

## สวยแบบไหน? ต้องห้ามสำหรับคนท้อง

นำเสนอเมื่อ : 12 ธ.ค. 2552



ถึงท้องก็สวยได้ค่ะ แต่วิธีการนั้นต้องระวังสักหน่อย เพราะบางวิธีนั้นแม่ท้องห้ามเด็ดขาดเลยละ

**1. โกรกผม** ถ้าเลี้ยงได้ก็ไม่ต้องจะโกรกผม ดัดผม หรือยืดผมในช่วงนี้ เพราะกรรมวิธีทำผมสวยเหล่านี้ต้องใช้สารเคมีมาก สารเคมีบางอย่างที่เคยใช้ได้เวลาท้องอาจจะแพ้ก็ได้ หรือถ้าหนังศีรษะมีแผลเล็กน้อย สารเคมีเหล่านี้อาจจะทำให้แผลติดเชื้อลุกลามได้เร็วกว่าเมื่อก่อน

**2. ขัดผิว** อย่าเพิ่งทำช่วงนี้เลยคะ เพราะการขัดผิวก็ต้องใช้สารเคมีเหมือนกัน ขัดไปขัดมาอาจจะถลอกปอกเปิกได้ง่าย นอกจากนี้ขั้นตอนการขัดผิวที่ต้องนอนพลิกไปพลิกมาให้เขาขัดๆ ถูๆ โดยใช้กำลังแรงพอสมควร อาจจะทำให้เกิดการกระทบกระเทือนต่อลูกได้

**3. เบบี้เฟซ** ขนาดคนที่ไม่ท้องเขายังไม่แนะนำให้ทำแล้วนะคะเบบี้เฟซเนี่ย เพราะมีผลข้างเคียงเยอะ ใช้สารเคมีที่แรง และทำให้ผิวบางลงมากถึงขนาดว่า แคะโดนแดดนิดเดียวผิวอาจจะอักเสบได้ ดังนั้นถ้าท้องอยู่ก็ไม่ต้องพูดถึงอันตรายเยอะ ไม่คุ้มหรอกคะกับผิวใสๆ ที่ได้มา แต่ผิวไม่แข็งแรงเหมือนเดิม

**4. ทำเล็บ** ทำได้ค่ะ แต่ต้องระวังเรื่องความสะอาดให้มาก โดยเฉพาะอุปกรณ์ทำเล็บ เพราะตอนท้องร่างกายอ่อนไหวง่าย ถ้าติดเชื้อเขาไปจะแย และควรให้ทางร้านทำเล็บด้วยความเบามือที่สุด เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดแผลถลอกที่อาจจะทำให้ติดเชื้อได้

**5. นวดตัว** อันนี้ก็ทำได้ แต่ว่าต้องระวังมากๆ คือต้องนวดอย่างเบา มือ ขยับร่างกายอย่างค่อยเป็นค่อยไป ห้ามนวดในท่าที่คุณแม่นอนคว่ำ และไม่ควรนวดบริเวณท้องและหลังคะ

**6. เปลี่ยนสีผิว** นี่ก็คล้ายๆ เบบี้เฟซนั่นละคะ คือฝืนธรรมชาติของผิวหนึ่ง ใช้สารเคมีที่รุนแรงไปกัดผิว ให้สีดลงผิวสีอ่อนลงจึงดูเหมือนว่าขาวขึ้น แต่โครงสร้างผิวเปลี่ยนไป ไม่สามารถจะปกป้องคุ้มครองร่างกายได้เหมือนเดิม

โดนแดดก็ไม่ได้ ติดเชื้อง่ายขึ้นด้วย

**7. โบท์อูซ** ข้อนี้อาจต้องห้ามของแท้ เพราะต้องฉีดสารเคมีเข้าไปในผิวหนัง ทำให้ผิวตึง แต่ผลข้างเคียงเยอะมาก ทำเขาไปแล้วอาจจะแพ้หรือติดเชื้อ ในเมื่อบอกก็มีข่าวว่ามีแม่ท้องไปทำแล้วมีผลข้างเคียงกับลูกในท้อง จนถึงต้องออกมาประกาศห้ามกันเลยทีเดียว

**8. สักคิ้ว** นี่ก็ต้องระวังนะคะ เพราะเหมือนการสักทั่วไปนั่นเองที่ต้องเอาเข็มจิ้มให้สีซึมเข้าไปในผิวหนังอย่างถาวร ซึ่งถ้าทำไม่ดี เครื่องมือไม่สะอาด คนที่ทำไม่ชำนาญ อาจจะมีการติดเชื้อได้ง่าย ถ้าเลี้ยงได้เลี้ยงก่อนเถอะค่ะ

**9. ทรีตเมนต์หน้าใส** ไม่ว่าจะ AHA BHA ไอออนโต และทรีตเมนต์ ทำหน้าใสอื่นๆ ส่วนใหญ่จะใช้กรดผลไม้ ช่วยให้ผิวผลัดเซลล์ผิวใหม่เร็วขึ้น โครงสร้างผิวจึงบางลงและเม็ดสีเมลานิน ที่เคยปกป้องผิวจากแสงแดดก็ลดน้อยลง คนที่ทำอย่างนี้จึงต้องงดการออกไปโดนแสงแดดชั่วคราว ดังนั้นถ้าคุณแม่ที่ไปทำแต่ไม่สามารถการันตีว่าจะปกป้องตัวเองจากแสงแดดได้ ก็น่าดีกว่าค่ะ เพราะเป็นอันตรายต่อผิวพอสมควร

**10. อบไอน้ำและซาวน่า** วิธีการทั้งสองอย่างล้วนทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำ ในภาวะปกติคงไม่เป็นไร แต่ระหว่างตั้งครรภ์ก็ไม่เกิดผลดีต่อร่างกายและลูกในท้องเลย แถมดีไม่ดีลูกออกมาอาจหน้ามืดเป็นลมได้ อันตรายค่ะ ที่สำคัญเคยมีผลการวิจัยพบว่า หลังการอบซาวน่าประมาณ 1-2 ชั่วโมง จะทำให้ไอคิวของคนต่ำลง เพราะร่างกายสูญเสียน้ำไปมากอีกด้วย

ที่มา...นิตยสารรักลูก