuật nữa không? Phẫu thuật có phức tạp lắm không? Cháu còn nhỏ mà phải mổ nhiều lần nên quá tôi rất ngại".

Việc điều trị dị tật bẩm sinh ở mặt khá phức tạp, thường phải phẫu thuật nhiều lần, tùy theo mức độ dị tật. Con chị tuy đã được phẫu thuật nhiều lần, nhưng do cơ thể phát triển, gương mặt cũng phát triển theo, các phần xương, sụn, cơ mặt thay đổi và có lúc trở nên không cân đối, cần phải điều chỉnh lại. Trong các phẫu thuật này, phẫu thuật chỉnh hình xương phức tạp và cần nhiều thời gian nhất. Các phẫu thuật điều chỉnh da và phần mềm đơn giản hơn. Nếu có điều kiện, nên phẫu thuật thêm một vài lần nữa cho thật hoàn chỉnh. Trường hợp khó khăn quá, có thể không mổ cũng được. Tình thương của cha mẹ đối với con cái thật vô tận, tuy nhiên, chị nên nghĩ thêm là dù mổ nhiều lần nữa, gương mặt cháu tuy đẹp hơn trước nhiều, nhưng cũng khó đẹp như người bình thường được.

## Điều trị dị dạng cánh mũi do tật hở môi bẩm sinh

"Con tôi 14 tuổi, bị tật hở môi từ nhỏ, đã được phẫu thuật vá môi lại. Kết quả cũng khá đẹp, nhưng cánh mũi bên hở môi bè ra và lỗ mũi rộng hơn bình thường. Phẫu thuật thẩm mỹ có chỉnh lại được dị dạng này không? Sau mổ có bị nhiều sẹo lắm không?".

Trường hợp này có thể phẫu thuật bằng cách mổ nâng sụn cánh mũi đứng lên và thu hẹp lỗ mũi bên dị tật nhỏ lại, đều với phía bên bình thường. Phẫu thuật này thực hiện với các đường mổ bên trong mũi, không để lại sẹo bên ngoài.

## Vẹo mũi và vách ngăn mũi

"Tôi 37 tuổi, mũi bị nghẹt nhiều bên trái, nhìn bên ngoài thấy sống mũi cũng bị lệch sang trái. Tôi đã đi khám bệnh ở chuyên khoa Tai mũi họng, bác sĩ cho biết bị sẹo vách ngăn và vẹo cả tháp mũi sang trái. Có thể phẫu thuật cho vách ngăn và mũi thẳng lại không? Nên làm hai lần hay một lần?".

Đa số trường hợp vẹo vách ngăn và vẹo cả tháp mũi là do chấn thương, mũi bị chạm vào vật cứng. Tuy nhiên, cũng có một số người không bị chấn thương gì nhưng mũi và vách ngăn cũng bị vẹo. Vẹo tháp mũi làm khuôn mặt mất cân đối, kém thẩm mỹ. Vẹo vách ngăn nhiều gây nghẹt mũi thường xuyên và có thể đưa đến viêm xoang.

Phẫu thuật vẹo vách ngăn mũi khá đơn giản, các khoa tai mũi họng có phẫu thuật đều làm được. Chính hình tháp mũi khó hơn, thuộc lĩnh vực tạo hình thẩm mỹ, ít có nơi làm. Do đó, trong trường hợp của bạn, có thể mổ vách ngăn trước, sau đó phẫu thuật chỉnh hình tháp mũi sau. Có thể tìm nơi nào bác sĩ có thể làm cùng lúc hai phẫu thuật cũng được.

### **Mũi gồ cao sau khi sửa mũi**

*"Tôi 34 tuổi, cách đây 5 năm tôi có làm phẫu thuật độn mũi cho cao lên. Cách đây vài tháng, khi chú ý kỹ, tôi thấy phần giữa mũi có vẻ gồ cao hơn trước. Như vậy có sao không và có thể sửa lại cho hết gồ không?"*

Cô không cho biết trước khi phẫu thuật thẩm mỹ, mũi cô có bị gồ cao lên không, thành ra cũng khó nói. Có một số người mũi tự nhiên bị gồ lên ở giữa. Khi để sống mũi nhân tạo vào, nếu không chú ý, phần này tiết tuc cao như trước, làm mũi không cân xứng và không được thẳng đẹp. Một số rất ít trường hợp có thể bị khối u ở mũi hay bị chấn thương gây tụ máu hoặc gãy xương mũi, làm mũi biến dạng.

Trường hợp có kèm gãy xương hoặc khối u ở mũi cần phải giải quyết bệnh tích trước khi làm thẩm mỹ lại. Các trường hợp khác có thể phẫu thuật thẩm mỹ lại ngay được.

### **Phẫu thuật điều trị cánh mũi quá to**

*"Cháu 18 tuổi, dù ăn kiêng rất cẩn thận nhưng mũi vẫn có rất nhiều mụn. Lỗ mũi cháu thì bình thường thôi, không rộng lắm, nhưng hai cánh mũi rất to và rất xấu. Có cách nào làm cho cánh mũi mình nhỏ và mỏng lại không?"*

Trong trường hợp của cháu, nếu muốn cho cánh mũi mỏng lại thì phải phẫu thuật gọt bớt sụn cánh mũi. Phẫu thuật này khó hơn cắt cánh mũi đơn thuần vì phải tách da ra và gọt bớt sụn cánh mũi cho mỏng lại, hoặc cắt cả sụn và da cánh mũi cho mỏng lại. Cách sau đơn giản hơn, nhưng phải chú ý giấu sẹo cho khéo để tránh mũi bị biến dạng xấu.

Cháu nên nhớ trị mụn ở mũi hết hẳn trước khi phẫu thuật để tránh nhiễm trùng khi mổ.

### **Chỉnh hình cho mũi cao lên bằng chất Gore-Tex**

*"Tôi 43 tuổi, muốn phẫu thuật cho mũi cao lên; nhưng tôi dễ bị dị ứng, sợ khi để chất silicôn cứng vào, cơ thể sẽ không chịu được. Nghe nói có chất Gore-Tex ít gây dị ứng hơn. Vậy tôi có thể dùng chất này để độn mũi thay silicôn cứng không?"*

Dùng chất Gore-Tex để độn mũi cao lên cũng được, nhưng chỉ định chính của Gore-Tex là làm cho phần mềm dày lên. Chất này mềm, giá đắt hơn silicôn cứng, chưa được dùng nhiều ở Việt Nam. Theo các tài liệu được phổ

biến trên thế giới thì dùng nó cũng tốt, nhưng không phải là hoàn toàn không gây dị ứng. Do đó, bà nên suy nghĩ và tham khảo thêm ý kiến của bác sĩ giải phẫu thẩm mỹ trước khi quyết định dùng chất này để làm đẹp mũi.

### **Điều trị u nhú ở chóp mũi**

*"Tôi 25 tuổi, cách đây 1 tháng, trên phần da ở chóp mũi tự nhiên nổi lên u nhỏ màu trắng, ngày càng lớn dần. Tôi đã bôi rất nhiều thuốc nhưng không khỏi. U này không đau, không chảy máu, nếu dùng ngón tay bấm đứt phần trên ra thì vài bữa sau u lại nổi to lên như trước. Xin cho biết đó là u gì, có nguy hiểm không và cách điều trị như thế nào?"*

Theo như bạn tả, đây là một loại u nhỏ thường gặp ở ngoài da. U này lành tính, thường gọi là bướu gai hay u nhú. U này hay tái phát nếu điều trị không triệt để. Cách điều trị là phẫu thuật cắt bỏ u bằng dao thường hay cắt đốt bằng dao điện. Sau khi cắt tổ chức u, nên gửi xét nghiệm mẫu bệnh phẩm để xác định bệnh và loại trừ trường hợp ung thư da giai đoạn đầu.

### **Tác hại của chất silicôn lỏng**

*"Mũi tôi không thấp lắm, nhưng hơi bị gãy ở chỗ tiếp giữa mũi và trán. Tôi muốn chỗ này cao lên một chút, nhưng rất sợ phẫu thuật. Thay vì mổ, bác sĩ có thể bơm cho tôi một chất gì đó (như silicôn chẳng hạn) để cho mũi cao lên chút đỉnh không?"*

Một chất được cho vào cơ thể để thay thế các phần của cơ thể bị thiếu (như xóa các nếp nhăn, bơm vào các phần bị lõm cho đầy lên, bơm vào nơi đặc biệt cần làm to lên) cần có đủ các yếu tố sau:

1. Dễ tìm với giá không đắt lắm.
2. Có thể chế tạo được đúng theo mẫu yêu cầu.
3. Có thể tiêm trùng nhiều lần và giữ được ở nhiệt độ bình thường, không bị hư hoặc biến chất.
4. Cây vào cơ thể dễ dàng.
5. Chỉ gây phản ứng tại chỗ, tạo thành mô xơ bao bọc chung quanh.
6. Không bị mô chung quanh làm biến đổi chất.
7. Không gây phản ứng hóa học với cơ thể.
8. Không gây phản ứng của cơ thể chống lại chất cấy vào.
9. Bơm vào mặt không gây mù mắt.
10. Không độc cho cơ thể.

