

ขนหนา ขนเยอะ จัดการด้วยเลเซอร์กำจัดขน เจาะลึกทุกเรื่องควรรู้ก่อนทำ

นำเสนอเมื่อ : 1 ต.ค. 2569



ปัญหาขนส่วนเกินเป็นเรื่องที่หลายคนต้องจัดการเป็นประจำ ไม่ว่าจะด้วยการโกน ถอน หรือแว็กซ์ ซึ่งแม้จะช่วยกำจัดขนได้ในระยะสั้น แต่ขนก็สามารถงอกกลับมาใหม่ และบางวิธีอาจทำให้ผิวเกิดการระคายเคืองหรือขนคุดได้ เลเซอร์กำจัดขน จึงเป็นอีกหนึ่งทางเลือกที่ได้รับความนิยม เพราะช่วยลดจำนวนและความหนาของเส้นขนในระยะยาวเมื่อทำอย่างต่อเนื่อง บทความนี้จะพาไปทำความรู้จักว่า เลเซอร์กำจัดขนคืออะไร มีหลักการทำงานอย่างไร มีกี่ประเภท และมีข้อควรระวังอะไรบ้างก่อนตัดสินใจทำ

เลเซอร์กำจัดขน คืออะไร? ทางเลือกลดขนในระยะยาว

เลเซอร์กำจัดขน คือวิธีลดปริมาณเส้นขนด้วยการใช้พลังงานแสงที่มีความยาวคลื่นเฉพาะส่งลงไปยังบริเวณรากขน เพื่อบกพร่องการทำงานของรูขุมขนและชะลอการเจริญเติบโตของเส้นขน โดยเลเซอร์แต่ละประเภทจะมีความยาวคลื่นและคุณสมบัติแตกต่างกัน จึงเหมาะกับสีผิว ลักษณะและความหนาของเส้นขนที่ไม่เหมือนกัน

เมื่อทำเลเซอร์อย่างต่อเนื่องตามระยะเวลาที่เหมาะสม เส้นขนที่งอกขึ้นใหม่จะค่อย ๆ ลดจำนวนลง มีขนาดบางลง และขึ้นช้ากว่าเดิม จึงเป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการลดความถี่ในการโกน ถอน หรือแว็กซ์ และต้องการจัดการเส้นขนในระยะยาว

เลเซอร์กำจัดขนทำงานกับรากขนอย่างไร?

หลักการของ เลเซอร์กำจัดขน คือการส่งพลังงานแสงที่มีความยาวคลื่นเฉพาะลงสู่ผิว โดยเม็ดสีเมลานินในเส้นขนจะดูดซับพลังงานและเปลี่ยนเป็นความร้อน ก่อนส่งต่อไปยังบริเวณรากขน เพื่อบกพร่องการทำงานของรูขุมขนและลดความสามารถในการสร้างเส้นขนใหม่ ส่งผลให้ขนค่อย ๆ หลุดและขนที่งอกกลับมามีแนวโน้มบางลง

