

# 职业刚需、颜值焦虑…… 花费平均比女性高出30% 男性医美崛起



商报制图  
但雯婷

不少男性博主分享自己的医美经历  
图源：小红书平台截图



随着观念的转变，男性也越来越愿意在自己的脸上花钱。近年来，像这样的场景越来越常见——男人们进美容院，不再只是陪伴，而是成为主角，接受割双眼皮、隆鼻、面部调整等医美项目。从“糙汉”到“精致大叔”，男性对容貌的追求正悄然打破传统观念，成为一股不可忽视的潮流。

中国整形美容协会等发布的《中国医美行业2024年度洞悉报告》称，男性市场正加速崛起。2023年，男性在医美消费上的支出同比增加了27%。在接受调研的男性中，43%计划在下一年增加在医美上的消费，这一比例高于女性群体。

那么，究竟哪些男性会选择做医美？医美火爆的背后，又潜藏着哪些社会原因？

## 医美需求日渐高涨 割双眼皮的男性越来越多

“以前来做双眼皮的大多是女性，现在男性的比例越来越高。”2月19日，杭州一家美容医院院长张温温告诉记者，她所在机构2021年—2022年接待的男性客户迅速攀升，翻了好几倍，尽管2023年出现了短暂性回落，但2024年呈明显增长态势。

28岁的程序员小张就是其中之一。小张一直因为单眼皮显得眼睛无神，在同事建议下尝试了割双眼皮，“做完后确实精神了不少，连客户都觉得我更有亲和力了。”

41岁的企业高管宋先生，则选择做了面部填充、美白和除皱，“年纪大了，脸有点垮，想让自己看起来更年轻、更有活力。”

25岁的小李也是男性医美大军中的一员。大学时期，他饱受青春痘的困扰，尝试过吃药、涂药等多种方法，但效果都不明显。在姐姐的推荐下，他选择了祛痘项目。“每次清洁完一块区域，我都得停下缓一缓，还是挺痛的，不过为了好皮肤也只能再忍。”祛痘一年后，小李的痘痘已经不再反复冒出，过年回家时亲戚朋友都说“痘痘少了，变帅了”。

做医美会上瘾吗？小李的回答是否定的，但的确存在一种心理，就是颜值焦虑。这是当代年轻人无法回避的问题，“身边的人都在努力变好看，我也要让自己更好。”小李说未来还会考虑尝试植发、去法令纹。

有报告显示，中国已成为全球最大医疗美容市场之一，市场规模持续攀升，预计到2027年接近1万亿元的规模。报告还特别指出，男性消费者正在快速增加，中国的“老爷们”也开始关注护肤、修饰。

男性医美需求正呈现多元化趋势。张温温介绍说，男性青睐的项目主要集中在毛发类和皮肤类，如发际线后移的改善和刷酸、光子嫩肤、水光针等，此外抗衰老项目如热玛吉、超声炮等也备受追捧。手术类项目中，隆鼻和双眼皮手术较为常见。值得一提的是，能够帮助男性打造胸肌、腹肌等理想体型的抽脂塑形手术，也逐渐成为趋势。

## 男性医美火爆背后 职场与社交的双重压力

男性医美的兴起并非偶然。职场竞争加剧和社交媒体的普及，让“颜值即竞争力”的观念深入人心。“现在无论是求职还是谈生意，第一印象都很重要。”企业高管宋先生接受采访时坦言，“形象好了，自信心也会提升。”

此外，社交平台上“颜值博主”的兴起也让更多男性开始关注自己的外貌。抖音、小红书等平台上，不少男性博主分享自己的医美经历，从术前准备到术后恢复，详细记录整个过程。这种“现身说法”的方式，让更多男性打消了对医美的顾虑。《2024大健康行业营销白皮书》中，涉及保健品、医美服务和家用医疗器械领域的问卷显示，近80%的受访者表示社媒平台是知晓新产品的重要渠道。

在采访中，有美容机构出具了这样的数据：近4年来，该院男性消费群体中，20~30岁年龄段占比达53.65%。

“这个群体更注重自身形象，对新鲜事物接受度高，愿意接受新的医美项目。”相关负责人说，30~40岁男性占比为39.7%，也是消费的重要群体，“此阶段的男性有一定的经济基础，有人为了保持良好的身体状态，也有人是为了改善因为年龄增长带来的肌肤问题。”

## 相 关

### 男性医美5年增长227%

《2023年美容美体行业发展报告》指出，2023年美容美体男性消费者数量相比2021年增长68%，相比2019年增长227%，从占比上看，男性美容美体消费者占比逐年提升。

越来越多的男性开始接受医美和走入整形医院。男性整形群体主要为演艺工作者、学生、年轻白领和中年成功人士四类。在《2023年度医美白皮书》中，女性整形用户是男性整形用户的3倍，但男性对于整形的花费平均比女性高出30%。

在川渝一带的整形美容机构统计中，能够接受整容的男性客户占到1/3，年龄跨度从20~60岁不等。年龄在20~30岁的男性更偏向于整形，主要集中在割双眼皮、隆鼻、打瘦脸针等方面。40岁以上的男性关注抗衰老项目，以去眼袋、除皱、植发等项目居多。