11. Không gây ung thư.
12. Không gây sinh quái thai.
13. Không gây phản ứng dị ứng hay viêm nhiễm.
14. Có thể chịu được chấn động cơ học.
15. Có yếu tố vật lý giống như các mô chung quanh nơi cấy của cơ thể.
16. Được tổ chức chung quanh dung nạp lâu dài.
17. Không bị thoái hóa.
18. Tồn tại lâu dài tại nơi được cấy vào, bị cơ thể hấp thu rất ít hay không bị hấp thu theo thời gian.

Đáp ứng được 18 tiêu chuẩn trên, silicôn lỏng là chất khá tốt để cấy vào cơ thể. Nó đã được dùng phổ biến trong hơn 20 năm nay ở rất nhiều nước trên thế giới. Nhưng việc dùng chất này ở Việt Nam gặp một số trở ngại. Rất nhiều người bơm silicôn lỏng vào mũi bị phản ứng, phải mổ nhiều lần nhưng không giải quyết triệt để được tai biến này. Do đó, silicôn lỏng đã bị cấm dùng tại TP Hồ Chí Minh.

Trường hợp của bà nên phẫu thuật nâng mũi bằng silicôn cứng hoặc sụn của cơ thể, không nên tiêm bất cứ chất gì làm đẹp vào người vì có thể gây hại về sau.

### **Mổ lấy hết silicôn ở mũi**

*"Trước đây tôi có bơm độ 2 ml silicôn vào mũi, đã được mổ một lần cách đây một năm để lấy ra. Sau khi mổ, bệnh chỉ giảm chút ít chứ không hết hẳn được. Gần đây, chỗ bơm silicôn trước lại sưng nhiều lên, mũi biến dạng rất xấu. Có cần mổ lại nữa không?"*

Hiện giờ chưa có cách nào mổ lấy hết chất silicôn bơm vào mũi mà không phải cắt mở rộng da và phần mềm ở mũi. Như vậy, mũi sẽ bị biến dạng rất xấu. Thật ra, khi mổ lấy mô ở mũi, nơi bơm silicôn thì người ta chỉ thấy bệnh tích viêm không đặc hiệu, không thể nào biết chất silicôn đã bơm vào đó nhiều năm trước có còn lại hay không.

Do đó, phẫu thuật chỉ dùng trong trường hợp mũi bị biến dạng nhiều hoặc bị sưng đau nhiều. Trường hợp của bà đã mổ một lần rồi, nhưng bệnh vẫn chưa hết, hiện đang sưng đau, có lẽ nên dùng thuốc kháng viêm một thời gian và theo dõi. Chưa nên mổ lại ngay vì có thể sau lần mổ này, bệnh cũng không dứt hẳn.

## Điều trị phản ứng với silicôn lỏng bơm mũi

*"Tôi 45 tuổi, cách đây 3 năm có bơm silicôn lỏng vào mũi cho mũi cao hơn. Sau đó 1 năm, vùng da ở mũi sưng nề rất đau, tôi đã mổ nạo ra. Sau khi nạo, mũi bị xẹp xấu quá nên tôi có nhờ bác sĩ đặt mảnh silicôn cứng vào. Bây giờ mũi lại bị sưng và trên mũi có lỗ rò nhỏ, khi ấn có nước trong trong chảy ra. Tôi phải làm sao hở bác sĩ?"*

Chị nên lấy mảnh silicôn ra và nạo tiếp tổ chức viêm ở mũi, nơi đã được bơm silicôn lỏng lúc trước. Ở những tổ chức được bơm silicôn lỏng thường xảy ra phản ứng viêm và khó điều trị dứt điểm. Do đó, không nên đặt thêm chất độn mũi vào, dù chất đó là silicôn cứng hay chất xương, sụn của chính cơ thể.

## Giải phẫu thẩm mỹ mũi có bơm silicôn

*"Tôi 34 tuổi, 5 năm trước có bơm silicôn vào mũi cho cao lên. Từ đó đến nay, nơi bơm silicôn vẫn bình thường, không bị sưng đau gì hết nhưng không được đẹp. Nay tôi muốn giải phẫu thẩm mỹ đặt sống mũi vào cho đẹp hơn, có được không?"*

Rất nhiều trường hợp bị dị ứng do bơm silicon lỏng vào mũi, điều trị rất khó, nhiều khi phải giải phẫu nhiều lần nhưng không giải quyết được hết bệnh. Thời gian phản ứng với silicôn thay đổi tùy người. Có người vài năm, có người 5-10 năm sau mới bị phản ứng. Bạn không bị dị ứng với silicôn mũi là rất may. Tuy nhiên, nếu phẫu thuật đặt sống mũi vào, tỷ lệ bị viêm nơi bơm silicôn cũ sẽ cao, có thể phải mổ để giải quyết các tổ chức viêm này, thậm chí phải lấy mảnh silicôn cứng ra.

Tóm lại, bạn không nên phẫu thuật thẩm mỹ trên mũi đã bơm silicôn, hay đúng hơn là không nên làm một thủ thuật hay phẫu thuật gì ở mũi nếu chưa thực sự cần thiết cho sức khỏe. Vì các phẫu thuật này sẽ kích thích và tạo điều kiện cho mũi phản ứng lại tổ chức của mũi, vùng bơm silicôn vào từ nhiều năm trước.

## Tạo hình vết thương mất chất ở cánh mũi

*"Tôi 27 tuổi, 2 năm trước bị tai nạn lao động, cánh mũi bên phải bị mất một mảnh nhỏ, đã được phẫu thuật cấp cứu may lại. Sau khi may, mũi phải tôi hẹp hơn mũi trái, trông rất khó coi. Có cách nào làm cho mũi hai bên cân xứng được không?"*

Các vết thương mất chất ở mũi có thể tạo hình lại được bằng cách lấy phần sụn vành tai ghép vào hoặc chuyển vạt da bên cạnh mũi lên. Ngoài ra, còn một cách nữa là cắt cánh mũi bên trái cho nhỏ lại bằng bên phải, nếu mũi bên phải không xấu lắm và không hẹp lắm. Đây là cách đơn giản nhất, ít bị sẹo nhất. Dùng phương pháp nào có lợi nhất cũng tùy trường hợp, phải xem cụ thể mới giải quyết được.

**Phẫu thuật vách ngăn và chỉnh hình mũi**

*"Tôi 29 tuổi, bị viêm mũi, vẹo vách ngăn mũi và mũi thấp. Sau khi điều trị hết viêm mũi, tôi cũng hết hẳn nghẹt mũi. Nhưng bác sĩ khuyên nên mổ vách ngăn để tránh viêm mũi tái phát. Tôi có thật sự cần phải mổ vách ngăn và luôn tiện làm cho mũi cao lên được không? Nên thực hiện 1 hay 2 lần?"*

Hầu như ở người nào, vách ngăn mũi cũng bị vẹo một chút, Nếu vẹo ít thì không có vấn đề gì, không mổ cũng được. Phải khám trực tiếp người bệnh mới xác định có nên mổ hay không. Có thể phẫu thuật điều trị vách ngăn mũi và thẩm mỹ mũi cùng lúc cũng được. Tuy nhiên, đa số bệnh nhân thích phẫu thuật điều trị vách ngăn trước, khi ổn định sẽ phẫu thuật thẩm mỹ mũi sau. Việc này có lợi là mình chia ra hai loại phẫu thuật, điều trị riêng và thẩm mỹ riêng để cho tất cả đều đạt kết quả tốt.

Sửa lại mũi cho cao lên không làm cho bệnh mũi bị nặng thêm.

**Thẩm mỹ mũi sau mổ vách ngăn**

*"Tôi 30 tuổi, trước đây mũi cũng cao bình thường. Sau đó do bị vẹo vách ngăn mũi và phải mổ vách ngăn nên mũi tôi bị xẹp xuống phần giữa, trông rất xấu. Có mổ sửa lại cho mũi cao lên được không?"*

Một trong những hậu quả của phẫu thuật vách ngăn mũi là làm mũi bị xẹp xuống khi phẫu thuật lấy phần cao của vách ngăn bị vẹo. Các trường hợp này có thể khắc phục bằng cách phẫu thuật độn mũi cao lên. Cách mổ cũng giống như mổ thẩm mỹ bình thường, tuy rằng phẫu thuật có khó hơn chút ít vì sợ dính do mổ vách ngăn cũ.