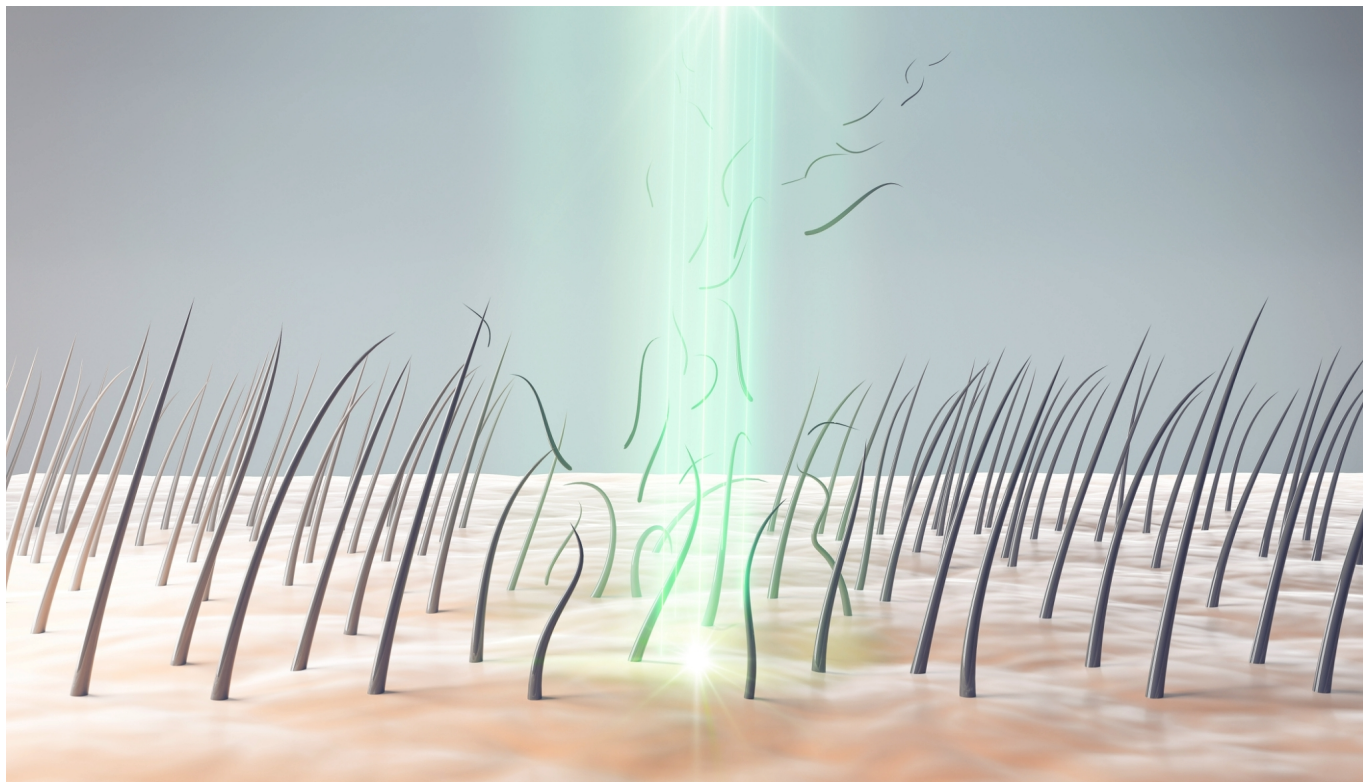
เนื่องจากเส้นขนแต่ละเส้นอยู่ในช่วงของวงจรการเจริญเติบโตไม่พร้อมกัน และเลเซอร์จะตอบสนองได้ดีในช่วงที่ขนกำลังเจริญเติบโต (Anagen Phase) จึงจำเป็นต้องทำเลเซอร์กำจัดขนอย่างต่อเนื่องหลายครั้ง เพื่อให้ครอบคลุมเส้นขนในแต่ละรอบ และช่วยลดจำนวนรวมถึงความหนาของขนในระยะยาว

เลเซอร์กำจัดขน ทำบริเวณไหนได้บ้าง?

เลเซอร์กำจัดขน สามารถทำได้หลายบริเวณของร่างกาย โดยเฉพาะจุดที่มีขนขึ้นหนา ต้องกำจัดขนบ่อย หรือเกิดการระคายเคืองจากการโกน ถอน และแว็กซ์ ซึ่งบริเวณที่นิยมทำ ได้แก่

- รักแร้ เป็นหนึ่งในบริเวณยอดนิยม เนื่องจากขนค่อนข้างหนาและมองเห็นได้ชัด การทำเลเซอร์อย่างต่อเนื่องช่วยให้ขนที่ขึ้นใหม่ค่อย ๆ บ้างและลดจำนวนลง
- แขนและขา เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการลดขนในบริเวณกว้าง ช่วยลดความถี่ในการโกนหรือแว็กซ์ และทำให้ผิวโดยรวมดูเรียบเนียนขึ้น
- บิกินีและบราซิลเลียน ช่วยลดปริมาณขนบริเวณจุดซ่อนเร้น รวมถึงลดการกำจัดขนด้วยวิธีเดิม ๆ ที่อาจทำให้เกิดขนคุดหรือการระคายเคือง
- หนวดและคาง สามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย เหมาะกับผู้มีขนบริเวณใบหน้าค่อนข้างชัด หรือต้องโกนและถอนเป็นประจำ
- ก้นและรองก้น เป็นอีกบริเวณที่สามารถทำเลเซอร์เพื่อลดปริมาณและความหนาของเส้นขน โดยอาจทำร่วมกับบริเวณบิกินีหรือบราซิลเลียนตามความต้องการ

