

ดริปวิตามิน ตัวช่วยฟื้นฟูผิวใส เต็มความสดชื่นจากภายใน

นำเสนอเมื่อ : 23 มิ.ย. 2569



ผิวดูหมองคล้ำ อ่อนล้า พักผ่อนน้อย หรือเผชิญมลภาวะเป็นประจำ อาจทำให้ผิวขาดความสดใสและดูไม่เปล่งปลั่งเหมือนที่ต้องการ การดริปวิตามินผิวจึงกลายเป็นอีกหนึ่งทางเลือกที่ได้รับความนิยมสำหรับผู้ที่ต้องการดูแลผิวและสุขภาพไปพร้อมกัน

การดริปวิตามินผิวเป็นการเติมสารอาหารและวิตามินที่จำเป็นเข้าสู่ร่างกายโดยตรง ช่วยสนับสนุนการฟื้นฟูผิวจากภายใน ทำให้ผิวดูชุ่มชื้น เรียบเนียน และแลดูกระจ่างใสมากขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยเสริมความสดชื่น ลดความอ่อนเพลีย และส่งเสริมการดูแลสุขภาพโดยรวมได้อีกด้วย

สำหรับใครที่กำลังสนใจการดริปวิตามินผิว แต่ยังมีคำถามว่าช่วยเรื่องผิวได้จริงหรือไม่ เหมาะกับใครบ้าง และควรเลือกสูตรอย่างไร บทความนี้จะพาไปทำความรู้จักกับการดริปวิตามินผิว พร้อมข้อมูลที่ควรรู้ก่อนตัดสินใจ

เจาะลึก ดริปวิตามินผิว คืออะไร?

การดริปวิตามินผิว หรือ IV Vitamin Therapy เป็นการนำวิตามิน แร่ธาตุ และสารอาหารต่าง ๆ เข้าสู่ร่างกายผ่านทางหลอดเลือดดำ เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารโดยตรง

ช่วยลดข้อจำกัดด้านการดูดซึมที่อาจเกิดขึ้นจากการรับประทานอาหารหรืออาหารเสริม

ปัจจุบันมีสูตรวิตามินบีให้เลือกหลากหลาย โดยแต่ละสูตรจะถูกออกแบบให้ตอบโจทย์ความต้องการที่แตกต่างกัน เช่น การดูแลผิวพรรณ เพิ่มความสดชื่น ฟันฟูร่างกาย หรือเสริมสุขภาพโดยรวม การดริบวิตามินบีในแต่ละครั้งมักใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที ขึ้นอยู่กับวิธีการให้และสูตรที่เลือก

ทั้งนี้ การดูแลผิวและสุขภาพด้วยวิตามินบีควรทำอย่างต่อเนื่อง ควบคู่ไปกับการพักผ่อน การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และการดูแลสุขภาพในด้านอื่น ๆ เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่เหมาะสม

ดริบวิตามินบี มีกี่แบบ?

IV Infusion (การดริบวิตามิน)

IV Infusion คือการดริบวิตามิน แร่ธาตุ หรือสารอาหารต่าง ๆ ผ่านสารน้ำทางหลอดเลือดดำ โดยค่อย ๆ หยดเข้าสู่ร่างกายในอัตราที่เหมาะสม ทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

วิธีนี้มักใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการฟื้นฟูร่างกาย ดูแลสุขภาพ หรือเติมสารอาหารให้ร่างกายอย่างค่อยเป็นค่อยไป

IV Push หรือ IV Bolus

IV Push หรือ IV Bolus เป็นการดริบวิตามินหรือสารอาหารเข้าสู่หลอดเลือดดำโดยตรงในระยะเวลาสั้นกว่า ไม่ต้องผสมกับสารน้ำปริมาณมาก ทำให้ใช้เวลาในการให้บริการไม่นาน โดยทั่วไปประมาณ 15-30 นาที

วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่มีเวลาจำกัด หรือต้องการรับวิตามินและสารอาหารในระยะเวลาที่รวดเร็ว อย่างไรก็ตาม การเลือกวิธีดริบวิตามินควรอยู่ภายใต้การประเมินและดูแลของแพทย์ เพื่อความเหมาะสมและความปลอดภัยของแต่ละบุคคล

รวมวิตามินสำหรับผิว

[ดริบวิตามิน](#) แต่ละสูตรมักประกอบด้วยวิตามิน แร่ธาตุ และสารอาหารหลายชนิดที่ช่วยสนับสนุนการดูแลผิวพรรณและสุขภาพโดยรวม โดยส่วนประกอบที่พบได้บ่อย ได้แก่

วิตามินซี (Vitamin C)

วิตามินซีเป็นหนึ่งในสารอาหารที่ได้รับความนิยมในการดูแลผิว เนื่องจากมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจน ช่วยให้ผิวดูเรียบเนียน กระจ่างใส และลดความหมองคล้ำ นอกจากนี้ยังเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่ช่วยปกป้องผิวจากความเสียหายที่เกิดจากมลภาวะ และแสงแดด รวมถึงช่วยเสริมภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย

