

湏娛診所 李蕎如 以理性技術滿足感性美學的堅持

文、攝影／洪詩茵 部分圖片／湏娛診所



醫學，常被視為冰冷理性的科學領域；而**美學**，則充滿主觀與感性的追求。然而，當這兩者在李蕎如醫師的職業生涯中交會時，碰撞出的火花不僅點亮了她個人對美的執著，更為顧客帶來了一種更深層次的自我肯定。李醫師目前服務於湏娛診所，並以這裡為她事業深耕的基地。從最初選擇小兒科到毅然轉身投入醫美，這段旅程充滿了挑戰與堅持。

擁抱美學天性 從全妝上課到醫美實踐

李醫師對「美」的追求可謂與生俱來，從小就熱愛美術繪畫，大學時期更是每天全妝上課，風格鮮明。天秤

座的她，形容自己是個「龜毛愛美」的人，總是能輕易在臉上發現自己不滿意或介意的地方。

「我覺得醫美這個領域，能夠完美結合我的醫學專業，和對外表美感的熱愛。」對她而言，醫學技術提供了理性的工具，用來滿足我們在美學上的感性追求。醫美並非是將人塑造成某種固定的樣板，而是協助每個人找到「更好的自己」。

然而，在踏入醫美前，李醫師的人生規劃原本是成為一名小兒科醫師，這是在實習與住院醫師訓練中最初的選擇。但大醫院的高壓生活，讓她逐漸遠離理想中的人生樣貌，「那時候的生活，好像不是我想過的。」與一位投入醫美的同學聊過後，李醫師發現醫美的工作型態與她想要的特質更為契合，她做出了人生中重要的轉身——毅然投入醫美。



李蕎如醫師從小就對美學特別有感。

堅守專業 確保安全與美感兼具

服務客戶時，李醫師堅守「自然美」與「客製化」

的平衡。她認為每個人都是獨特的，不該用單一標準去衡量。因此，她的諮詢流程與多數診所不同，不會主動告訴客戶哪裡需要改進，而是花時間了解客戶的真實需求，從一句：「照鏡子或拍照時，你最在意哪裡？」開始。

溝通的目的是確保客戶的需求能與治療的實際效果達成共識，避免心理落差。有時，客戶提出的需求，從醫師的專業角度來看並不合適，甚至可能導致不自然的結果。在這種情況下，李醫師會堅守自己的專業界線，耐心說明原因，確保所有療程都建立在安全與美感兼具的基礎之上。

醫美的未來 從治療走向預防

在李醫師的理念中，醫美不應只是「修補」，更應該是「預防」。

「我覺得所有的醫療到最後都會走向預防，預防才是最重要的。」就像傳統醫學從治療（抗生素）發展到預防（疫苗）一樣，醫美也應如此。

她強調，預防老化的行動應從年輕時開始，基礎保養在 20 歲之後就必須啟動。其中，溫和清潔與防曬是最重要的基石。防曬不僅是為了不曬黑，更是為了抵禦紫外線對皮膚的影響，避免細紋、鬆弛與斑點等老化問題的出現。一旦這些問題發生，就需要投入更多的金錢和時間進行激進的治療，且難以恢復到原本的狀態。

此外，李醫師更建議女性應在 25 歲之後開始考慮醫美介入，因為此時膠原蛋白就會開始「斷崖式下跌」，要以更深層的方式切入，達到預防效果。目前預防醫美大致分為兩大方向：

一、膠原蛋白新生：電波與音波

膠原蛋白的流失難以僅透過外擦保養品解決，要改善更深層的問題，需要利用電熱刺激等醫美手段。李醫師建議，可透過電波或音波療程進行預防，通常一年一次。這些療程利用熱（約 45 度到 70 度）刺激膠原蛋白生成反應，是一種自然且漸進的預防方式。在老化尚

未嚴重時，藉由非侵入性療程預防，效果會比等到老化程度已深，才尋求改善要好得多。

二、靜態紋的預防：肉毒桿菌

李醫師也將肉毒桿菌視為預防醫學的一種。肉毒的主要功能是抑制做表情時產生的「動態紋」（如抬頭紋、皺眉紋、魚尾紋），它能抑制神經對肌肉的訊號，讓肌肉無法頻繁收縮，進而預防長期的動態紋進展成靜態紋。靜態紋是動態紋反覆擠壓皮膚形成的痕跡，一旦形成將很難消除，需要花費大量金錢和時間去改善。肉毒的注射頻率約為每半年一次，藥效約四到六個月會被代謝。如果開始在意臉上常出現的紋路，可以考慮以肉毒達到預防目的。