นอกจากนี้ เลเซอร์กำจัดขน ยังสามารถทำบริเวณอื่น ๆ เช่น หน่อก หน้าท้อง หลัง นิ้วมือ และนิ้วเท้าได้ โดยควรเลือกชนิดของเลเซอร์และระดับพลังงานให้เหมาะกับสีผิว ลักษณะเส้นขน และบริเวณที่ทำ



เลเซอร์กำจัดขน มีข้อดีอย่างไร?

การทำเลเซอร์กำจัดขน เป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการลดปริมาณเส้นขนในระยะยาว และลดความถี่ในการโกน ถอน หรือแว็กซ์ โดยมีข้อดีที่น่าสนใจ ดังนี้

- ช่วยลดจำนวนและความหนาของเส้นขน เมื่อทำอย่างต่อเนื่อง เส้นขนที่ขึ้นใหม่มีแนวโน้มบางลง จำนวนลดลง และใช้เวลานานขึ้นกว่าจะงอกกลับมา
- ช่วยลดความถี่ในการกำจัดขน ไม่จำเป็นต้องโกน ถอน หรือแว็กซ์บ่อยเหมือนเดิม จึงเพิ่มความสะดวกในการดูแลตัวเอง
- ช่วยลดโอกาสเกิดขนคุด เนื่องจากลดการงอกของเส้นขน จึงเหมาะกับผู้ที่มักมีปัญหาขนคุดจากการโกนหรือถอนเป็นประจำ
- ลดการระคายเคืองจากวิธีการกำจัดขนแบบเดิม ช่วยลดการเสียดสี การดึง หรือการบาดเจ็บที่อาจเกิดจากมีดโกนและการแว็กซ์
- ช่วยให้ผิวดูเรียบเนียนขึ้น เมื่อจำนวนและความหนาของเส้นขนลดลง พื้นที่ผิวบริเวณที่ทำการดูแลจะเรียบเนียนมากขึ้น
- ทำให้หลายบริเวณของร่างกาย เช่น รักแร่ แขน ขา หนวด คาง ปีกินี บราซิลเลียน หน้าอก และแผ่นหลัง โดยปรับค่าพลังงานตามบริเวณ สิว และลักษณะเส้นขน
- ให้ผลลัพธ์ในระยะยาว หลังทำการครบตามแผน จำนวนขนอาจลดลงอย่างต่อเนื่อง แต่อาจยังมีขนบางส่วนงอกกลับมาและจำเป็นต้องทำซ้ำเป็นระยะ

ด้วยจุดเด่นทั้งเรื่องการลดปริมาณขน ความสะดวก และการลดปัญหาจากการกำจัดขนด้วยวิธีเดิม เลเซอร์กำจัดขน จึงเหมาะกับผู้ที่ต้องการจัดการเส้นขนในระยะยาวและลดขั้นตอนการดูแลผิวในชีวิตประจำวัน

เลเซอร์กำจัดขน เหมาะกับใครบ้าง?

เลเซอร์กำจัดขน เป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการลดปริมาณและความหนาของเส้นขนในระยะยาว โดยเฉพาะผู้ที่ไม่ต้องการโกน ถอน หรือแว็กซ์เป็นประจำ ซึ่งอาจเหมาะกับกลุ่มต่อไปนี้

- ผู้ที่มีขนหนา ขนดก หรือมีสีเข้ม เนื่องจากเลเซอร์ทำงานโดยอาศัยเม็ดสีเมลานินในเส้นขน จึงมักตอบสนองกับเส้นขนสีเข้มได้ดี