**Giải phẫu thẩm mỹ mũi không thấy sẹo và không cần cắt chỉ**

*"Cháu 20 tuổi. Mỗi khi soi gương thấy mũi mình hơi thấp và bị lõm một chút ở giữa, cháu cứ ước giá nó cao và thẳng lon một chút thì đẹp biết mấy! Gần đây, cháu có nghe nói ở TP Hồ Chí Minh, người ta có thể giải phẫu thẩm mỹ cho mũi cao lên mà không thấy sẹo gì hết; mổ xong về liền không cần cắt chỉ, chuyện đó có thể tin được không?"*

Phương pháp giải phẫu thẩm mỹ mũi không để lại sẹo và khỏi cắt chỉ là phương pháp tương đối mới và đã được thực hiện một số nơi ở TP. Hồ Chí Minh. Phương pháp này rất tiện, khách giải phẫu mũi trong nhiều trường hợp chỉ cần gặp bác sĩ phẫu thuật một lần là có mũi đẹp ngay. Đường mổ được thực hiện phía dưới môi trên, tách rộng lên trước xương mũi đến trán. Đặt sống mũi vào xong, nơi mổ được may lại bằng chỉ ta, không cần cắt chỉ và hoàn toàn không thấy sẹo mổ bên ngoài.

Ngoài việc không để lại sẹo, không cần cắt chỉ, phương pháp phẫu thuật này còn có lợi là mũi dễ lành hơn vì nơi mổ hoàn toàn cách biệt với mũi, không sợ bị các bệnh như viêm mũi ảnh hưởng đến nơi mổ. Tuy nhiên, phẫu thuật khó hơn các phương pháp sửa mũi thông thường.



## Cấy tóc

### Tóc bị xoắn

*"Tóc tôi bị xoắn (người ta gọi là tóc sâu) rất nhiều. Chị tôi bảo nhổ từ từ sẽ hết, nhưng sau khi nhổ nhiều lần tóc mọc lại vẫn thế; ngoài ra tóc lại bị rụng, không thẳng. Có phải do máu xấu hay do dầu gội? Hiện nay mỗi lần gội hay chải đầu, tôi đều bị rụng rất nhiều tóc. Có phải như vậy là da đầu có vấn đề không (vì trước đây tôi đã được tiểu phẫu u mỡ ở da đầu sau gáy)?"*

Tóc tự nhiên bị xoắn thường do yếu tố di truyền. Bạn nên lưu ý xem trong gia đình có ai tóc bị xoắn giống như vậy không. Muốn làm cho tóc thẳng lại chắc phải chải thuốc, nhưng tóc mới mọc ra sẽ lại bị xoắn tiếp. Nhiều khi tóc xoắn cũng có nét đẹp riêng, do đó có nhiều người tóc thẳng lại muốn uốn xoắn cho đẹp.

Mỡ u mỡ da đầu có thể làm hỏng một số chân tóc, do đó vùng sẹo mỡ thường không mọc tóc. Nhưng khi sẹo đã lành lâu rồi thì không còn gì phải lo nữa; không phải do u mỡ mà tóc dễ bị rụng đầu. Việc bạn hay bị rụng tóc mỗi lần gội đầu hoặc chải tóc có thể do nguyên nhân khác như bệnh da đầu (vi nấm vùng da đầu, viêm nhiễm vùng da đầu do gãi hay nhổ tóc thường xuyên...). Cơ thể bị một bệnh gì đó chưa hoàn toàn hồi phục hoặc dùng một vài loại thuốc trị bệnh đặc biệt như thuốc trị bệnh ung thư cũng có thể gây rụng tóc. Bạn không dùng thuốc điều trị gì, có thể không bị rụng tóc do thuốc.

Tóm lại, bạn đừng nên nhổ tóc nữa. Hãy giữ da đầu luôn sạch và lành mạnh, giữ sức khỏe tốt, tóc dù xoắn nhưng sẽ mọc đẹp. Nên chú ý thương mái tóc đặc biệt của mình, nên quý nó và chăm sóc nó cẩn thận vì đó là một nét đẹp đặc biệt của riêng bạn mà người khác khó có được.

### Tóc quăn và rụng

*"Trước khi tôi lập gia đình, tóc tôi dài và thẳng. Sau khi lấy chồng và sinh con, mỗi lần chải tóc hoặc gội đầu, tóc tôi rụng rất nhiều. Những sợi mới mọc ra bị quăn từ ngoài ngọn vào, làm cho tóc tôi bây giờ không còn suôn thẳng như hồi trước nữa. Vì công việc, tôi phải đứng ngoài trời suốt ngày đến 10 giờ tối mới nghỉ. Có phải vì vậy mà tóc rụng nhiều và quăn không? Hay là tôi có bệnh gì khác nên mới ảnh hưởng như vậy?"*

Việc có gia đình và sinh con có thể ảnh hưởng đến sức khỏe chung trong một thời gian nhất định. Ảnh hưởng đó có thể làm xáo trộn sự phát triển của tóc theo cơ chế toàn thân. Khi hết bị xáo trộn, thường tóc mọc trở lại như cũ với cấu trúc, hình dạng như trước. Ngoài việc đứng ngoài trời suốt ngày, nguyên

nhân hiện tượng dễ rụng tóc và tóc mới mọc không được tốt của bạn có thể còn là bệnh ở da đầu (chân tóc) hay một bệnh gì đó của cơ thể, gây xáo trộn sự mọc tóc và tóc dễ rụng. Bạn nên đi khám bác sĩ chuyên khoa da liễu để được hướng dẫn và điều trị cụ thể.

### **Dau chân tóc**

*"Cháu 18 tuổi, cách đây 7 tháng bị đau chân tóc, khi ra gió hay chải đầu thì bị đau. Hồi đó cháu gội đầu thường xuyên bằng các dầu gội thông thường và đã đi nhuộm tóc đen một lần. Cháu thường xuyên thức rất khuya để học, có thời gian thì đau nhiều và có thời gian thì đau ít. Bệnh này kéo dài từ đó đến bây giờ. Cháu ăn uống sinh hoạt bình thường, da đầu không có biểu hiện gì lạ. Vùng đau nhiều nhất là vùng đỉnh đầu. Cháu rất lo lắng về bệnh của cháu".*

Trước khi bị đau da đầu, cháu có nhuộm tóc đen một lần và sau đó gội đầu thường xuyên bằng các dầu gội thông thường. Chứng bệnh đau da đỉnh đầu của cháu có nhiều khả năng là do viêm hoặc dị ứng da tại chỗ thôi, chứ không có gì trầm trọng đến nỗi cháu phải lo sợ nhiều, ảnh hưởng đến việc học.

Cách điều trị cũng đơn giản thôi, cháu cần hớt tóc ngắn, giữ da đầu luôn được sạch, nên chải tóc bằng lược thưa một chút và dùng ít thuốc kháng sinh hay kháng viêm. Nếu bệnh không thuyên giảm hoặc có gì cháu không yên tâm lắm, hãy đến khám bác sĩ chuyên khoa da liễu.

### **Phẫu thuật cấy tóc**

*"Tôi 51 tuổi, tóc bị rụng nhiều, nhất là ở đỉnh đầu. Trong phẫu thuật thẩm mỹ có cách nào làm cho tóc mọc lại ở vùng này không? Có thuốc bôi hay cách nào giải quyết được việc này không?"*

Rụng tóc vùng đỉnh đầu làm trơ da đầu ra thường gọi là bệnh hói đầu, là trường hợp khá thường gặp trong giải phẫu thẩm mỹ. Nguyên nhân gây rụng tóc loại này là chân tóc bị thoái hóa khi đến một tuổi nào đó. Nguyên nhân của sự thoái hóa đến nay vẫn chưa được biết, có nhiều khả năng do di truyền.

Không có loại thuốc bôi nào điều trị được trường hợp này. Muốn điều trị, bạn phải dùng đến một trong các phẫu thuật sau đây:

- Cắt bớt phần da bị mất tóc sau khi kéo giãn các nơi còn tóc để phủ lên, làm hẹp chỗ bị mất tóc lại.

- Cấy tóc vào chỗ thiếu. Phẫu thuật cấy tóc là lấy tóc từ vùng sau hoặc vùng nào tóc mọc dày, cấy vào chỗ thiếu, giống như cấy lúa vậy. Một vài chi tiết về phẫu thuật này:

+ Phẫu thuật tùy theo cấy tóc nhiều hay ít.

+ Thời gian mổ từ 1 đến 3 giờ.



+ Có thể gây tê hay mê.

+ Sau mổ có cảm giác đau, căng và trong thời gian đầu tóc mọc có vẻ không được tự nhiên, sau một thời gian sẽ bình thường trở lại.

+ Các biến chứng của phẫu thuật này gồm: tóc mọc không tự nhiên, nhiễm trùng, sẹo xấu, tóc cấy mọc kém... Các biến chứng này ít xảy ra.

+ Sau cấy tóc, khách giải phẫu có thể đi làm trở lại sau từ 3 đến 5 ngày. Sau 10 ngày hay 3 tuần, có thể làm việc nặng được. Tùy theo loại phẫu thuật, phải trên 18 tháng tóc mới mọc đầy đủ và đẹp được. Sau thời gian này, có thể cấy thêm tóc nếu muốn

+ Kết quả cấy tóc là vĩnh viễn.

