

ผิวแพ้ง่าย กำลังจะหาย ยังมีฝุ่น PM2.5 มากอย กระตุ้นให้กลับมาอีก BSL Clinic มี 3 ขั้นตอนการ ปกป้องผิวมาฝาก



PM2.5 ยังไม่จำเป็นต้องสงสัยเลยว่าช่วงนี้อากาศผิวแพ้ง่ายของคนที่มีผิวบางจะเป็นอย่างไร ฝุ่น PM2.5 ที่ยังไม่มีวิธีแหวว่าจะจางลงเมื่อไหร่ ค่าเฉลี่ยตัวเลขยังสูง ถึงขั้นติดอันดับ 7 เมืองมลพิษโลก ฝุ่นละอองที่ลอยตัวกระจาย เป็นสารแขวนลอยในบรรยากาศ มีส่วนประกอบของ สารโลหะหนัก สารเคมี ฝุ่นดิน เชื้อโรค และส่วนประกอบที่มีอันตรายอีกมากมาย มีขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน ซึ่ง PM2.5 สามารถลอยในอากาศได้เป็นวันถึงหลายสัปดาห์ลอยไปจากแหล่งกำเนิดประมาณ 100 กิโลเมตร ถึง 1000 กิโลเมตร โดยประมาณ เรียกว่าเป็น “มลพิษ” ของผิวอย่างแท้จริง

ฝุ่น PM2.5 มีผลกระทบต่อสุขภาพอย่างไร ด้วยที่มีขนาดเล็กประมาณ 1 ใน 25 ของเส้นผ่าศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์ ทำให้ขนจมูกไม่สามารถกรองได้ และแพร่กระจายเข้าสู่ทางเดินหายใจกระแสเลือด แทรกซึมการทำงานของอวัยวะต่างๆ เพิ่มความเสี่ยงเป็นโรคระบบทางเดินหายใจแบบเรื้อรังและมะเร็ง องค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนดให้ PM2.5 จัดอยู่ในกลุ่มที่ 1 ของสารก่อมะเร็ง นอกจากนั้นด้วยเป็นฝุ่นละอองที่มีเชื้อโรค ทำให้นอกเหนือจากจะไปทำลายสุขภาพของเราแล้ว ภายนอกร่างกายยังมาทำร้ายผิวของเราอีกด้วย

ฝุ่น PM2.5 มีผลกระทบต่อผิวของเราอย่างไร

PM2.5 กับผลกระทบต่อทางผิวหนัง ด้วยเป็นฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็ก ทำให้สามารถแทรกซึมเข้าไปทางผิวหนังของเราได้ ผิวถือเป็นด่านแรกที่จะกรองอันตรายจากมลภาวะต่างๆ ทั้งแบคทีเรีย ไวรัส ทำให้เมื่อมีสิ่งสกปรกจากมลภาวะมากระตุ้น ทำให้เกิดการระคายเคือง ผิวแพ้ง่าย ทำให้เกิดอาการ คัน มีผื่นแดงทำให้ผิวหนังเสียความชุ่มชื้นเป็นผลกระทบกับผิวหนังโดยตรง โดยจะแบ่งเป็น 2 ระยะ คือ

1.ผลกระทบแบบเฉียบพลัน (ระยะสั้น) ข้อมูลจากการวิจัยพบว่า ฝุ่นละออง PM2.5 เพียงแค่ 10 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร สามารถไปกระตุ้นทำให้เกิดการอักเสบของผิวหนังถ้ายิ่งเป็นกลุ่มที่มีประวัติเป็นภูมิแพ้ผิวหนัง ผิวหนังอักเสบ ก็จะทำให้เกิดอาการผื่นคันกำเริบมากขึ้นได้

2.ผลกระทบแบบเรื้อรัง (ระยะยาว) ก่อให้เกิดอนุมูลอิสระที่ส่งผลร้ายต่อเซลล์ผิวหนังมนุษย์ ในกระบวนการสร้างเซลล์ ซึ่งส่งผลต่อภาวะความชราของผิวหนัง รวมถึงจุดต่างตำบนผิวหนังอีกด้วย