- ผู้ที่มีปัญหาขนคุดจากการกำจัดขน โดยเฉพาะผู้ที่ต้องโกนหรือถอนเป็นประจำ และมักเกิดตุ่มหรือการระคายเคืองตามมา
- ผู้ที่ต้องการให้ผิวหนังเรียบเนียนขึ้น เมื่อลดจำนวนและความหนาของเส้นขนแล้ว ผิวบริเวณที่กำจัดจะดูเรียบเนียนมากขึ้น
- ผู้ที่ไม่ต้องการกำจัดขนบ่อย ๆ เหมาะกับผู้ที่ต้องการลดขั้นตอนในการโกน ถอน หรือแว็กซ์ในชีวิตประจำวัน
- ผู้ที่ต้องการลดขนในระยะยาว เมื่อทำอย่างต่อเนื่องตามวงจรเส้นขน ขนที่งอกกลับมามีแนวโน้มบางลง ชื้นช้าลง และมีจำนวนลดลง
- ผู้ที่มีสภาพผิวเหมาะสมกับการทำเลเซอร์ บริเวณที่ควรไม่มีแผลเปิด การติดเชื้อ หรือการอักเสบของผิว โดยควรได้รับการประเมินสีผิว ลักษณะเส้นขน และข้อจำกัดต่าง ๆ ก่อนทำ

เลเซอร์กำจัดขน ไม่เหมาะกับใครบ้าง?

แม้เลเซอร์กำจัดขน จะเป็นวิธีลดปริมาณเส้นขนที่สามารถทำได้ในหลายสีผิวและหลายบริเวณ แต่บางกลุ่มอาจตอบสนองต่อเลเซอร์ได้ไม่ดี หรือจำเป็นต้องได้รับการประเมินเพิ่มเติมก่อนทำ โดยกลุ่มที่ควรระมัดระวัง ได้แก่

- ผู้ที่มีขนสีอ่อนมาก ขาว เทา หรือบลอนด์ เนื่องจากเส้นขนมีเม็ดสีเมลานินน้อย ทำให้เลเซอร์จับเป้าหมายได้ไม่ดี และอาจให้ผลลัพธ์ไม่ชัดเจนเท่าขนสีเข้ม
- ผู้ที่มีผิวสีเข้ม ไม่ได้หมายความว่าไม่สามารถทำเลเซอร์ได้ แต่ควรเลือกชนิดของเลเซอร์และระดับพลังงานให้เหมาะกับสีผิว เพื่อลดโอกาสเกิดผิวไหม้หรือการเปลี่ยนแปลงของเม็ดสี
- ผู้ที่กำลังตั้งครรภ์ โดยทั่วไปมักแนะนำให้เลื่อนการทำเลเซอร์กำจัดขนออกไปก่อน เนื่องจากยังมีข้อมูลด้านความปลอดภัยในหญิงตั้งครรภ์ไม่เพียงพอ
- ผู้ที่มีปัญหาผิวหนังบริเวณที่จะทำ เช่น แผลเปิด การติดเชื้อ ผื่น หรือผิวหนังอักเสบ ควรรอให้อาการดีขึ้นก่อนเข้ารับบริการ
- ผู้ที่ใชยาหรือผลิตภัณฑ์ที่ทำให้ผิวไวต่อแสง ควรแจ้งรายละเอียดให้ผู้ให้บริการทราบก่อนทำ เพื่อประเมินความเสี่ยงและพิจารณาว่าจำเป็นต้องเว้นระยะหรือไม่
- ผู้ที่มีประวัติเกิดแผลเป็นนูนหรือมีความผิดปกติของเม็ดสีได้ง่าย ควรได้รับการประเมินสภาพผิวและความเสี่ยงก่อนตัดสินใจทำเลเซอร์

ก่อนทำเลเซอร์กำจัดขน ควรเตรียมตัวอย่างไร?

การเตรียมผิวให้พร้อมก่อนทำ เลเซอร์กำจัดขน มีส่วนช่วยให้พลังงานเลเซอร์ทำงานกับเส้นขนได้เหมาะสม และช่วยลดโอกาสเกิดการระคายเคืองหลังทำ โดยสามารถเตรียมตัวได้ ดังนี้