Tóm lại, trường hợp của bạn có thể cấy tóc được. Khi cấy tóc, bạn sẽ được bác sĩ giải phẫu giải thích cụ thể hơn về kết quả và những việc cần chuẩn bị cho phẫu thuật này.

### **Cấy tóc**

*"Tôi năm nay 45 tuổi, tóc rụng nhiều ở đỉnh đầu, tự nhiên rụng, không do bệnh chân tóc hay bệnh gì khác. Tôi có dùng nhiều loại thuốc mọc tóc nhưng không kết quả, vậy phải điều trị như thế nào? Có cấy tóc được không? Có mấy kiểu cấy tóc và khi cấy vào, có sợ tóc nào không mọc hay tiếp tục rụng không?"*

Vấn đề mọc tóc và rụng tóc ở phái nam chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố, trong đó yếu tố di truyền rất quan trọng. Mỗi sợi tóc được nuôi dưỡng do chân tóc có tuổi thọ nhất định tùy theo vị trí. Tóc vùng trán và đỉnh đầu có tuổi thọ ngắn nhất. Để điều trị rụng tóc gây hói đầu, người ta lấy tóc ở những vùng mọc vĩnh viễn cấy vào vùng bị hói. Tóc này có chân tóc mang mã di truyền của nơi nó đã sinh ra, sẽ tiếp tục mọc vĩnh viễn ở nơi mới được cấy vào.

Có nhiều cách cấy tóc, cấy từng dây, từng nhóm hay từng sợi một, tùy thói quen của bác sĩ giải phẫu. Cách cấy riêng từng sợi tóc cho kết quả tốt nhất và tự nhiên nhất.

### **Cấy tóc vùng sẹo da đầu**

*"Tôi 32 tuổi, cách đây hai năm bị tai nạn giao thông, bị rách và mất chất một khoảng rộng ở da đầu vùng trán. Vùng này cho đến nay vẫn không mọc tóc. Có thể cấy cho tóc mọc vào chỗ sẹo này không?"*

Có thể cấy tóc lại chỗ sẹo vùng da trán bạn. Tuy nhiên, nếu nơi này sẹo quá, vấn đề máu nuôi kém thì kết quả của kỹ thuật cấy tóc có thể bị hạn chế hơn khi cấy tóc vào da đầu bình thường. Nếu sẹo không lớn lắm, có thể cắt bỏ sẹo rồi may da lại sau khi bóc tách rộng dưới da vùng chung quanh.

**Cấy tóc nơi mất da đầu**

*"Con gái tôi 18 tuổi, một lần do sơ ý dính găng máy tuốt lúa, tóc của cháu bị máy quấn vào và kéo mạnh làm tuốt luôn hết một mảng da đầu. Cháu đã được mổ cấp cứu, cầm máu và sau đó ghép da lại một mảnh lớn (khoảng 20 cm đường kính). Ở chỗ đó hiện bị mất tóc, chỉ còn ít tóc ở hai bên và phía sau thôi. Cháu phải đội tóc giả thường xuyên. Có cách nào làm cho phần da đầu mới ghép vào này mọc tóc không? Hoặc có cách nào trồng tóc vào không?"*

Trường hợp của con gái ông hơi khó vì mất nhiều tóc quá. Trong phẫu thuật thẩm mỹ có phương pháp cấy tóc, lấy tóc ở phần còn lại trên da đầu rồi trồng rải ra ở những nơi không có tóc. Nhưng với phần tóc còn lại vốn đã ít ỏi, nếu lấy thêm sẽ càng làm tóc thưa đi; trong khi nơi cần trồng lại quá rộng.

Ngoài cấy tóc, còn một cách nữa là kéo giãn da đầu cho phần da có tóc rộng ra rồi cắt bỏ dần phần da không tóc. Nhưng phương pháp này không đạt được kết quả bao nhiêu vì tóc còn lại ít quá.

**Cấy tóc vào hai bên thái dương**

*"Tôi năm nay 27 tuổi, tóc rụng nhiều ở hai bên thái dương, mỗi bên độ 5 cm vuông. Tôi muốn cấy tóc vào đó có được không? Nơi nào làm được?"*

Tình trạng rụng tóc của bạn hơi đặc biệt, không biết trong gia đình bạn có ai giống như vậy không. Nếu không, có thể hiện tượng rụng tóc này do bệnh của da đầu hoặc một tình trạng bệnh lý, bất thường của cơ thể. Phải khám bệnh và tìm ra nguyên nhân gây rụng tóc, điều trị được nguyên nhân này thì tóc có thể mọc lại được.

Bạn muốn cấy tóc cũng được, ở Thành phố Hồ Chí Minh có nhiều cơ sở giải phẫu thẩm mỹ làm được kỹ thuật này.

**Thuốc trị rụng tóc tự nhiên**

*"Tôi 50 tuổi, tóc vùng trán tự nhiên rụng nhiều. Nghe nói có phương pháp cấy tóc, đem tóc nơi này cấy sang nơi khác, cũng hay. Nhưng như vậy là mình được tóc chỗ này lại mất tóc chỗ khác, tôi không thích lắm. Có cách gì làm cho tóc mọc thêm mà không phải mất tóc nơi khác không?"*

Điều mong muốn của bạn cũng là mong muốn chung của mọi người. Uống hoặc bôi một loại thuốc gì đó để tóc không rụng nữa hoặc mọc thêm lên, khỏi phải mổ xẻ gì hết thì còn gì hay bằng. Tiếc thay, ngày nay người ta chưa tìm được thuốc đó.

Rụng tóc tự nhiên khi lớn tuổi như trường hợp của bạn là do di truyền. Chân tóc ở vùng đặc biệt của da đầu bị chất DHT trong máu phá hủy. Làm sao cho cơ thể đừng có chất này? Trong nghiên cứu điều trị bệnh quá phát tuyến

tiền liệt ở phái nam, người ta thấy chất Finasteride dùng với liều thấp có thể làm được việc này. Thuốc được điều chế với tên thương mại là Propecia, có tác dụng ngăn chặn sự biến đổi kích thích tố nam (Testosterone) thành DHT. Thuốc này làm chậm rụng tóc ở 83% người được thử nghiệm, nhưng không dùng được cho phụ nữ vì có thể gây quái thai. Ngoài ra, nó có thể gây tác dụng phụ như giảm ham muốn về tình dục và giảm 2% tinh trùng.

Tóm lại, thuốc uống Propecia làm chậm sự rụng tóc tự nhiên do di truyền, có tác dụng rất hạn chế trong việc kích thích mọc tóc. Điều bất tiện là phải dùng thuốc một thời gian dài. Nếu ngừng dùng thuốc, các kết quả đã đạt được sẽ biến mất trong vòng một năm. Cho đến nay, chưa một nghiên cứu nào đủ thời gian để kết luận là việc dùng thuốc trong nhiều năm có gây nguy hiểm gì thêm nữa không.

## Cơ sở khoa học của phẫu thuật hút mỡ

*"Cháu là một sinh viên ở TP Hồ Chí Minh. Nghe nói hiện nay trong phẫu thuật hút mỡ, người ta có thể lấy bớt phần mỡ ở nơi không mong muốn. Mong bác sĩ nói thật rõ về việc này".*

Hút mỡ là thao tác y khoa, dựa trên cơ sở khoa học rất vững chắc và đã được thực hiện tại nhiều nước trên thế giới.

Nhiều người than phiền là mỡ ứ đọng ở những nơi không mong muốn của cơ thể, ảnh hưởng nhiều đến thẩm mỹ của con người. Phụ nữ thường bị mỡ thừa đọng ở hông, đùi và bụng. Đàn ông cũng ứ mỡ ở hông và bụng. Mỡ ở những nơi này không bị giảm bớt khi tập luyện hoặc kiêng ăn. Thường người bệnh giảm mỡ ở mặt và ngực trước khi giảm mỡ ở những nơi này.

Ngay cả khi tập luyện nhiều, người ta vẫn thấy mỡ không giảm chút nào ở những nơi ngoan cố này. Yếu tố di truyền làm mỡ ứ đọng rất khó giải quyết. Việc tập luyện cơ thể đều đặn thường xuyên làm giảm số lượng mỡ trong cơ thể nhưng cũng làm cơ bắp phát triển, tăng thêm khối lượng của cơ thể. Thêm vào đó, do năng lượng sử dụng tăng lên nên cơ thể tích tụ mỡ nhiều hơn.

