IV คืออะไร ดีไหม? ให้วิตามินฟื้นฟูผิวคล้ำเสีย เผยผิวโกลว์มีออร่า

นำเสนอเมื่อ : 23 พ.ย. 2569

IV คืออะไร ดีไหม? ให้วิตามินฟื้นฟูผิวคล้ำเสีย เผยผิวโกลว์มีออร่า



IV หรือการให้วิตามินและสารอาหารผ่านทางหลอดเลือดดำ
เป็นอีกทางเลือกที่ได้รับความสนใจในการดูแลสุขภาพและผิวพรรณ
โดยเฉพาะผู้ที่ต้องการดูแลผิวหมองคล้ำหรือมีความกังวลเรื่องสุขภาพผิว อย่างไรก็ตาม
ผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับชนิดของวิตามินและสภาพร่างกายแต่ละบุคคล หลายคนจึงสงสัยว่า IV ช่วยเรื่องอะไร
ต้องทำกี่ครั้งจึงเห็นการเปลี่ยนแปลง และมีข้อควรระวังอย่างไรบ้าง
บทความนี้รวบรวมข้อมูลที่ควรรู้ก่อนตัดสินใจรับบริการ

IV คืออะไร? แตกต่างจากการกินวิตามินอย่างไร

IV คือการให้สารน้ำ วิตามิน หรือสารอาหารเข้าสู่กระแสเลือดโดยตรงผ่านทางหลอดเลือดดำ
โดยแพทย์จะพิจารณาชนิดและปริมาณของสารที่ให้ตามข้อบ่งใช้และสภาวะสุขภาพของแต่ละบุคคล
การให้สารอาหารด้วยวิธีนี้แตกต่างจากการรับประทานวิตามิน
เพราะไม่ต้องผ่านกระบวนการดูดซึมในระบบทางเดินอาหาร จึงมีประโยชน์ในบางสถานการณ์ทางการแพทย์ เช่น
ผู้ที่มีภาวะขาดสารอาหารบางชนิดหรือไม่สามารถรับประทานและดูดซึมสารอาหารได้เพียงพอ

อย่างไรก็ตาม
การที่วิตามินเข้าสู่กระแสเลือดโดยตรงไม่ได้หมายความว่าจะทำให้ผิวกระจ่างใสหรือสุขภาพดีขึ้นกว่าการรับประทานอาหารและวิตามินเสมอไป โดยเฉพาะในผู้ที่ไม่มีภาวะขาดสารอาหาร

IV ช่วยเรื่องอะไรบ้าง?

ประโยชน์ของการให้วิตามินทางหลอดเลือดดำขึ้นอยู่กับชนิดของสารที่ใช้ ปริมาณ และความจำเป็นทางสุขภาพ ไม่สามารถสรุปได้ว่าทุกสูตรให้ผลเหมือนกัน

- **ช่วยทดแทนวิตามินในผู้ที่มีภาวะขาดสารอาหาร**
ผู้ที่มีภาวะขาดวิตามินบางชนิดอาจได้รับการพิจารณาให้สารอาหารทางหลอดเลือดดำ หากมีข้อบ่งใช้ เช่น ไม่สามารถดูดซึมหรือรับประทานสารอาหารได้เพียงพอ
การรักษาจะต้องอาศัยการประเมินสาเหตุและเลือกชนิดของวิตามินให้เหมาะสม
ไม่ใช่การให้วิตามินหลายชนิดโดยไม่ทราบว่าร่างกายขาดสารใด
- **เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพผิว** วิตามินบางชนิด เช่น วิตามินซี มีบทบาทต่อการสร้างคอลลาเจนและการทำงานตามปกติของผิวหนัง
จึงเป็นสารอาหารที่ร่างกายจำเป็นต้องได้รับอย่างเพียงพอ แต่สำหรับผู้ที่ได้รับวิตามินจากอาหารครบถ้วนอยู่แล้ว ยังไม่มีหลักฐานที่ชัดเจนเพียงพอว่าการให้วิตามินทางหลอดเลือดดำเพื่อความงามจะทำให้ผิวขาวขึ้นหรือกระจ่างใสขึ้นอย่างสม่ำเสมอ
- **เกี่ยวข้องกับการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน**
วิตามินและแร่ธาตุหลายชนิดมีส่วนช่วยให้ระบบภูมิคุ้มกันทำงานตามปกติ
แต่การได้รับวิตามินมากกว่าความต้องการไม่ได้หมายความว่าจะช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันหรือป้องกันการเจ็บป่วยได้เสมอไป
- **ช่วยแก้ไขภาวะขาดสารอาหารที่สัมพันธ์กับความอ่อนเพลีย**
อาการเหนื่อยล้าอาจเกิดจากหลายสาเหตุ ทั้งการพักผ่อนไม่เพียงพอ ความเครียด ภาวะโลหิตจาง หรือโรคบางชนิด หากอาการอ่อนเพลียเกิดจากการขาดวิตามินที่ตรวจพบ
การแก้ไขภาวะขาดสารอาหารอาจช่วยให้อาการดีขึ้นได้
แต่การให้วิตามินทางหลอดเลือดดำไม่ได้เป็นวิธีรักษาความเหนื่อยล้าทุกประเภท

