

คนอย่างนี้มีเยอะค่ะ และเยอะขึ้นเรื่อยๆ

นำเสนอเมื่อ : 8 พ.ค. 2552

สายกลางกับความพอดี

Post Today - สัปดาห์นี้ หมอไม่ได้มีเครื่องมือไฮเทคอะไรมาแนะนำค่ะ แต่หลังจากที่ได้ฟังชาวสาวเกาหลีกำลังทำศัลยกรรมฉีดหน้าด้วยน้ำมันพืชจนละเอียดเข้าชั้นปวยทางจิตจนกลายเป็นอุทาหรณ์สอนใจให้กับคนที่รักสวยรักงามมากจนลืมรักตัวเองไป ...

หมอเลยอยากจะมาฝากข้อคิดสักนิด ให้กับคุณผู้อ่านที่รักสวยรักงามทั้งหลายให้ตั้งอยู่บนความพอดี ให้อัจฉริยะสายกลางกับทุกๆ เรื่องค่ะ โดยเฉพาะกับเรื่องสวยๆ งามๆ

ยิ่งสมัยนี้ เรื่องลูกขึ้นมาเสริมสวยศัลยกรรม เสริมเติมแต่งโน่นนี่เปิดกว้างอย่างเสรี คนนิยมทำกันมากขึ้น ฮิตกันเหลือเกิน หมอว่าก็เป็นเรื่องที่ดีนะค่ะ ที่คนเราเริ่มหันมาใส่ใจตัวเองมากขึ้น ดูแลตัวเองมากขึ้น แต่ที่คนบางซัดใจหมอนี่ซิคะ คือคนประเภทเสพติดความงามจนเกินความพอดีค่ะ

ที่หมอใช้คำว่าเสพติดความงาม ก็เพราะว่าคนประเภทนี้ชอบทำเหลือเกินค่ะ เดี่ยวมาทำโน่น เดี่ยวมาทำนี่ ทั้งๆ ที่สวยอยู่แล้ว ดูดีอยู่แล้ว แต่ก็มีว้ายขอให้ได้ทำเถอะค่ะ

มีคนไข้ของหมอบางคนที่ชอบทำสวยมากๆ มาขอร้องให้หมอทำอีก ทำอะไรให้เขาก็ได้ ทั้งๆ ที่ก็ดูดีอยู่แล้วนะค่ะ อย่างนี้หมอจะแนะนำว่าให้ทำอะไรที่มันอยู่ได้ไม่นาน เช่น ทำทรีตเมนต์หรือเลเซอร์แบบอ่อนๆ ... เพราะเดี๋ยวอีกสองอาทิตย์ก็ต้องอยากทำอย่างอื่นอีก แล้วถ้าไม่ทำให้ก็จะแยะนะค่ะ ... กลับบ้านไปนอนไม่หลับ กระสับกระส่าย บางทีก็ตอตะแคงไหนดีหนึ่ง...สบายใจแล้วกลับบ้านได้ แล้วอีกสองอาทิตย์ก็กลับมาขอทำอีกแล้ว บางครั้งบอปปี้ไป มากไปก็ไม่ดีค่ะ เรียกว่า ทำเกินสวย

หากเป็นคนไข้ที่มาปรึกษาหมอ หมอจะค่อยๆ แนะนำพร้อมอธิบายให้เขายอมรับและเปลี่ยนความคิดใหม่ ว่าอะไรที่มันพอเหมาะพอควร คือสิ่งที่ดีสำหรับตัวเรา ไม่ควรจะไปทำอะไรที่เปลี่ยนไปจากเดิมใหม่มากนัก ถ้าจะทำก็ควรคงสภาพของเราเอาไว้แต่ให้ดูดีขึ้น

แต่ก็มีบางกรณีนะค่ะ ที่ไม่ว่าอธิบายอย่างไรก็ยังไม่พอ คนอย่างนี้มีเยอะค่ะ และเยอะขึ้นเรื่อยๆ อย่างในต่างประเทศคนพวกนี้ต้องการรักษา ซึ่งต้องพบจิตแพทย์กันเลยทีเดียว เพราะคนประเภทนี้จัดว่าเป็นคนที่ไม่มีความมั่นใจในตัวเองเอาเสียเลย เมื่อมาทำแล้วเขารู้สึกดีขึ้น มั่นใจขึ้น...คราวนี้ละก็ไม่ยอมหยุดเลย สองกระຈกเพื่อหาจุดบกพร่องตลอดเวลา

ที่แยะไปกว่านั้นคือ ปัจจุบันนี้มีหมอประเภทที่ว่าไม่ซัดใจคนไข้เลยนะค่ะ แบบประมาณว่าอยากทำอะไรหมอก็ทำให้หมด ทำแล้วจะออกมาดีไม่ดีหมอก็ไม่เกี่ยวค่ะ หรือสวยอยู่แล้วก็ยังแก้ รื้อเพิ่ม เติม เสริม ฉีดเพิ่มให้อีก ออกแนวตามใจคนไข้สุดฤทธิ์ก็มีนะค่ะ อันนี้หมอเองคงแนะนำอะไรไม่ได้มาก คงต้องอยู่ที่ตัวคนไข้เองแล้วละค่ะจะต้องใช้วิจารณญาณในการตัดสินใจด้วยตัวเอง เพราะของแบบนี้ไม่มีคำว่าผิดหรือถูก มีแต่คำว่าถูกใจหรือไม่ถูกใจเท่านั้นเองค่ะ

การดูแลใส่ใจตัวเองในทุกๆ เรื่องนั้นเป็นเรื่องที่ดีค่ะ หวังสวยหวังงาม เป็นเรื่องธรรมดาของทุกคนโดยเฉพาะในคนผู้หญิง แต่หมออยากแนะนำว่า เราสามารถดูแลตัวเองให้สวยดูดีตามแบบของเราเองได้ เพียงแค่เริ่มตนดูแลตัวเองเสียตั้งแต่ยังเด็กๆ ค่ะ

แต่หลีกเลี่ยงแสงแดดที่จะทำให้เกิด ผื่น กระจ และผิวแห้งกร้าน

หมั้นบำรุงด้วยครีมตามสภาพผิวและอายุที่มากขึ้น นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์
รวมกับการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม หมั่นดูแลตัวเองเช่นนี้ตั้งแต่อายุน้อยๆ
พออายุมากขึ้นก็อาจเสริมด้วยการใช้เทคโนโลยีเขาช่วยบ้าง ให้เหมาะกับปัญหาและสภาพผิว เช่น
ถ้ามีปัญหาเรื่องการแสดงอารมณ์แล้วเกิดริ้วรอยบนใบหน้า เราก็ต้องพยายามเปลี่ยนนิสัย
ควบคุมตัวเองอย่าขมวดคิ้วมาก หรืออาจฉีดโบทอกซ์เข้าไปหยุดมันสักพัก
เพียงเท่านี้คุณก็จะสวยดูดีได้ในแบบของคุณเอง เดินทางสายกลางให้พอดี...ไม่มากไม่น้อยเกินไปดีที่สุดนะคะ

ข้อมูลโดย : 