ซึ่งทั้งสองระยะขึ้นอยู่กับความเข้มข้น และ ระยะของการสัมผัสฝุ่น PM2.5 ทำให้เกิดผิวแพ้ง่าย หรือ โรครังแคผิวหนัง นั่นเอง

โรครังแคผิวหนัง (Seborrheic Dermatitis)

จะมีผื่นแดง เป็นขุย บริเวณแก้มทั้งสองข้าง ระหว่างคิ้ว หรือ ตามไรผม เมื่อเจอกับอากาศร้อน หนาวจัด ไปโดนแสงแดด มีเหงื่อออก นอนไม่พอ เกิดอาการเครียด พอตื่นนอนในตอนเช้า ผื่น หรือ อาการคันก็จะเบาบางลง แต่จะกำเริบขึ้นอีกทีก็ช่วงบ่าย หรือเย็น เป็นอาการแบบเป็นๆ หายๆ แต่ไม่หายขาด ต้องกลับไปทายาแบบเดิมที่มีส่วนผสมของสเตียรอยด์ซึ่งให้ผลการรักษาที่เร็ว ไม่กี่วันก็เห็นผล อาการคัน รอยผื่นแดงหายไป แต่ก็กลับมาอีกเมื่อหยุดใช้ยา ทำให้หยุดใช้ยาไม่ได้ ผลลัพธ์ที่ตามมา คือ ผิวหน้าจะยิ่งบางลง ไวต่อแสงแดด และกลายเป็นผิวแพ้ง่ายในที่สุด

ลักษณะของผิวแพ้ง่าย จะมี 3 ระดับด้วยกัน คือ

น้อย - จะมีผื่นบางๆ แดงเป็นปื้น มีขุยเล็กน้อย ขึ้นที่บริเวณแก้มทั้ง 2 ข้าง ลักษณะคล้ายผีเสื้อ ผื่นแดงบริเวณหัวคิ้ว

ปานกลาง - ผื่นแดงที่แก้ม 2 ข้าง หัวคิ้ว 2 ข้าง บริเวณไรผม หลังใบหู เริ่มมีตุ่ม / ผด เล็กๆ บริเวณแก้มทั้ง 2 ข้าง มีอาการคัน และแดงขึ้น

มาก - มีผื่นที่หัวคิ้ว ไรผม หลังใบหูทั้ง 2 ข้าง ผื่นบนหนังศีรษะ ผื่นที่แก้มทั้ง 2 ข้าง เป็นตุ่มนูน แดง คัน และแสบ มีสะเก็ดเป็นแผ่น และเป็นขุย

การรักษาจากทีมแพทย์ BSL Clinic

เป็นการรักษาทั้งจากภายในและภายนอก เป็นการกระตุ้นการสร้างผิวใหม่ให้แข็งแรง 3 ขั้นตอน คือ

1. เริ่มจากรักษาจากภายใน ด้วยการลดการระคายเคืองของผิว

- ลดรอยแดง อาการแสบและคัน เพื่อลดการระคายเคืองของผิว โดยไปลดสารกระตุ้นที่ทำให้เกิดการอักเสบ การระคายเคืองด้วยการฉายแสงช่วยให้ผิวแข็งแรงจากภายใน จากการใช้แสงอินฟราเรด (Infrared) ไปกระตุ้นการสร้างคอลลาเจน และฟื้นฟูเซลล์ผิวที่เสื่อมสภาพให้เกิดใหม่