IV กี่ครั้งเห็นผล? จำเป็นต้องทำต่อเนื่องไหม

ไม่มีจำนวนครั้งมาตรฐานที่ยืนยันได้ว่าการทำ IV เพื่อผิวพรรณจะเห็นผลหลังทำ 3–4 ครั้งหรือจำนวนครั้งใดโดยเฉพาะ เพราะผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ ชนิดของสารที่ให้ และภาวะสุขภาพของผู้รับบริการ หากเป็นการรักษาภาวะขาดวิตามิน แพทย์จะกำหนดจำนวนครั้งและระยะเวลาตามระดับการขาดสารอาหาร รวมถึงการตอบสนองต่อการรักษา

ส่วนการให้วิตามินเพื่อหวังผลด้านความกระจ่างใสหรือการฟื้นฟูผิวในผู้ที่มีสุขภาพปกติ ยังไม่มีหลักฐานเพียงพอที่จะกำหนดได้ว่าควรทำกี่ครั้งจึงจะเห็นการเปลี่ยนแปลง ดังนั้น ไม่ควรกำหนดให้ทำทุกสัปดาห์หรือทุกเดือนโดยอัตโนมัติ แต่ควรให้แพทย์พิจารณาความจำเป็นก่อนรับบริการ

ปัจจัยอะไรบ้างที่มีผลต่อการตอบสนองหลังทำ IV

แม้จะได้รับวิตามินชนิดเดียวกัน แต่แต่ละคนอาจตอบสนองแตกต่างกัน โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

- **ภาวะสุขภาพเดิม**: ผู้ที่มีภาวะขาดสารอาหารอาจมีการตอบสนองแตกต่างจากผู้ที่ได้รับวิตามินเพียงพออยู่แล้ว
- **ชนิดและปริมาณวิตามิน**: สารแต่ละชนิดมีหน้าที่ ข้อบ่งใช้ และข้อจำกัดแตกต่างกัน
- **โรคประจำตัว**: โรคไต โรคหัวใจ และภาวะสุขภาพบางอย่างอาจมีผลต่อการพิจารณาให้สารน้ำหรือวิตามิน
- **ยาที่ใช้อยู่**: วิตามินและสารอาหารบางชนิดอาจมีข้อควรระวังเมื่อใช้ร่วมกับยา
- **พฤติกรรมการใช้ชีวิต**: การนอนหลับ อาหาร การสูบบุหรี่ และการสัมผัสแสงแดดล้วนเกี่ยวข้องกับสุขภาพผิว

การประเมินปัจจัยเหล่านี้ก่อนรับบริการช่วยให้แพทย์พิจารณาได้ว่าจำเป็นต้องให้วิตามินหรือควรเลือกแนวทางดูแลแบบอื่น



IV มีความเสี่ยงหรือผลข้างเคียงอะไรบ้าง?