### Phẫu thuật giải quyết da và mỡ thừa ở cổ

*"Tôi 62 tuổi, sức khỏe vẫn bình thường nhưng cổ nhăn và đọng mỡ nhiều quá. Có cách gì làm cho da phẳng lại và cổ hết mỡ đọng không?".*

Trường hợp này rất phổ biến, nguyên nhân là tuổi già làm tổ chức da kém đàn hồi. Có thể giải quyết bằng kỹ thuật căng da mặt, cổ kết hợp với hút mỡ ở cổ. Nếu da mặt bà không bị nhăn lắm, có thể chỉ hút mỡ và căng da cổ cũng được.

### Hút mỡ ở dưới cằm

*"Tôi năm nay 54 tuổi, vùng cổ, vùng dưới cằm có nhiều mỡ quá. Có thể mổ lấy bớt mỡ ra được không? Phẫu thuật có để lại nhiều sẹo không?".*

Bà có thể phẫu thuật lấy bớt mỡ dưới cằm. Sau mổ sẽ có vết sẹo ngang nhỏ. Trong phẫu thuật thẩm mỹ ở cổ, người ta tìm cách dấu sẹo vào dưới cằm, sẹo này thường được các nếp nhăn ở da cổ che khuất... Cũng có cách khác nữa là hút mỡ, sẹo để lại nhỏ và hầu như không đáng kể.

## Hút mỡ bụng

"Tôi năm nay 37 tuổi, người cũng bình thường, không nặng cân lắm, nhưng phần bụng phía dưới rốn có nhiều mỡ quá, tôi rất muốn làm giảm mỡ đi. Nghe nói có phẫu thuật hút mỡ bụng, tôi rất thích. Xin bác sĩ cho biết sơ qua về phẫu thuật này, cảm ơn bác sĩ nhiều".

Hút mỡ là phẫu thuật thẩm mỹ được thực hiện ngày càng nhiều trên thế giới. Phẫu thuật này càng ngày càng có nhiều tiến bộ: an toàn, đơn giản và kết quả tốt.

Trong các vị trí được hút mỡ, vùng bụng dưới rốn là nơi dễ cho kết quả tốt nhất.

Hút mỡ bụng thường được thực hiện bằng hai đường rạch da nhỏ độ 1cm ở phía dưới rốn. Bác sĩ sẽ cho ống hút nhỏ vào hút lượng mỡ thừa ở bụng. Trước đây, người ta hút bằng ống hút lớn, gây nhiều sang chấn cho da bụng và sau khi hút vùng bụng có nhiều gợn sóng nhỏ, không được bằng phẳng. Ngày nay, người ta hút với ống hút nhỏ hơn, thời gian phẫu thuật lâu hơn, nhưng kết quả đẹp hơn. Tuy nhiên, để được kết quả tốt, da bụng cần săn chắc và đàn hồi tốt. Đối với da bụng mịn và nhão quá, hoặc có quá nhiều vết rạn do mang thai nhiều lần, cần phẫu thuật cắt bớt da và chỉnh hình thành bụng.

- *Phương pháp vô cảm*: Thường là gây tê tại chỗ với thuốc an thần nhẹ. Càng ngày người ta càng ít dùng phương pháp gây mê vì thời gian hậu phẫu kéo dài và nguy hiểm hơn gây tê tại chỗ.

- *Thời gian hậu phẫu*: Sau mổ, người được phẫu thuật bị đau nhẹ vùng mổ độ vài ngày, bụng vẫn còn căng phẳng trong hai hoặc ba tuần. Các vết mổ được cắt chỉ một tuần sau. Trong 10 ngày đầu, bệnh nhân phải mang gaine để ép chặt vùng mổ cả ngày lẫn đêm, 10 ngày tiếp theo, chỉ cần mang gaine ban ngày. Sau một tháng, kết quả đã thấy rõ; nhưng phải 3-6 tháng sau, da bụng mới phủ lên vùng mổ tự nhiên và đẹp hoàn toàn được.

## Hút mỡ bụng bơm lên mặt

"Cháu nghe nói ở thẩm mỹ viện có hút mỡ bụng hoặc đùi bơm lên mặt. Kỹ thuật này có làm được không? Có ảnh hưởng gì không?".

Đúng là có hút mỡ bụng hoặc đùi được, mỡ này có thể bỏ đi hay bơm lên nơi khác như ở mặt. Kỹ thuật này nếu làm đúng thì cũng không ảnh hưởng gì. Nơi được bơm mỡ vào sẽ bị xẹp bớt một ít sau 5-6 tháng do mỡ bị hấp thu. Thường phải bơm vài lần cách nhau một thời gian độ vài tháng mới có kết quả như mong muốn.

## Cấy mỡ vào nơi má bị hóp

*"Cháu chẳng may bị tai nạn, hiện giờ vùng má hóp lại và bị sẹo lồi. Cháu nghe nói các thẩm mỹ viện có cấy ghép mỡ cho đây. Vậy sau khi cấy, má cháu có được đầy đặn như mong muốn không?"*

Cấy ghép mỡ là lấy tổ chức mỡ từ nơi khác cấy vào một vị trí mới để bù lại sự thiếu mỡ ở nơi được cấy. Mô mỡ được lấy ở nơi có nhiều mỡ (như bụng chẳng hạn) và ghép vào vùng thiếu mỡ (thường ở mặt hoặc tuyến vú) cho nơi này đầy lên, trông đẹp hơn.

Trong trường hợp của bạn, cần xem lại nơi má bị lõm là do xương má lõm vào khi bị vỡ hay là do chất mỡ ở má bị mất đi. Nếu đúng do xương má bị vỡ, lún thì có thể cần phẫu thuật nâng xương lên hay là ghép xương, vì việc ghép mỡ không đủ làm cho hai bên má cân đối nhau.

## Hút mỡ bụng bơm lên má và mép miệng

*"Tôi 25 tuổi, chưa có gia đình, nhỏ con nhưng nây bụng tôi rất nhiều. Có thể hút mỡ được không? Kỹ thuật siêu âm tan mỡ là sao? Nếu lấy mỡ bụng hoặc đùi bơm lên gò má và mép miệng thì sau bao lâu mỡ sẽ tan. Kỹ thuật này có cần nằm dưỡng bệnh không? Có thể lấy mỡ người khác bơm vào không?"*

Trong trường hợp của cô, phẫu thuật hút mỡ bụng sẽ cho kết quả tốt. Người ta thường nghĩ rằng hút mỡ là phương pháp làm cho người gầy đi nhưng thực ra, phẫu thuật này chủ yếu là lấy bớt mỡ ở những nơi không mong muốn của cơ thể, làm cho người đẹp thêm.

Theo lý thuyết, tế bào mỡ bị hút đi rồi sẽ mất vĩnh viễn, nhưng các tế bào còn lại có thể dự trữ mỡ nhiều và tăng kích thước lên. Do đó, sau hút mỡ, bạn vẫn phải tiếp tục kiêng ăn và tập thể dục thường xuyên. Giữ được như vậy thì có thể khỏi phải hút mỡ lần thứ hai.

Tuy nhiên một số người sau khi hút mỡ, đã đẹp rồi lại muốn đẹp thêm ở một vài vị trí nào đó. Do đó, thường ba hoặc sáu tháng sau là có thể hút mỡ lần thứ hai được.

Phương pháp hút mỡ có dùng siêu âm là thêm bộ phân siêu âm cùng với ống hút để lấy mỡ ở những nơi khó hút bằng cách làm mỡ tan đi, hút ra dễ hơn. Hút mỡ cũng như các phẫu thuật khác, nếu làm đúng kỹ thuật thì không có nguy hiểm gì đáng kể.

Hiện nay chưa ai cấy mỡ người khác vào vì không có lợi, nhiều khi phải dùng phương pháp làm giảm miễn dịch để cơ thể không loại trừ mô mỡ này.

**Dùng mỡ bơm vào cho ngực to ra**

*"Chị tôi muốn bơm ngực, nhưng không biết kỹ thuật nào đẹp mà không hại sức khỏe?"*

Có một số người bơm mỡ vào ngực cho ngực to lên thay vì phải giải phẫu độn ngực bằng túi nước muối hay túi silicôn. Phương pháp này thường phải thực hiện nhiều lần, mỗi lần bơm với một số lượng mỡ vừa phải (từ 50 ml đến 100 ml mỡ). Nếu bơm nhiều cũng một lúc thì sẽ không đủ máu nuôi mỡ mới, dẫn đến bị hoại tử một phần, phải phẫu thuật lấy ra. Ngoài ra, khi bơm mỡ vào, có trường hợp mô mỡ được tổ chức xơ bao bọc giống như những khối u nhỏ ở ngực, khó phân biệt với ung thư. Do đó, cách đơn giản và an toàn nhất hiện nay để làm ngực lớn lên là phẫu thuật độn ngực bằng túi nước muối sinh lý.

**Thuốc làm tan mỡ bụng**

*"Có thuốc nào làm tiêu phân mỡ bụng mà không ảnh hưởng tới sức khỏe không?"*

Đề bụng bớt mỡ, có thể ăn ít chất thịt mỡ, tập thể dục, vận động cơ thể nhiều. Các loại thuốc uống tiêu mỡ có giá trị rất ít. Trường hợp mỡ quá nhiều, làm phẫu thuật hút mỡ là tốt nhất.

