

蘿蔔腿是不可能消除的嗎？

解答／聯安預防醫學機構 骨骼肌肉健診顧問 白淳升博士

蘿蔔腿可分為兩大類。

一為病態性，如因心臟、腎臟或肝臟疾病所造成的水腫。二為非病態性：可再分為脂肪型及肌肉型。脂肪型是因小腿皮下脂肪堆積所造成；而肌肉型是因小腿後側肌肉過度肥大所形成。蘿蔔腿須針對其造成的因素對症下藥來處理，如因心臟病所引發的下肢水腫須改善心臟功能，才能控制水腫情況。而脂肪型則須透過燃燒脂肪或抽脂手術達到效果。肌肉型可藉由減少肌肉收縮、用力、伸展、放鬆肌肉或整型手術來改善。