แม้การให้วิตามินทางหลอดเลือดดำจะเป็นหัตถการที่ใช้ในทางการแพทย์ แต่ก็มีความเสี่ยงที่ควรทราบก่อนตัดสินใจ อาการที่อาจเกิดขึ้น ได้แก่

- เจ็บ บวม หรือมีรอยช้ำบริเวณที่แทงเข็ม
- ระคายเคืองหรืออักเสบบริเวณหลอดเลือด
- เวียนศีรษะ คลื่นไส้ หรือรู้สึกไม่สบายตัว
- เกิดการติดเชื้อบริเวณที่ให้สารน้ำ
- มีอาการแพ้ส่วนประกอบของสารที่ได้รับ
- เกิดภาวะแทรกซ้อนจากปริมาณสารน้ำหรือวิตามินที่ไม่เหมาะสม
- ความเสี่ยงบางอย่างอาจรุนแรงได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือได้รับสารบางชนิดในปริมาณสูง จึงควรตรวจสอบส่วนประกอบของสูตรและเข้ารับบริการในสถานพยาบาลที่มีการประเมินโดยแพทย์

หากมีอาการหายใจลำบาก แน่นหน้าอก หน้าบวม หรือหน้ามืดรุนแรงระหว่างหรือหลังรับบริการ ควรรีบแจ้งบุคลากรทางการแพทย์ทันที

ก่อนทำ IV ควรเตรียมตัวอย่างไร?

การเตรียมตัวก่อนรับบริการเริ่มจากการแจ้งข้อมูลสุขภาพให้แพทย์ทราบอย่างครบถ้วน ทั้งโรคประจำตัว ยาที่รับประทาน อาหารเสริมที่ใช้ และประวัติการแพ้

หากมีอาการอ่อนเพลียเรื้อรังหรือสงสัยว่าขาดวิตามิน แพทย์อาจพิจารณาตรวจเพิ่มเติมเพื่อหาสาเหตุ แทนการเลือกสูตรวิตามินจากอาการเพียงอย่างเดียว

นอกจากนี้ ควรสอบถามชื่อและปริมาณสารที่ได้รับ วัตถุประสงค์ในการให้วิตามิน รวมถึงผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้น เพื่อประกอบการตัดสินใจก่อนทำ

หลังทำ IV ควรดูแลตัวเองอย่างไร?

หลังให้วิตามินทางหลอดเลือดดำ หากไม่มีอาการผิดปกติ
โดยทั่วไปสามารถกลับไปทำกิจวัตรประจำวันได้ตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ การดูแลตัวเองเบื้องต้น ได้แก่

- ดูแลบริเวณที่แทงเข็ม หลีกเลี่ยงการกดหรือนวดแรง ๆ หากมีรอยช้ำ
- ดื่มน้ำตามความต้องการของร่างกาย โดยผู้ที่ต้องจำกัดน้ำควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์
- รับประทานอาหารให้หลากหลาย เพื่อให้ได้รับสารอาหารจำเป็นอย่างเพียงพอ
- พักผ่อนให้เหมาะสม โดยผู้ใหญ่ส่วนใหญ่ควรนอนประมาณ 7–9 ชั่วโมงต่อคืน
- สังเกตอาการผิดปกติ เช่น ปวด บวม แดง หรือมีไข้หลังรับบริการ และติดต่อสถานพยาบาลหากอาการไม่ดีขึ้น

สำหรับผู้ที่ต้องการดูแลผิวพรรณ
ควรใช้ครีมกันแดดอย่างสม่ำเสมอและเลือกผลิตภัณฑ์ดูแลผิวให้เหมาะกับสภาพผิวควบคู่กันไปด้วย

อยากผิวกระจ่างใส จำเป็นต้องทำ IV หรือไม่?