**Làm giảm mỡ**

*"Cháu 17 tuổi, cao khoảng 154 cm, nặng tới 52 kg. Số đo ba vòng của con là: 88-69-92. Cháu béo lắm phải không ạ? Có loại thuốc nào làm cho tan mỡ toàn thân không? Cháu bận đi làm, không tập thể dục mỗi sáng được"*

Ở tuổi 17, cháu chưa thể đi thẩm mỹ viện được. Hiện nay, điều cháu có thể làm là hạn chế ăn mỡ và giữ cho đừng lên cân. Tuy cháu không tập thể dục theo sự hướng dẫn của đài truyền hình mỗi sáng được nhưng nếu công việc hàng ngày là công việc chân tay thì đó cũng là một cách thể dục.

Cháu nên chú ý vận động đều để cơ bắp được phát triển đều đặn, tránh làm việc nhiều quá ở một bên tay hoặc chân vì như vậy cơ thể sẽ mất cân đối.

**Hút mỡ kết hợp với điều trị sẹo bụng**

*"Trước đây bụng tôi rất thon, đẹp. Sau khi sinh mổ (cách đây 5 năm), bụng tôi có một sẹo lớn rất xấu. Gần đây, có thể do lên cân chút ít nên bụng tích khá nhiều mỡ. Có thể làm phẫu thuật hút mỡ kết hợp với chỉnh hình sẹo bụng cho hẹp được không? Làm như vậy có gì nguy hiểm không?"*

Hút mỡ bụng rất có kết quả, phẫu thuật này làm giảm nhanh chóng lượng mỡ ở những chỗ không mong muốn mà không có phương pháp nào so sánh được. Trường hợp của chị, ngoài việc dư mỡ ở bụng còn có thêm sẹo xấu cần



giải quyết. Có thể hút mỡ xong thì phẫu thuật tiếp để chỉnh hình sẹo và thành bụng. Phẫu thuật này ngoài việc làm cho sẹo đẹp hơn còn giúp cắt bớt da và căng da cho thành bụng đẹp lại.

### **Chỉnh hình thành bụng**

*"Xin bác sĩ cho biết khi nào mới cần mổ chỉnh hình thành bụng?"*.

Sau khi sinh nhiều lần hoặc lớn tuổi, da bụng kém đàn hồi và chùng xuống, việc hút mỡ đơn thuần thường chưa đủ để làm cho bụng đẹp trở lại như thời còn trẻ. Phẫu thuật chỉnh hình thành bụng giải quyết được các trường hợp này.

Phẫu thuật thường bắt đầu bằng hút mỡ. Ngay sau khi hút mỡ xong, bác sĩ sẽ cắt bỏ phần da phía dưới của bụng, nơi được che trong quần lót, để tránh sẹo. Da thừa được tách ra và kéo xuống, cắt bỏ và may lại với phần dưới bụng theo vị trí này. Tùy theo tình hình da bụng, phẫu thuật có thể kéo dài 1 đến 3 giờ.

Chỉnh hình thành bụng thường cần phải gây mê. Sau mổ, bệnh nhân cần mang gaine trong một tháng. Trong 3 tháng đầu, sẹo mổ màu đỏ, sau đó mờ dần trong 1-3 năm.

Người được hút mỡ và căng da bụng nên theo chế độ dinh dưỡng thích hợp ngay từ trước khi phẫu thuật. Khi hút mỡ, lớp mỡ sát da được giữ nguyên để lót cho da được êm và đẹp. Lớp mỡ này sẽ dày lên khi cơ thể tăng trọng....

### **Nên hút mỡ bụng trên hay bụng dưới**

*"Bụng tôi nhiều mỡ quá, nhất là ở phần dưới rốn. Có thể hút mỡ một lần cả trên và dưới rốn được không? Nên hút phần nào trước và phần nào hút dễ hơn?"*.

Trong phẫu thuật hút mỡ vùng bụng, người ta thường chia làm hai vùng có khác nhau chút ít về giải phẫu là phần bụng trên rốn và phần dưới rốn, tạm gọi là phần bụng trên và bụng dưới.

Bụng dưới là nơi lý tưởng nhất để hút mỡ. Đây là vùng thường bị đọng mỡ nhiều hơn, tổ chức mỡ tương đối mềm, ít mạch máu, hút ra dễ và ít chảy máu khi hút.

Ở bụng trên, lớp da dày hơn và chứa ít mỡ hơn bụng dưới. Bụng trên to phần lớn là do sự phát triển của tổ chức cơ và da bụng, ngoại trừ một số ít người có lớp mỡ dày đến mấy phân. Tổ chức mỡ chặt hơn và tương đối dễ chảy máu hơn phía dưới nên thường khó hút hơn. Trường hợp của cô có vẻ không bị thừa mỡ nhiều lắm, có thể hút bụng dưới thôi, nếu muốn hút cả dưới và trên một lần cũng được.



**Các nguy hiểm của phẫu thuật hút mỡ**

*"Xin bác sĩ cho biết một số nguy hiểm có thể xảy ra khi phẫu thuật hút mỡ, có nên hút mỡ hay không?"*

Hút mỡ hay bất cứ thao tác y khoa nào cũng có thể gây nguy hiểm, cũng như nguy hiểm có thể xảy ra khi mình đi ngoài đường vậy (vấp ngã hay bị tai nạn giao thông). Tuy nhiên, không phải vì có một số người bị tai nạn khi đi ngoài đường mà mình ở nhà hoài.

Các nguy hiểm khi hút mỡ là nơi hút bị sưng, chảy dịch, mỡ vào máu gây tắc nghẽn một số mạch máu. Sau khi hút mỡ, có thể vùng hút không được đều, da bị chùng, xấu....

Các tai biến này càng ngày càng ít xảy ra và mỗi lần hút nếu chỉ hút với số lượng vừa phải thì hầu như không có tai biến gì. Vậy bạn hãy yên tâm và có thể hút mỡ tại cơ sở giải phẫu thẩm mỹ nào mà bạn tin tưởng.

**Chuẩn bị khi hút mỡ bụng**

*"Cần phải chuẩn bị gì trước khi phẫu thuật, việc phẫu thuật có nguy hiểm gì không?"*

Phẫu thuật hút mỡ bụng dưới đơn giản, cho kết quả tốt và dễ thực hiện hơn bụng trên vì nơi này tổ chức mỡ lỏng lẻo, dễ hút ra hơn. Tuổi hút mỡ tốt nhất là khoảng 40. Nếu 50 tuổi mà vẫn khỏe mạnh thì không có gì đáng ngại khi hút mỡ. Để bảo đảm kết quả tốt khi hút mỡ, bác sĩ sẽ cho làm một số xét nghiệm trước mổ như thử máu (xem có bị nhiễm trùng hoặc rối loạn đông máu gì không), đo điện tim. Có thể phải làm một số xét nghiệm cần thiết khác tùy theo tình hình sức khỏe của bệnh nhân. Bệnh nhân nên kể cho bác sĩ biết hiện đang uống thuốc gì, có dị ứng thuốc hoặc từng phẫu thuật gì không để có kế hoạch chuẩn bị tốt.

Nếu sức khỏe hoàn toàn tốt thì việc hút mỡ bụng dưới không có gì đáng ngại. Phẫu thuật sẽ tiến hành với phương pháp gây tê tại chỗ, bệnh nhân có thể nói chuyện với bác sĩ trong lúc phẫu thuật. Phẫu thuật được tiến hành trong 1-2 giờ, tùy theo lượng mỡ nhiều hay ít. Sau phẫu thuật độ một giờ, bệnh nhân có thể về nhà được, ngày sau đến tái khám để thay băng và sau 1 tuần thì cắt chỉ.

Nguy hiểm do hút mỡ thường xảy ra khi hút quá nhiều nơi, quá nhiều mỡ cùng một lúc, thời gian mổ kéo dài. Do đó, đối với những người có nhiều mỡ thừa ở nhiều nơi trên cơ thể, nên chia phẫu thuật ra làm nhiều lần.

## Các loại phẫu thuật thẩm mỹ khác

### Giải phẫu thẩm mỹ cho bắp chuối nhỏ lại

"Cháu mới 18 tuổi mà sao hai bắp chuối chân to quá. Khi mặc đồ ngắn tập thể thao cháu rất xấu hổ vì tội bạn cháu cứ chọc cháu có đôi chân giống con trai.... Có cách nào làm cho hai bắp chuối nhỏ và đẹp lại được không?"

Bắp chuối to là do cấu trúc của bắp chuối có nhiều mỡ hoặc do vận động nhiều (như đi bộ, leo núi, đá bóng) khiến bắp thịt to ra. Ngoài ra, ở một số người có xương rất to nên bắp chuối cũng to theo.