วิตามินบีรวม (Vitamin B Complex)

วิตามินบีรวมมีบทบาทสำคัญในการทำงานของร่างกาย
ช่วยลดความอ่อนเพลีย เพิ่มความสดชื่น และสนับสนุนสุขภาพของผิว
เส้นผม และเล็บให้แข็งแรงดูสุขภาพดี

กรดอะมิโน (Amino Acids)

กรดอะมิโนเป็นองค์ประกอบสำคัญของโปรตีนในร่างกาย
มีส่วนช่วยในการซ่อมแซมเซลล์และสนับสนุนการสร้างคอลลาเจน
ช่วยให้ผิวดูยืดหยุ่น ชุ่มชื้น และมีสุขภาพดีมากขึ้น

N-Acetyl Cysteine (NAC)

NAC
เป็นสารตั้งต้นของกลูตาไธโอนและมีคุณสมบัติเป็นสาร
ต้านอนุมูลอิสระ
ช่วยลดความเสียหายของเซลล์จากอนุมูลอิสระ
สนับสนุนกระบวนการกำจัดสารพิษของร่างกาย
และช่วยให้ผิวดูสดใสสุขภาพดี



ดริปวิตามินผิวมีประโยชน์ด้านใด?

การดริปวิตามินผิว เป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการดูแลสุขภาพและผิวพรรณจากภายใน โดยสูตรวิตามินแต่ละชนิดจะมีส่วนประกอบและคุณสมบัติแตกต่างกัน ทำให้สามารถตอบโจทย์การดูแลร่างกายได้หลากหลายด้าน ดังนี้

- ช่วยสนับสนุนการสร้างคอลลาเจน ทำให้ผิวดูเรียบเนียน กระชับ และดูอ่อนเยาว์มากขึ้น
- ช่วยฟื้นฟูผิวที่ดูหมองคล้ำ

ให้ผิวแลดูกระจ่างใสและสม่ำเสมอขึ้น

- ช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นให้ผิว ทำให้ผิวดูอิมหน้าและสุขภาพดี
- ช่วยเสริมการทำงานของสารต้านอนุมูลอิสระ เพื่อลดผลกระทบจากปัจจัยที่ทำร้ายผิวในชีวิตประจำวัน
- ช่วยดูแลผิวจากมลภาวะและความเครียดสะสมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพผิว
- ช่วยสนับสนุนการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ช่วยลดความอ่อนล้าและเพิ่มความสดชื่นให้ร่างกาย
- ช่วยฟื้นฟูร่างกายหลังจากการทำงานหนัก พักผ่อนน้อย หรือใช้พลังงานอย่างต่อเนื่อง
- ช่วยเสริมสุขภาพโดยรวมให้ร่างกายได้รับวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็นอย่างเพียงพอ

อย่างไรก็ตาม

ผลลัพธ์ที่ได้รับอาจแตกต่างกันในแต่ละบุคคล

ขึ้นอยู่กับสูตรวิตามินที่เลือก สภาพร่างกาย

และการดูแลสุขภาพในด้านอื่น ๆ ควบคู่กัน เช่น

การพักผ่อน การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

ดริปวิตามินผิวเหมาะกับใคร?

การดริปวิตามินผิวเป็นทางเลือกในการดูแลผิวพรรณและสุขภาพที่สามารถปรับสูตรให้เหมาะกับความต้องการ

องแต่ละบุคคล

โดยกลุ่มที่อาจเหมาะกับการดริปวิตามินผิว ได้แก่

- ผู้ที่มีปัญหาผิวหมองคล้ำ สีผิวไม่สม่ำเสมอ หรือมีจุดด่างดำ และต้องการดูแลให้ผิวดูสดใสขึ้น
- ผู้ที่มีผิวแห้ง ขาดความชุ่มชื้น และต้องการฟื้นฟูให้ผิวดูอิมหน้า สุขภาพดี
- ผู้ที่มีผิวมันหรือมีแนวโน้มเป็นสิวง่าย และต้องการดูแลสุขภาพผิวควบคู่ไปกับการฟื้นฟูร่างกาย
- ผู้ที่ต้องการดูแลผิวให้ดูอ่อนเยาว์ และเสริมการสร้างคอลลาเจนเพื่อช่วยคงความยืดหยุ่นของผิว
- ผู้ที่ต้องการฟื้นฟูผิวหลังจากการทำเลเซอร์หรือหัตถการ รูดานผิวพรรณต่าง ๆ
- ผู้ที่ทำงานหนัก พักผ่อนน้อย หรือรู้สึกอ่อนเพลียสะสม และต้องการเพิ่มความสดชื่นให้ร่างกาย
- ผู้ที่ต้องการดูแลสุขภาพโดยรวม และเสริมการได้รับวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็น
- ผู้ที่ต้องการเตรียมความพร้อมของผิวก่อนออกงานสำคัญ หรือดูแลผิวให้ดูสดใสในช่วงเวลาที่จำกัด
- ผู้ที่มีภาวะขาดวิตามินบางชนิด หรือได้รับการประเมินจากแพทย์ว่าควรได้รับวิตามินเพิ่มเติม

