

วิธี...กำจัดฝ้า

นำเสนอเมื่อ : 7 พ.ค. 2552

ฝ้า เป็นความผิดปกติของสีผิวบนใบหน้า ส่วนใหญ่พบที่บริเวณโหนกแก้ม เกิดจากเซลล์สร้างเม็ดสีถูกกระตุ้นให้สร้างเม็ดสีมากเกินไป สีผิวบริเวณนั้นจึงเข้มกว่าบริเวณอื่น ปัจจัยที่กระตุ้นให้เกิดการสร้างเม็ดสีอย่างผิดปกตินี้มีหลายอย่าง เช่น **ฮอร์โมนเอสโตรเจน ยาคุมกำเนิด ภาวะการตั้งครรภ์ ความเครียด ความร้อน และปัจจัยที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือแสงแดด วิธีป้องกันการเกิดฝ้า คือหลีกเลี่ยงปัจจัยเหล่านี้เช่น**

❌ 1. หลีกเลี่ยงแสงแดด ด้วยการไม่ออกไปอยู่กลางแจ้งในช่วงเวลา 9.00-16.00 น. หากเลี่ยงไม่ได้ ควรแต่งกายให้มิดชิดเพื่อปกป้องผิวหน้าไม่ให้ถูกแสงแดด หรือ ใช้เครื่องสำอางผสมสารป้องกันแสงแดดช่วยก็ได้

❌ 2. สังเกตว่ามีฝ้าเกิดขึ้นหลังการใช้ยาใดบ้าง เช่นยาประเภทฮอร์โมนเอสโตรเจน หรือยาคุมกำเนิด ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร เพราะอาจเป็นอาการข้างเคียงจากการ ใช้นานก็ได้

❌ 3. รักษาสุขภาพกาย และสุขภาพจิตให้ดี ไม่เคร่งเครียด พักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มน้ำมาก ๆ หลีกเลี่ยงมลภาวะต่างๆ

❌ 4. อย่าหลงเชื่อคำโฆษณาผลิตภัณฑ์ที่อ้างว่า แก้วผิว แก้วฝ้า หน้าขาวภายใน 7 วัน รับรองหาย ขาดและไม่เป็นอีก เพราะเครื่องสำอางไม่อาจมีสรรพคุณเช่นนั้นได้ มีแนวโน้มว่าจะเป็น ผลิตภัณฑ์ที่ผิดกฎหมาย ห้ามซื้อ ห้ามขายเพราะมีอันตราย คูริมที่อาจวางล่อผิวได้นั้นเป็น การโอ้อวดเกินความจริง เพราะฝ้าเป็นความผิดปกติของเม็ดสีที่มีมากเกินไป ซึ่งอยู่ที่ผิวหนัง ชั้นในของใบหน้า ไม่สามารถจะลอกออกมาได้ ปัญหานี้อาจบรรเทาลงด้วยการใช้ผลิตภัณฑ์ลดความเข้มของสีผิวในบริเวณที่เป็นฝ้า การใช้ผลิตภัณฑ์ทาฝ้าจึงต้องใช้อย่างระมัดระวังเป็นเวลานาน จนกว่าฝ้าจะจางลง และเมื่อหยุดใช้ฝ้ามักจะกลับเป็นอีก การใช้ผลิตภัณฑ์ทาฝ้าจึงเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ

วิธีป้องกันการเกิดฝ้าจะเป็นวิธีที่เหมาะสมกว่า ทั้งนี้สารที่เคยใช้ในเครื่องสำอางทาฝ้าแล้วช่วยให้ฝ้าจางลงได้นั้นมีหลายชนิด แต่เป็นสารที่ก่อให้เกิดอันตรายในระยะยาว ได้แก่

❌ โปรทแอมโมเนีย เมื่อใช้ทาผิวนานๆ จะทำให้แพ้ ผื่นแดง ผิวหน้าดำ ผิวบางลง เกิดการระคายเคืองของสารปรอทในร่างกาย ไปมีผลให้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ ไตอักเสบได้

❌ ไฮโดรควิโนน ทำให้เกิดอาการแพ้ ระคายเคือง เกิดเป็นจุดด่างขาวที่หน้า หรือผิวหน้าดำคล้ำเป็น ฝ้าถาวร รักษาไม่หาย ปัจจุบันสารทั้งสองชนิดนี้ถูกจัดให้เป็นสารห้ามใช้ในเครื่องสำอาง เนื่องจากอันตรายมากมายดังที่ได้อธิบายมาแล้ว



ที่มาสยามดารา