- งดถอนหรือแว็กซ์ขนประมาณ 3-4 สัปดาห์ก่อนทำ เพื่อคงรากขนไว้ให้เลเซอร์สามารถจับเม็ดสีและส่งพลังงานไปยังบริเวณเป้าหมายได้
- หลีกเลี่ยงการอาบแดดหรือทำให้ผิวแทนก่อนทำประมาณ 1-2 สัปดาห์ รวมถึงไม่ควรทำเลเซอร์ในขณะที่ผิวมีอาการไหม้แดด แดง หรือระคายเคือง
- พักการใช้ผลิตภัณฑ์ที่อาจทำให้ผิวระคายเคืองบริเวณที่จะทำ เช่น AHA, BHA หรือ Retinoids ตามระยะเวลาที่ผู้ให้บริการแนะนำ
- โกนขนก่อนเข้ารับบริการประมาณ 12-24 ชั่วโมง เพื่อให้เส้นขนเหนือผิวสั้นลง แต่ยังคงรากขนใต้ผิวไว้สำหรับเป็นเป้าหมายของเลเซอร์
- แจ้งข้อมูลสุขภาพและยาที่ใช้อยู่ก่อนทำ โดยเฉพาะโรคประจำตัว ปัญหาผิว หรือยาที่อาจทำให้ผิวไวต่อแสง เพื่อประเมินความเหมาะสมก่อนเริ่มทำ

หลังทำเลเซอร์กำจัดขน ดูแลผิวอย่างไร?

หลังทำเลเซอร์กำจัดขน ผิวบริเวณที่ทำอาจมีอาการแดงหรือรู้สึกอุ่นเล็กน้อยชั่วคราว การดูแลผิวอย่างเหมาะสมจะช่วยลดการระคายเคืองและเตรียมผิวให้พร้อมสำหรับการทำครั้งต่อไป โดยมีแนวทางดังนี้

- ประคบเย็นเมื่อรู้สึกร้อนหรือมีรอยแดง สามารถใช้เจลเย็นหรือผ้าสะอาดชุบน้ำเย็นประคบบริเวณที่ทำในช่วงแรก เพื่อช่วยบรรเทาความไม่สบายผิว
- หลีกเลี่ยงแสงแดดจัด โดยเฉพาะบริเวณที่สามารถสัมผัสแสงแดดได้ ควรลดการออกแดดโดยตรงในช่วงประมาณ 1-2 สัปดาห์หลังทำ
- ทาครีมกันแดดเป็นประจำ เลือกผลิตภัณฑ์ที่เหมาะสมกับสภาพผิว เพื่อช่วยปกป้องผิวจากรังสี UV และลดโอกาสเกิดรอยคล้ำหลังเลเซอร์
- งดขัด ถู หรือเกาผิวแรง ๆ ในช่วงประมาณ 5-7 วันแรก เพื่อไม่กระตุ้นให้บริเวณที่เกิดการระคายเคืองมากขึ้น
- ไม่ถอนหรือแว็กซ์ขน ควรปล่อยให้ขนค่อย ๆ หลุดออกเอง และหากจำเป็นต้องกำจัดขนระหว่างรอบ สามารถใช้วิธีโกนตามคำแนะนำของผู้ให้บริการ
- บำรุงด้วยผลิตภัณฑ์ที่อ่อนโยน เลือกมอยส์เจอไรเซอร์ที่ช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น และหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมซึ่งอาจกระตุ้นการระคายเคืองในช่วงแรก เช่น กรดผลัดเซลล์ผิวหรือ Retinoids

การทำ เลเซอร์กำจัดขน เป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้ที่ต้องการลดปริมาณเส้นขนในระยะยาว โดยสามารถทำได้หลายบริเวณของร่างกาย หลักการคือการส่งพลังงานแสงไปยังเม็ดสีของเส้นขน ก่อนเปลี่ยนเป็นความร้อนเพื่อรบกวนการทำงานของรากขน ส่งผลให้ขนที่ขึ้นใหม่ค่อย ๆ บางลง มีจำนวนลดลง และใช้เวลานานขึ้นกว่าจะงอกกลับมา

โดยทั่วไปจำเป็นต้องทำอย่างต่อเนื่องหลายครั้ง เนื่องจากเส้นขนแต่ละเส้นมีวงจรการเจริญเติบโตไม่พร้อมกัน หลังทำครบตามแผนแล้วอาจมีขนบางส่วนกลับขึ้นมา จึงสามารถทำซ้ำเป็นระยะเพื่อคงผลลัพธ์ ทั้งนี้ จำนวนครั้งและระยะห่างในการทำขึ้นอยู่กับบริเวณที่ทำ ลักษณะเส้นขน สีผิว ชนิดของเลเซอร์ และการตอบสนองของแต่ละบุคคล