อย่างไรก็ตาม

การดริปวิตามินผิวควรอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์

เพื่อประเมินสุขภาพ เลือกสูตรที่เหมาะสม
และคำนึงถึงความปลอดภัยของแต่ละบุคคล
โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัว ตั้งครรภ์
หรือมีประวัติแพ้วิตามินและยา

ขั้นตอนการดริปวิตามินผิว

การดริปวิตามินผิวเป็นหัตถการที่ใช้เวลาไม่นาน
และสามารถกลับไปใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติ
โดยมีขั้นตอนดังนี้

ปรึกษาแพทย์และประเมินสุขภาพ

เริ่มต้นด้วยการพูดคุยกับแพทย์เกี่ยวกับปัญหาผิวพรรณ
สุขภาพ หรือเป้าหมายในการดูแลร่างกาย
เพื่อให้แพทย์สามารถแนะนำสูตรวิตามินที่เหมาะสมกับ
ความต้องการของแต่ละบุคคล

ตรวจวัดข้อมูลสุขภาพเบื้องต้น

เจ้าหน้าที่จะทำการวัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก
และตรวจวัดความดันโลหิต
เพื่อใช้ประกอบการประเมินสุขภาพและวางแผนการดริป
วิตามินอย่างเหมาะสม

เตรียมบริเวณสำหรับดริปวิตามิน

ก่อนเริ่มทำหัตถการ
จะมีการทำความสะอาดผิวหนังบริเวณที่ใช้สำหรับดริปวิ
ตามิน เช่น บริเวณข้อพับแขน
เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อและเพิ่มความปลอดภัยใ
นการรักษา

เริ่มดริปวิตามินทางหลอดเลือดดำ

แพทย์หรือบุคลากรทางการแพทย์จะทำการเปิดเส้นและ
ดริปวิตามินผ่านทางหลอดเลือดดำ
โดยผู้เชี่ยวชาญสามารถนั่งพักผ่อน อ่านหนังสือ
หรือใช้โทรศัพท์ได้ตามปกติ ระหว่างที่สารน้ำค่อย ๆ
ไหลเข้าสู่ร่างกาย

เสร็จสิ้นการรักษาและกลับบ้านได้

เมื่อวิตามินเข้าสู่ร่างกายครบตามปริมาณที่กำหนดแล้ว
จะทำการถอดสายออก
โดยทั่วไปการดริปวิตามินผิวใช้เวลาประมาณ 30-60
นาที ขึ้นอยู่กับสูตรที่เลือก
หลังทำเสร็จสามารถกลับบ้านหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ
ได้ตามปกติ โดยไม่จำเป็นต้องพักผ่อน

ทั้งนี้

ระยะเวลาและขั้นตอนอาจแตกต่างกันเล็กน้อยในแต่ละ
สถานพยาบาล
ขึ้นอยู่กับสูตรวิตามินและการประเมินของแพทย์ผู้ดูแล

ผลข้างเคียงดริปวิตามินบี

โดยทั่วไปการดริปวิตามินบีถือเป็นหัตถการที่มีความปลอดภัยเมื่ออยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์ อย่างไรก็ตาม หลังเข้ารับบริการอาจพบอาการข้างเคียงเล็กน้อยได้ในบางราย เช่น

- รอยแดง บวม หรือรอยช้ำบริเวณที่เจาะเข็ม
- รู้สึกเจ็บหรือระบมเล็กน้อยบริเวณตำแหน่งที่ดริปวิตามิน
- อาการวิงเวียนศีรษะหรืออ่อนเพลียชั่วคราวหลังทำ
- รู้สึกคลื่นไส้เล็กน้อยในบางกรณี

อาการเหล่านี้มักไม่รุนแรงและสามารถดีขึ้นได้เองภายในระยะเวลาไม่นาน อย่างไรก็ตาม หากมีอาการผิดปกติ เช่น ผื่นลมพิษ หายใจลำบาก คลื่นไส้หรืออาเจียนรุนแรง หน้าบวม ปากบวม หรือสงสัยว่ามีอาการแพ้ ควรรีบติดต่อสถานพยาบาลหรือเข้าพบแพทย์ทันที เพื่อรับการประเมินและดูแลอย่างเหมาะสม

การดริปวิตามินบีเป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการดูแลผิวพรรณและสุขภาพจากภายใน เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการฟื้นฟูผิวให้ดูสดใส ชุ่มชื้น และดูสุขภาพดีมากขึ้น รวมถึงผู้ที่ต้องการเพิ่มความสดชื่นให้ร่างกายหลังจากกา

รทำงานหนักหรือพักผ่อนน้อย
โดยสามารถเลือกสูตรวิตามินให้เหมาะกับความต้องการ
และไลฟ์สไตล์ของแต่ละบุคคลได้ อย่างไรก็ตาม
การดริปวิตามินผิวควรอยู่ภายใต้การดูแลและประเมินโดย
แพทย์ เพื่อให้ได้รับคำแนะนำที่เหมาะสม