Trường hợp của cô, bắp chuối to không biết do nguyên nhân gì. Nếu do nhiều mỡ, có thể hút bớt mỡ. Cách giải quyết này hầu như không để lại sẹo. Còn bắp chuối to do cơ thể phát triển nhiều hoặc do xương lớn thì chưa thấy tài liệu nào nói cách điều trị. Việc phẫu thuật có thể không có lợi cho sức khỏe chung và để lại nhiều sẹo kém thẩm mỹ.

### Phẫu thuật cánh tay nhỏ gọn

"Có cách nào làm cho tay mình nhỏ, thon lại không bác sĩ?"

Cánh tay to có thể do hai nguyên nhân: Cơ bắp phát triển nhiều (ở một số người tập thể dục, thể thao thường xuyên, nhất là những lực sĩ cử tạ hay tập thể dục thẩm mỹ) hoặc có nhiều tổ chức mỡ dưới da tay. Muốn cánh tay nhỏ bớt, trong trường hợp thứ nhất, phải giảm vận động cánh tay lại. Trường hợp cánh tay to do ứ đọng nhiều mỡ, có thể phẫu thuật hút bớt mỡ ở cánh tay.

### Phẫu thuật độn cằm

"Cháu 16 tuổi, cằm hơi lẹm (không được nhô ra như các bạn). Nghe nói phẫu thuật thẩm mỹ làm mũi cao lên được, vậy có làm cằm nhô ra được không? Độn cằm bằng chất gì? Có nguy hiểm lắm không? Sau khi mổ có bị sẹo không?"

Phẫu thuật độn cằm cũng giống như độn cho mũi cao lên vậy. Chất độn có hai loại là xương tự cơ thể hoặc là chất độn ở bên ngoài.

Xương được dùng để độn cằm chính là xương hàm dưới, vùng cằm. Người ta cưa xương hàm dưới rồi kéo ra trước một chút, cố định lại ở vị trí mới. Như vậy là có cằm nhô ra ngay, nhiều hay ít tùy theo mình muốn. Phẫu thuật này khá phức tạp vì phải cưa xương, kết hợp xương. Một cách khác đơn giản hơn là dùng chất silicôn cứng, giống như loại silicôn độn mũi, đặt vào phía

trước cằm. Sau khi mổ thường không thấy sẹo vì đường mổ được giấu vào phía trong miệng hoặc phía dưới cằm.

### **Làm đầy tổ chức vùng mặt**

*"Tôi 24 tuổi, cách đây 2 năm bị tai nạn gãy xương má, gây lõm một bên má. Lúc bị tai nạn, vùng má và mắt bị sưng nhiều nên không biết. Đến khi hết sưng (một tháng sau) mới thấy gò má bên cao bên thấp, bác sĩ cho biết xương gãy đã liền cứng rồi, không làm gì được. Bây giờ mỗi lần nhìn mặt mình trong gương tôi rất buồn và mặc cảm. Có cách gì làm cho xương má hai bên cân đối lại như xưa không?"*

Tình trạng gãy xương gò má do tai nạn giao thông khá phổ biến. Tình trạng ít được chú ý đến vì thường bị máu tụ che kín. Hơn nữa, nó cũng không gây rối loạn chức năng gì đáng kể. Rất ít trường hợp gãy gò má gây mù mắt hoặc rối loạn vận động mắt. Trường hợp trật khớp cắn hoặc há miệng to được cũng hiếm. Do đó, nếu bị nhiều chấn thương cùng lúc ở vùng mặt, gãy xương má hay bị lãng quên nhiều nhất, để lại dư chứng kém thẩm mỹ.

Một tuần sau khi bị tai nạn, xương gãy đã liền lại, rất khó điều trị. Sau một tháng thì hầu như không nắn xương lại được. Do đó, chỉ còn một cách duy nhất làm cho gò má hai bên cân đối nhau là phẫu thuật chỉnh hình, ghép xương hoặc sụn vào phía bên má bị lõm, hoặc dùng các chất nhân tạo như silicôn cứng hoặc collagen ghép vào (cách này có lợi hơn vì chỉ phải mổ một nơi ở vùng mặt thôi).

### **Xóa đồng tiền nhân tạo ở má**

*"Tôi 34 tuổi, 5 năm trước có giải phẫu thẩm mỹ làm đồng tiền hai bên má. Không may là 2 đồng tiền này sâu quá nên ngay cả khi không cười, má cũng bị lõm. Tôi muốn xóa bỏ chúng có được không? Có bị nhiều sẹo lắm không?"*

Đồng tiền này có thể xóa được bằng cách phẫu thuật mặt trong má, không gây thêm sẹo gì ngoài da hết.

### **Điều trị méo mặt do liệt thần kinh 7**

*"Cháu 20 tuổi, 6 năm trước do bị cảm nên gương mặt bị méo xệch sang một bên, bác sĩ bảo là liệt thần kinh 7 ngoại biên. Cháu đã dùng rất nhiều thuốc, cả châm cứu nữa nhưng bệnh không hết. Những lúc cười đùa với bạn bè nếu tình cờ thấy mình trong gương là cháu giật mình vì mặt bị méo nhiều hơn. Có cách nào cho gương mặt cháu bình thường trở lại không hả bác sĩ?"*

Trường hợp của cháu khá phổ biến. Đúng như các bác sĩ điều trị cho cháu đã nói, đây là bệnh liệt thần kinh 7 ngoại biên, có nhiều khả năng do nhiễm virus. Sọ có 12 sợi thần kinh, thần kinh 7 là thần kinh chỉ huy vận động

cơ, da mặt, bài tiết nước mắt và vị giác ở một bên lưỡi. Ngày xưa, người ta gọi bệnh này là liệt thần kinh 7 ngoại biên không rõ nguyên nhân, hay liệt do lạnh vì nghĩ rằng thời tiết lạnh làm máu nuôi tới thần kinh 7 bị giảm. Các trường hợp này đa số tự hồi phục (có thể đến 90% tự hồi phục sau vài tuần) dù có điều trị hay không. Tuổi nào cũng có thể bị bệnh, không may bệnh lại xảy ra cho cháu vào tuổi mới trưởng thành và lại không hồi phục.

Việc giải quyết liệt thần kinh 7 ngoại biên thuộc chuyên khoa Tai mũi họng và phẫu thuật tạo hình. Thường dây thần kinh này cũng bị liệt khi bị biến chứng của bệnh chảy mủ tai (con đường mà dây thần kinh này đi qua nằm trong xương tai). Do đó, khi dây thần kinh 7 bị liệt do lạnh mà quá 6 tuần không hồi phục, bác sĩ Tai mũi họng có thể phẫu thuật giảm áp lực ống xương và bao thần kinh đè vào nó. Phẫu thuật này giúp nhiều người hết liệt. Đối với các trường hợp bị liệt sau nhiều năm, có thể phẫu thuật nối thần kinh hay tạo hình vùng mặt cho đẹp lại. Cháu có thể điều trị thử một trong các cách trên xem sao, chắc là sẽ tìm lại được phần nào sự cân đối, nét đẹp của khuôn mặt trước khi bệnh.

### **Chỉnh hình đầu ngực**

*"Tôi 54 tuổi, có lẽ do lúc trước khi nuôi con bằng sữa mẹ nên phần da đỏ ở ngực bị giãn rộng, không được đẹp. Nay tôi muốn cắt bớt phần da này, chỉ để lại ít da đỏ sát đầu ngực, có được không? Phẫu thuật này có để lại nhiều sẹo lồi không?"*

Phẫu thuật này cũng có nhiều người làm, tương đối đơn giản. Chỉ cần gây tê tại chỗ, phẫu thuật viên sẽ cắt đi vòng da đỏ phía ngoài, rộng hay hẹp tùy ý, sau đó tách rộng phần da trắng phía ngoài và may lại. Sẹo mổ sẽ nằm giữa phần da trắng và da đỏ, không thấy rõ. Phẫu thuật này ngoài việc làm cho phần da đỏ ở đầu ngực nhỏ lại còn có tác dụng làm cho da ngực được căng hơn, đẹp hơn.

### **Thu ngắn đầu ngực**

*"Tôi 30 tuổi, đầu ngực khá dài, nhô ra khỏi tuyến vú đến 3 cm, mặc áo ngực bị cản. Tôi muốn phẫu thuật cho đầu ngực ngắn bớt được không, sau này có gặp trở ngại gì trong việc cho con bú không?"*

Trong trường hợp của bạn, do phần da bọc quanh các ống dẫn sữa bị nhô ra nhiều nên đầu ngực cộm lên, hơi khác thường. Phẫu thuật thẩm mỹ có thể giải quyết được tình trạng này bằng cách cắt bớt da đỏ ở đầu ngực (phần nhô cao). Các ống dẫn sữa vẫn giữ nguyên. Như vậy, việc cho con bú sẽ không gặp trở ngại gì.