การทำ IV ไม่ใช่สิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนที่ต้องการดูแลผิวให้ดูกระจ่างใส
เพราะสีผิวและความหมองคล้ำเกี่ยวข้องกับหลายปัจจัย เช่น พันธุกรรม แสงแดด การอักเสบของผิว และการเปลี่ยนแปลงของเม็ดสี หากมีปัญหาผิวหมองคล้ำ ควรเริ่มจากการหาสาเหตุและดูแลผิวอย่างเหมาะสม เช่น ทาครีมกันแดด ใช้มอยส์เจอร์ไรเซอร์ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ทำให้ผิวระคายเคือง

ในกรณีที่มีปัญหาเม็ดสีหรือรอยดำชัดเจน
อาจปรึกษาแพทย์เพื่อพิจารณาการรักษาที่ตรงกับสาเหตุมากกว่าการให้วิตามินทางหลอดเลือดดำโดยไม่มีข้อบ่งใช้

FAQ คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับ IV

IV ทำครั้งเดียวเห็นผลไหม?

ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และภาวะสุขภาพ หากเป็นการแก้ไขภาวะขาดสารอาหาร
ผลการรักษาขึ้นอยู่กับชนิดและระดับการขาดสารนั้น ส่วนผลด้านผิวกระจ่างใสหลังทำครั้งเดียว
ยังไม่มีหลักฐานเพียงพอที่จะยืนยันได้

IV ต้องทำทุกสัปดาห์หรือไม่?

ไม่จำเป็นสำหรับทุกคน ความถี่ควรขึ้นอยู่กับข้อบ่งใช้ ชนิดของสาร และการประเมินของแพทย์
ไม่ควรกำหนดให้ทำเป็นประจำโดยไม่มีความจำเป็นทางสุขภาพ

IV ช่วยให้ผิวขาวขึ้นจริงไหม?

ยังไม่มีหลักฐานทางการแพทย์ที่ชัดเจนเพียงพอว่าการให้วิตามินทางหลอดเลือดดำเพื่อความงามจะช่วยให้ผิวขาวขึ้นได้อย่างสม่ำเสมอในผู้ที่มีสุขภาพปกติ

IV ช่วยลดความเหนื่อยล้าได้ไหม?

อาจช่วยได้หากอาการอ่อนเพลียเกี่ยวข้องกับภาวะขาดสารอาหารที่ได้รับการวินิจฉัย
แต่หากเกิดจากการพักผ่อนน้อย ความเครียด หรือโรคอื่น ควรแก้ไขตามสาเหตุ

IV ต่างจากการกินวิตามินอย่างไร?

IV เป็นการให้วิตามินเข้าสู่กระแสเลือดโดยตรง ส่วนการกินวิตามินต้องผ่านระบบทางเดินอาหาร
แต่สำหรับคนทั่วไปที่รับประทานอาหารได้ตามปกติ
การให้วิตามินทางหลอดเลือดดำไม่ได้จำเป็นหรือให้ประโยชน์เหนือกว่าเสมอไป

สรุป IV ควรทำกี่ครั้ง และเลือกอย่างไรให้เหมาะกับตัวเอง?

IV เป็นวิธีให้วิตามินและสารอาหารผ่านทางหลอดเลือดดำ ซึ่งมีประโยชน์ในผู้ที่มีข้อบ่งใช้ทางการแพทย์ แต่ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจำเป็นต้องได้รับวิตามินด้วยวิธีนี้
โดยเฉพาะผู้ที่ต้องการทำเพื่อผิวกระจ่างใสหรือเพิ่มความสดชื่นเพียงอย่างเดียว

สำหรับคำถามว่าทำ IV กี่ครั้งเห็นผล ยังไม่มีจำนวนครั้งมาตรฐานที่ใช้ได้กับทุกคน
การเลือกสูตรและความถี่จึงควรพิจารณาจากภาวะสุขภาพ ชนิดของสารที่ใช้ และความจำเป็นในการรักษา
ก่อนเข้ารับบริการควรปรึกษาแพทย์ ตรวจสอบส่วนประกอบของสูตร และทำความเข้าใจข้อจำกัดของผลลัพธ์
เพื่อเลือกแนวทางดูแลสุขภาพและผิวพรรณที่เหมาะสมกับตัวเอง

* ผลลัพธ์ขึ้นอยู่กับภาวะสุขภาพและการตอบสนองของแต่ละบุคคล ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเข้ารับบริการ

* เงื่อนไขเป็นไปตามที่บริษัทฯ กำหนด