

บอกลา ? ผ่า? ให้หน้าใสปัง

นำเสนอเมื่อ : 27 ก.ย. 2552

บอกลา “ผ่า” ให้หน้าใสปัง

แนะนำแสงแดดแรงๆ-สวมหมวก-กางร่ม ช่วยได้

✖ ผ่า เกิดจากเซลล์สร้างเม็ดสี สร้างเม็ดสีเมลานินออกมามากผิดปกติ ลักษณะของผ่าจะเป็นผื่นสีน้ำตาลหรือดำบนใบหน้า มักพบบริเวณแก้ม จมูก หน้าผาก คาง หรือบริเวณที่ถูกแสงแดด เช่น คอและแขน โดยจะเริ่มเกิดขึ้นทีละน้อยๆ ในช่วงอายุระหว่าง 30-40 ปีขึ้นไป พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย

ปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดผ่า

- **แสงแดด** เชื่อว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการกระตุ้นให้เกิดผ่า ทำให้เป็นผ่ามากขึ้น หรือทำให้ผ่าเข้มขึ้น ควรหลีกเลี่ยงแสงแดดโดยเฉพาะช่วงเวลา 10.00 - 15.00 น.

- **ฮอร์โมน** การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนจะทำให้เซลล์สร้างเม็ดสีทำงานผิดปกติ เช่น ในระหว่างการตั้งครรภ์ ในวัยหมดประจำเดือน และการรับประทานยาคุมกำเนิด

- **พันธุกรรม** อาจมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดผ่า เนื่องจากพบผ่าได้บ่อยในชาวเอเชียมากกว่าชาวตะวันตก อย่างไรก็ตาม อาจเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อมหรือแสงแดดก็เป็นได้

- **ยา** พบว่าผู้ป่วยที่รับประทานยากันชักบางประเภท จะมีผื่นดำคล้ายผ่าขึ้นบริเวณใบหน้า จึงเชื่อว่ายานี้น่าจะเกี่ยวข้องกับการเกิดผ่า

- **เครื่องสำอาง** การแพ้ส่วนผสมหรือสีในเครื่องสำอางอาจทำให้เกิดรอยดำคล้ายผ่าได้

การรักษาผ่า

ผ่าตื้นซึ่งเป็นผ่าที่เกิดขึ้นในชั้นหนังกำพร้าจะตอบสนองต่อการรักษาและหายเร็วกว่าผ่าลึกซึ่งเกิดขึ้นในชั้นหนังแท้ วิธีการรักษาทำได้ ดังนี้

- **การฉายาห่าผ่า** เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้ผ่าจางลง ยาห่าผ่าจะลดการทำงานของเซลล์สร้างเม็ดสีและเร่งเซลล์ผิวหนังชั้นบนให้หลุดลอกออกไป ยารักษาผ่ามีหลายชนิด เช่น ยาในกลุ่มสารไฮโดรควิโนน กรดวิตามินเอ และคอร์ติโคสเตออยด์

ควรใช้ยาทาฝ้าอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจนกว่าฝ้าจะจางลง โดยทาบริเวณที่เป็นฝ้าก่อนนอนทุกคืน เมื่อรอยฝ้าจางหายไปให้ทาต่อไปสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นอีก ควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังก่อนใช้ยาทาฝ้า เพราะยาเหล่านี้มีผลข้างเคียง หากซื้อยามาใช้เอง อาจทำให้ผิวหนังเกิดปัญหา ยิ่งกว่าเดิมได้

ในสมัยก่อนนิยมใช้สารไฮโดรควิโนนในการรักษาฝ้า เนื่องจากทำให้ฝ้าจางลงเร็วมาก อย่างไรก็ตาม ทางการแพทย์ในปัจจุบันได้พัฒนาสารกลุ่มอื่นขึ้นมาใช้ด้วย เนื่องจากสารไฮโดรควิโนนเป็นสารที่มีผลข้างเคียงสูง คือเป็นสารที่ทำปฏิกิริยากับแสงแดด หากทายาที่มีส่วนผสมของไฮโดรควิโนนแล้วไม่ทาครีมกันแดด ฝ้าจะดำกว่าเดิม และเมื่อใช้ไฮโดรควิโนนติดต่อกันนานๆ จะเกิดฝ้าถาวร มีลักษณะเหมือนเม็ดงาเล็กๆ ฝังอยู่ในผิวหนัง ฝ้าชนิดนี้จะหนาและเข้มกว่าฝ้าปกติมาก และหากหยุดใช้ไฮโดรควิโนน หนาจะดำกว่าเดิมอยู่เป็นเวลานาน ฝ้าที่เกิดจากไฮโดรควิโนนต้องรักษาโดยการผลัดเซลล์ผิวประกอบไปด้วย

- การลอกหน้าด้วยสารเคมี อาจทำให้ฝ้าจางลงได้ แต่ควรทำโดยแพทย์ผิวหนังที่มีความชำนาญเท่านั้น
- การรักษาด้วยแสงเลเซอร์และวิธีไอออนโตโพเรซิส คือการใช้กระแสไฟฟ้าผลัดประจุยาเข้าสู่ผิวหนัง ให้ผลการรักษายังไม่แน่นอน และยังไม่สามารถรักษาฝ้าให้หายขาดได้

การป้องกันการเกิดฝ้า

ทำได้โดยการหลีกเลี่ยงปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เกิดฝ้า เช่น หลีกเลี่ยงแสงแดดแรงๆ สวมหมวกหรือกางร่ม และใช้ครีมกันแดดทุกครั้งที่ต้องออกแดด หากฝ้าเกิดจากการรับประทานยาคุมกำเนิด อาจปรึกษาแพทย์เพื่อเปลี่ยนไปคุมกำเนิดด้วยวิธีอื่น โดยปกติแล้วหากหยุดยาคุมกำเนิด ฝ้าก็จะค่อยๆ จางหายไป เช่นเดียวกับฝ้าที่เกิดขึ้นระหว่างตั้งครรภ์ ก็จะค่อยๆ จางหายไปหลังคลอด

ที่มา/ภาพประกอบ : หนังสือพิมพ์ ASTV ผู้จัดการ