2. กระตุ้นการสร้างผิวด้วยเลเซอร์

- ด้วยการใช้เลเซอร์ลงไปทำงานใต้ชั้นผิวหนังเพื่อกระตุ้นการสร้างผิวใหม่ โดยไม่ทำลายผิวด้านบน ด้วยเป็นเทคโนโลยีที่ส่งผ่านพลังงานแสงแบบ Non-ablative laser treatment เป็นพลังงานที่เหมาะสมเปลี่ยนให้ผิวแพ้ง่ายให้เกิดเป็นผิวใหม่ และยังไปกระตุ้นการสร้างผิวให้แข็งแรงกระบวนการนี้ใช้เวลาในการสร้างผิวใหม่ประมาณ 3 เดือน ผนวกกับการใช้เลเซอร์ร่วมกับการส่งผ่านสารประกอบของผิวที่เป็นสารความชุ่มชื้นใต้ผิวหนัง ที่เรียกว่า Moisturizing Factors และเซราไมด์ (Ceramides) เหมือนเป็นการสร้างเกราะป้องกันผิวเพื่อไม่ให้เกิดระคายเคืองขึ้นอีก

3. บำรุงรักษาผิวให้แข็งแรงในระยะยาว

- เพื่อมาปกป้องผิว ฟื้นฟูสภาพผิว และเพิ่มความชุ่มชื้นแก่ผิวโดยตรง เสมือนเป็นโครงสร้างของผิว ซึ่งประกอบไปด้วย โปรตีน 40% น้ำ+สารประกอบ 40% และไขมัน 20% โดย BSL Clinic และ Skinesia ได้ร่วมวิจัยและค้นคว้าทำการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์จากสารประกอบที่ดีที่สุดที่เป็นจุดกำเนิดของผิวหนัง เป็นการป้องกันการระคายเคืองและทำให้ผิวแข็งแรงในระยะยาว

อยากมีผิวหน้าแข็งแรง ไม่เข้าข่าย “ผิวแพ้ง่าย” หลีกเลี่ยงการโดนทำลายผิวด้วยฝุ่นร้าย PM2.5 ต้องดูแลตัวเองก่อนออกจากบ้านทุกครั้ง อยาลืมทาครีมหรือโลชั่น สวมหน้ากากอนามัย ให้ผิวของเราสัมผัสกับฝุ่นน้อยที่สุด หากป้องกันแล้วยังมีอาการคัน หรือผื่นแดงร่วมด้วย แนะนำให้มาปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทันทีค่ะ เพื่อความปลอดภัยของผิว อย่าปล่อยเอาไว้เดี๋ยวจะลุกลามไปกันใหญ่ ด้วยความห่วงใย จากใจ BSL Clinic

รู้จักผิวแพ้ง่ายก่อนใคร: <http://bit.ly/2UqLRzX>

**ขอบคุณข้อมูล PM2.5 จากคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

<https://www.si.mahidol.ac.th/th/healthdetail.asp?aid=1368>

รักษาผิวแพ้ง่าย แอดมินผู้เชี่ยวชาญยินดีให้คำปรึกษา

ไอดีไลน์ : @bslclinic **มี @ ข้างหน้าด้วยนะคะ**

ทักไลน์แชท : <https://line.me/ti/p/@bslclinic>

ทักเฟสบุคแชท : m.me/bslclinic

BSL เปิดให้บริการ 3 สาขา

สีลม โทร. 02-235-8858, 09-8289-7805

การเดินทางสาขาสีลมBTS ศาลาแดง ทางออก 4, MRT สีลม ทางออก 2 ศาลาแดงชอย 2

สุขุมวิท โทร.02-052-4605, 06-3923-6862

การเดินทางสาขาสุขุมวิท BTS อโศก ทางออก 5, MRT สุขุมวิท ทางออก 3 อาคารไทม์สแควร์ ชั้น G

สามย่าน โทร.02-235-2323

การเดินทางสาขาสามย่าน MRTสามย่าน ทางออก 1 ตรงข้ามวัดหัวลำโพง

ช่องทางการติดต่อ

Website : www.ศูนย์เลเซอร์ผิวหนัง.com

FB : www.facebook.com/bslclinic/

Line : @bslclinic

IG : bsl_clinic

Twitter : BSLBANGKOK

Blockdit: BSL Clinic

YoutubeChannel : BSL CLINIC

#ผิวแพ้ง่าย #BSLClinic #บีเอสแอลคลินิก #โรครังแคผิวหนัง #ปกป้องผิว