湊嫒診所的價值觀 尊重與透明化

在湊嫒診所服務超過四年的李醫師，選擇在此深耕，是因為診所的經營理念與她對醫美的堅持高度吻合，「診所高度尊重醫師的專業與看法，將顧客的健康與權益放在商業利益之前。所有療程都必須經過醫師評估才能進行，這點非常重要，因為醫美即便在商業化趨勢下，本質上仍是一種醫療行為。」

湊嫒診所執行長黃鈺羚也分享，當初創立診所的動機並非純粹的商業利益，而是出於極其簡單的初心——照顧好身邊愛美的朋友。基於這樣的理念，診所在選用儀器與耗材時堅持只用正貨、拒絕偷工減料，並以「最新、最好」為標準，即使成本更高也不妥協。

在這樣的核心價值之下，逐漸形塑出診所的三大服務優勢：

一、高客製化服務：從同理心出發，在客人的預算內追求價值最大化，讓客人以最少的花費獲得最佳效果；同時依照客人的臉部狀況，仔細判斷需要調整的區域，細膩度遠高於一般診所。

二、完整售後服務：對客戶負責到底，療程後覺得不滿意或需要微調，都可回診與醫師溝通討論。以常見的肉毒為例，若因肌肉強度差異或不對稱需要調整或補劑量

時，診所通常不會額外收費。

三、分享為主、避免推銷：堅守初心，諮詢過程以分享專業為主軸，價格公開透明，不強迫推銷，在信任與安心中自然形成良性循環。

談到儀器與耗材品質的重要性，李醫師特別說明，市場上因價格競爭激烈，有些診所會使用來源不明的產品或水貨，這可能對消費者造成難以挽回的健康風險。建議民衆選擇診所時，務必要確認對方使用的是原廠認證的儀器和耗材。可在現場透過掃描 QR Code 或鐳射標籤，直接在原廠官網確認該耗材是否為正貨，以保障自身權益。



渾嫫診所執行長黃鈺玲與李蕎如醫師理念非常契合。

自我滿足與成就感

對李醫師而言，從事醫美最大的喜悅，來自於陪伴客



渾嫫診所環境典雅宜人。

戶找出自己不滿意的細節，並透過適當的治療協助他們改善整體外觀、提升自信。這種將自己的愛美天性與專業工作結合的成就感，讓她堅定地走在這條路上。

除了強調專業技術，李醫師也分享了她個人簡單而實際的保養原則——落實清潔、確實防曬，並搭配定期的預防性醫美療程。她通常每年施作電波或音波，以維持緊實，而肉毒則約每半年施打一次，用以預防動態紋的形成。透過這種理性且循序漸進的方式，讓她得以維持年輕狀態，並分享自身經驗。

憑藉藝術性的眼光和醫學的精準，李醫師為每位客戶雕琢出最和諧自然的「樣貌」，並在客戶稱讚她手法細膩與態度溫柔時，感受到無比的職業滿足感。她的故事證明了，當對美的追求與專業的堅持相結合時，醫美不僅是一項技術，更是一份帶著溫度的陪伴。 🌸

Profile 李蕎如 醫師

● 主治項目：

各式微整注射、肉毒注射（除皺、拉提、止汗、肌肉治療）、各式光電雷射治療、皮膚保養、女性私密處保養微整、電波、音波

● 醫師學經歷：

中山醫學大學醫學系學士、高雄長庚紀念醫院醫師、台灣微整型醫學會專科醫師、台灣醫用光電醫學會會員醫師、中華亞太婦科美容醫學會會員醫師

● 專業認證：

舒顏萃 Sculptra 原廠認證醫師、鳳凰電波原廠認證醫師、海芙音波原廠認證醫師、美特拉線雕原廠認證醫師、蝴蝶電波原廠認證醫師等



李蕎如醫師堅持花時間找出客戶真正需求。