据介绍，医院在除皱项目方面推出了物理仪器、手术、打针三种方式。物理仪器治疗分疗程进行，一个疗程约一个月时间，但见效较慢。除皱针主要针对动态的皱纹等，如果是长期形成的皱纹，需要做手术，一般一周时间即可恢复。价格方面，除皱针为1000元~2000元，手术需要7000元~8000元，物理治疗为1万元~2万元。

一旦接受了医美整形，还有可能对此上瘾。根据平台此前的监测数据，在医美整形中，13%人群年均消费2000元以下；22%人群花费2000元~5000元；35%人群花费5000元~1万元；年均消费1万元以上的人群达到30%。微整形之后，12%的人在1个月内会产生再整一次的念头，这一人群在3~6个月内会增加至17%，6~9个月内增至19%。

据潮新闻、金牛财经、中国网



男性医美火爆背后，还隐藏着更深层次的社会需求。

张温温认为，部分行业对颜值的要求较高，“比如主持人、演艺界明星、博主、网红主播、奢侈品店主、医美机构咨询师等，医美已经成为他们的‘职业刚需’。还有一些高收入人群，如金融界人士，他们有时间有实力追求高品质生活。”

婚恋市场同样影响着男性的选择。婚恋交友APP的“3秒滑动决策”机制，让男性对自己的第一印象格外焦虑。“来做医美的男性顾客，为了求职择偶更有优势的学生群体不在少数，这使得医美成为部分男性获取婚恋入场券的方式。”张温温说。

此外，中年危机也是推动男性医美的重要因素之一。蓝奥心理咨询创始人、从业近20年的资深心理专家奥叔说，男性更年期常伴随自我认同危机，医美成为他们重获掌控感的快捷方式。“文眉和植发等项目尤其受到中年男性的青睐，他们希望通过这些改变来重塑自信。”此外，医美行业的资本焦虑也不可忽视，机构用“精英男士的自我管理”等话术围猎，进一步诱导男性踏入医美行列。

## 行业乱象不容忽视 消费者权益应得到更多保障

然而，随着男性医美需求的激增，行业乱象也随之而来。一些无资质的美容机构打着“低价”“快速变美”的旗号吸引顾客，导致术后效果不理想甚至出现医疗事故。

一位读者向记者讲述了他的糟心经历。去年1月，他在一家美容医疗机构花费近3万元做了隆鼻手术，没想到术后第二天，鼻子内侧就长出了凸起的肉球，到了9月份，情况愈发糟糕，甚至严重干扰了他的正常生活。

随后，他立即与院方沟通。院方承认这是手术失误所致，并同意为他免费进行二次修复，不过体检费、麻醉费等需由他自行承担。为解决问题，他无奈接受了这一方案。然而，二次修复未一个月，鼻头出现发白状况，这让他十分崩溃。他多次与院方协商解决方案，目前仍未得到有效回应。

心理专家奥叔也给很多整容失败的来访者做过各类咨询，“就拿很常见的割双眼皮来说，有个来访男生就是做‘欧式大双眼皮’失败，他戴着墨镜上班3个月，无法面对自己，一度陷入抑郁，甚至辞职闭门不出。”

“我断断续续用了半年多的时间，采用了一些技术方式帮助他走出来。”奥叔提及其中一项“暴露疗法”，陪他录制短视频，先自我接纳，同时在类似的“失败患者”群中，公开手术经历，把创伤转化为帮助他人的素材。

奥叔建议，“动刀前先动脑”。医美之前，先花1~3个月做好动机评估，用AI换脸软件预览术后效果，完成医美“幻觉效果过敏”。“有的人经历了这个阶段，就发现换张脸似乎也不会解决自我核心焦虑。”另外，选择医美机构时一定要查看其资质，了解医生的专业背景，切勿盲目追求低价。

有资深美容从业者提醒说，选择医美机构时应重点关注以下几个方面：

一是专业性与安全性，优先选择具备正规资质、顾客评价高、投诉少且满意度高的机构，同时确保医生经验丰富且审美与自己契合；二是效果与自然感；三是隐私保护；四是价格合理透明，确保产品仪器合规、配药环节可追溯，杜绝隐形消费；五是服务质量，包括咨询师是否真诚沟通、能否设身处地为客户规划，治疗过程是否舒适、疼痛度是否可接受，以及术后回访是否及时有效等。

记者注意到，为了保障消费者权益，相关部门也在加强监管。近年来，国家陆续出台了医美行业规范，要求机构明码标价、公开医生资质，并对违规行为进行严厉打击。消费者也应提高警惕，术前与医生充分沟通，了解手术风险和术后护理要求。同时，还需警惕“美容贷”等金融陷阱。

从“悄悄变美”到“大方追求”，男性医美的兴起不仅是社会观念的转变，也是人们对美好生活的追求。然而，如何在追求美的同时，避免过度焦虑和盲目跟风，仍是每个消费者需要思考的问题。