### **Nâng tuyến vú cao lên**

*"Tôi 45 tuổi, có 4 người con đều đã lớn. Có lẽ do tôi luôn cho các con bú bằng sữa mẹ nên bị chảy xệ xuống, trông không đẹp, khiến tôi phải mặc áo*

*ngực thường xuyên. Tôi có thể phẫu thuật cho ngực cao lên, hết chảy xệ không? Sau khi mổ có bị nhiều sẹo lắm không?"*.

Mổ để phẳng ngực lên cao (y học gọi là treo tuyến vú) là một phần quan trọng trong giải phẫu thẩm mỹ vú. Ngực bị xệ không phải chỉ vì cho con bú. Nhiều người không có con nhưng khi lớn tuổi cũng bị xệ ngực do các tổ chức mỡ thoái hóa và da giảm tính đàn hồi. Tùy theo vị trí đầu ngực (núm vú) với đường nối giữa vú với thành ngực mà người ta chia ngực xệ ra làm 3 mức độ.

Phẫu thuật treo ngực được thực hiện bằng cách cắt bỏ da tuyến vú và di chuyển đầu vú lên cao hơn, trở về vị trí thời còn trẻ. Sau mổ, sẽ có sẹo nhỏ quanh đầu vú và phía dưới đầu vú. Sẹo này sẽ mờ dần theo thời gian.

Tóm lại, trường hợp của bà rất hay xảy ra, có thể phẫu thuật và hầu hết những người được phẫu thuật đều hài lòng với kết quả.

### **Phẫu thuật độn cho xương chậu lớn hơn**

*"Tôi 46 tuổi, mấy năm trước cơ thể cũng cân đối, khá đẹp. Gần đây, có lẽ do hơi lên cân nên vùng eo tôi không được gọn và mông của tôi có vẻ hơi nhỏ. Có cách nào mổ chỉnh hình cho xương chậu lớn hơn một chút không?"*.

Hiện nay chưa có phẫu thuật nào làm cho xương chậu lớn hơn. Tuy nhiên, để mông được lớn, phẫu thuật thẩm mỹ có hai cách giải quyết: hút mỡ vùng hông hai bên cho eo nhỏ lại hoặc bơm mỡ vào mông cho mông lớn hơn. Có thể thực hiện hai việc này cùng lúc, trước hết hút mỡ cho eo nhỏ lại, xong lấy mỡ đó bơm vào mông. Tuy nhiên, việc bơm mỡ vào mông phải được thực hiện nhiều lần, mỗi lần một ít thì mới có kết quả tốt được. Nếu bơm vào một lượng lớn mỡ, cơ thể sẽ không nuôi dưỡng kịp, có thể gây hoại tử và làm mông xấu đi.

### **Làm cằm chẻ**

*"Cháu là con trai, xem phim thấy có vài nam diễn viên cằm chẻ trông rất hay. Cháu năm nay 18 tuổi, có cách nào giải phẫu cho cằm chẻ được không? Có bị nhiều sẹo không?"*.

Phẫu thuật cằm chẻ cũng đơn giản, sau mổ có một vết sẹo nhỏ độ 1 cm giấu phía dưới cằm, rất khó thấy. Thường thì người 15 tuổi trở lên đã có thể phẫu thuật.

### **Chấn thương mất móng chân**

*"Cháu 22 tuổi, cách đây mấy hôm bị mất hết móng chân áp út bên phải khi đi trượt nước ở công viên. Cháu chỉ bị chạm mạnh một cái thôi, không đau lắm, không ngờ một lúc sau thấy chảy máu ngón chân, xem lại thì móng chân không còn nữa. Như vậy có sao không, liệu móng chân cháu có mọc trở lại không hay là mất hẳn?"*.

Cháu chỉ bị mất móng chân thôi, tổ chức đầu ngón chân, nơi móng chân mọc ra thịt còn tốt, không bị bầm giập gì nhiều, về sau móng chân sẽ mọc ra thôi, cháu yên tâm.

## Bệnh tim và giải phẫu thẩm mỹ

*"Cháu năm nay 22 tuổi, rất thích làm đẹp. Thấy các bạn làm giải phẫu thẩm mỹ mũi, mắt đẹp, tự nhiên cháu cũng muốn làm lắm. Nhưng cháu bị bệnh tim bẩm sinh, khi làm việc gì mệt là hay ngất xỉu; thỉnh thoảng có những cơn rối loạn nhịp tim. Vậy cháu có làm giải phẫu thẩm mỹ được không? Có gì nguy hiểm không?"*

Giải phẫu thẩm mỹ là nhu cầu chung của mọi người. Người khỏe và người kém sức khỏe đều mong muốn được đẹp như nhau. Đây không phải chỉ là nhu cầu của người văn minh, có mức sống cao mà còn là nhu cầu của các dân tộc ít người trên thế giới. Do đó, mong muốn của cháu được phẫu thuật thẩm mỹ để đẹp hơn là rất chính đáng. Cháu có thể phẫu thuật được bất cứ vị trí nào của cơ thể mà cháu muốn. Tuy nhiên, vì có bệnh tim, cháu có thể gặp tai biến trong phẫu thuật. Vì vậy, cháu nên hỏi thêm ý kiến của bác sĩ chuyên khoa tim mạch trước khi phẫu thuật để chuẩn bị thuốc men cần thiết. Khi đi mổ, cháu nên báo cho bác sĩ giải phẫu thẩm mỹ biết tình trạng sức khỏe của mình để có sự chuẩn bị các loại thuốc hay phương pháp gây tê thích hợp.



## Ung thư do bơm silicôn

"Đã có người nào bị ung thư do bơm silicôn chưa?"

Silicôn có hai loại:

- Loại cứng dùng đặt vào mũi, cằm hoặc má cho tổ chức này cao, đẹp hơn, cho đến nay vẫn dùng và cho kết quả tương đối tốt, không gây nguy hiểm gì, khi cần có thể lấy bỏ ra.

- Loại lỏng bơm vào dưới da và vùng mũi, má... Có một số người bị phản ứng sung đỏ, đau nhức hay biến dạng xấu, phải điều trị. Hiện nay, chưa có bằng chứng xác định silicôn gây ung thư. Ở Việt Nam cũng như trên thế giới chưa có bệnh nhân nào bị ung thư do bơm silicôn.

### Tác hại của silicôn lỏng bơm mặt

*"Tôi 45 tuổi, 10 năm trước có bơm một ít silicôn lỏng vào mặt cho đẹp, nơi bơm cũng êm, không bị sưng đỏ gì. Vài năm sau, nơi bơm thuốc bị đóng vôi cứng, nhưng không bị đau. Đến nay, da mặt tôi bắt đầu nhăn nhiều, nơi má được bơm silicôn bị chảy xệ xuống rất xấu.*

*Tôi thường xuyên bị bệnh, hết bệnh này đến bệnh khác. Gần đây, nghe nói có người bơm silicôn vào ngực bị tai biến phải vào bệnh viện, tôi lo quá. Có phải do bơm silicôn vào mặt mấy năm trước mà bị nhiều bệnh quá như vậy không? Bây giờ tôi có nên mổ lấy silicôn ở mặt ra không? Tại sao bơm silicôn ngực mà lại bị nguy hiểm đến nỗi phải vào nằm bệnh viện vậy?"*

Theo y văn thế giới, cho đến nay, silicôn vẫn là thuốc tốt nhất làm đầy các phần khiếm khuyết của cơ thể. Ngoài các nhược điểm như nơi bơm thuốc vào một thời gian sau có thể bị đóng vôi cứng hoặc sưng tấy lên, hầu như silicôn không gây bệnh gì khác. Trước đây, người ta nghĩ silicôn có thể gây bệnh thấp khớp, bệnh tự miễn; nhưng qua các nghiên cứu của rất nhiều bệnh viện và cơ sở nghiên cứu y học thế giới, điều này đã được cải chính.

Ở Việt Nam, rất nhiều người bơm silicôn vào mũi bị phản ứng điều trị rất phức tạp, có người phải phẫu thuật nhiều lần mà không dứt được bệnh. Một số người khác dùng thường xuyên thuốc corticoides, bị tác dụng phụ của corticoides rất khó chịu. Nhưng cho tới bây giờ (sau 20 năm sử dụng), người ta đã xác nhận sự an toàn của silicôn với cơ thể.

Việc dùng silicôn lỏng ở ngực cũng vậy. Hiện nay, ở những người được phẫu thuật cấy túi silicôn vào tuyến vú (dù túi này còn nguyên hay bị vỡ), chất silicôn không gây hại gì cho toàn cơ thể. Trường hợp bơm silicôn vào ngực bị



phản ứng nặng phải vào viện điều trị có thể là do cơ thể phản ứng với loại thuốc dùng khi phẫu thuật.

Trước khi quyết định phẫu thuật lấy silicôn ra hay không, phải khám kỹ để tránh trường hợp phẫu thuật nhiều lần mà không được kết quả như mong muốn.