

เปลี่ยนหน้าหลุม (สิว) ให้ผิวกลับมาเรียบเนียน ด้วยการรักษาที่ถูกต้อง



“สิว” เป็นโรคที่พบบันได้บ่อยๆที่เกิดจากความผิดปกติของต่อมไขมันและรูขุมขนบริเวณที่มักพบบ่อยๆ คือ บริเวณใบหน้าหน้าอกและหลัง สิวเกิดได้จากปัจจัยหลายอย่าง เช่นการใช้เครื่องสำอางบางชนิดที่มีส่วนผสมของสารกระตุ้นสิว (comedogenic) การใช้ยาเช่น steroids (สเตียรอยด์) , lithium (ลิเทียม), ยากันชักและ iodides (ไอโอดีน) โรคของต่อมไร้ท่อที่เกี่ยวข้องกับการสร้างฮอร์โมนเพศผิดปกติการตั้งครรภ์การเสียดสีและระคายเคืองของผิวหนัง สิวเป็นโรคที่เกิดจากปัจจัยร่วมหลากหลายโดยมีปัจจัยหลักสำคัญคือ พันธุกรรม และปัจจัยอีกสี่อย่างที่มีผลทำให้เป็นสิว คือ

1. ภาวะผิวหนังอักเสบจากการหลั่งสารตัวกลางก่อการอักเสบ ไซโตไคน์ (cytokines) ในบริเวณรอบๆต่อมไขมัน
2. มีการสร้างเคราตินมากเกินไปร่วมกับผิวหนังหลุดลอกลดลงทำให้รูขุมขนอุดตัน (microcomedone)
3. ภาวะสร้างไขมันผิวหนัง (sebum) ที่ถูกสร้างมากเกินไป
4. มีการเพิ่มจำนวนของแบคทีเรียที่ชื่อว่า Propionibacterium acnes หรือที่เรียกง่าย ๆ กันว่า p.acnes

สิ่งที่คนเป็นสิว เข้าใจหนักกว่าการเป็นสิว คือ หลังจากสิวหายแล้ว เกิดเป็น “แผลเป็นหลุมสิว” หรือที่เราคุ้นเคย ได้ยินกันบ่อยๆ คือคำว่า “หลุมสิว” เพราะหลุมสิวเกิดจาก สิวอักเสบที่มีเชื้อแบคทีเรียอยู่ใต้ผิว การอักเสบนั้นจะก่อให้เกิดเอ็นไซม์ ที่ทำร้ายผิวโดยทำให้คอลลาเจนและเนื้อเยื่อโดยรอบถูกทำลาย ถ้าสิวมืดไม่ใหญ่มาก ก็จะทิ้งแผลเป็นขนาดเล็ก ถ้าสิวมืดใหญ่โดยเฉพาะสิหัวข้างก็จะลงลึกถึงชั้นผิวหนังชั้นในเกิดเป็นหลุมลึกและพังผืดตามมา โดยที่ปัญหานี้ ยากกว่าการ “รักษาสิว” อีกด้วย ดังนั้นเรามักบอกทุกคนเสมอว่า หากเป็นสิวดังแต่แรกๆ ที่มีปัญหาตั้งแต่บ่อยๆ หรือมีสิวอักเสบตั้งแต่ 5 เม็ดขึ้นไป ให้รีบเข้ามาปรึกษาคุณหมอ เพื่อที่จะได้เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดแผลเป็นหลุมสิวนั่นเอง

ชนิดของแผลเป็นหลุมสิวแบ่งออกได้ดังต่อไปนี้

1. Ice Pick Scars หรือ หลุมสิวลึก รูปร่างเหมือนโคนหางโดยด้านบนมักมีขนาดน้อยกว่า 2 มิลลิเมตรมีความแคบและลึกลงไปบริเวณชั้นหนังแท้หรือชั้นไขมันหลุมสิวประเภทนี้เป็นหลุมสิวลึกและปากแคบทำให้การรักษาหลุมสิวประเภทนี้ทำได้ยากและไม่ค่อยตอบสนองกับการรักษาสักเท่าไร
2. Boxcar Scars มีความกว้างมากกว่าความลึก มีรูปร่างกลมหรือเป็นรูปไข่หรืออาจจะเป็นสี่เหลี่ยมผืนผ้าก็ได้เป็นหลุมสิวที่มีขอบเขตชัดเจน อาจจะมีตื้น 0.1- 0.5 มม.หรืออาจจะลึกเกิน 0.5 มม.ก็ได้
3. Rolling Scars หรือ หลุมสิวดีน ลักษณะผิวด้านบนจะยังคงดูเป็นผิวราบปกติบริเวณปากหลุมจะมีความกว้างประมาณ 4-5 มม.ลักษณะของหลุมสิวประเภทนี้เกิดจากการดึงรั้งของเส้นใยผังผืดที่อยู่ใต้ผิวหนัง ทำให้ผิวหนังมีลักษณะบุ๋มลงไปด้านล่างเกิดเป็นหลุมสิวขึ้นมา

วิธีการรักษาหลุมสิวเพื่อผิวเรียบเนียนขึ้น

การรักษาแผลเป็นจากสิวด้วยเลเซอร์ (Laser Treatment for Acne Scar) แบ่งเป็นกลุ่มที่มีผลต่อชั้นผิวหนังด้านบน Ablative Laser เป็นเลเซอร์กลุ่มที่มีการส่งพลังงานผ่านเข้าไปตั้งแต่ชั้นผิวหนังด้านบนลงไปจนถึงชั้นผิวหนังแท้ กลุ่มนี้ถือว่าเป็นกลุ่มเลเซอร์ที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการรักษาหลุมสิวความร้อนจากพลังงานจากเลเซอร์ทำให้เกิดการกระตุ้นการสร้างคอลลาเจนใหม่ขึ้นมาและชนิดที่ผ่านลงไปสู่ชั้นผิวหนังแท้โดยที่ไม่มีผลต่อชั้นหนังด้านบนเลย Nonablative Laser เป็นเลเซอร์ที่ส่งผ่านพลังงานไปที่ชั้นใต้ผิวหนังซึ่งจะไม่มีผลต่อผิวหนังด้านบนซึ่งเลเซอร์กลุ่มนี้จะได้ดีในกลุ่มที่เป็น Boxcar Scar ที่ตื้นๆ หรือ Rolling Scar แต่ว่าจะไม่ค่อยได้ผลในกลุ่ม Icepick Scar หลังการรักษาจะได้ผลดีพอสมควรและต้องใช้เวลาการรักษาอย่างน้อย 4-6 ครั้งเพื่อให้เห็นผลของการรักษาที่ชัดเจน และในปัจจุบันยังมีกลุ่มของเลเซอร์ที่เรียกว่า Fractional Laser เป็นกลุ่มที่แบ่งการส่งพลังงานเป็นจุดเล็กๆ โดยมีผิวหนังปกติล้อมรอบพื้นที่ที่รักษาด้วยเลเซอร์เลเซอร์ทั้งสามแบบมีผลดีและผลข้างเคียงและมีประสิทธิภาพแตกต่างกัน

การรักษาแผลเป็นจากสิวแบบ RF (Radio Frequency Treatments) หรือ การรักษาหลุมสิวด้วยการใช้คลื่นความถี่วิทยุ คือการส่งผ่านพลังงานลงไปใต้ชั้นผิวหนัง พลังงานเหล่านี้คือคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า ที่จะทำให้โมเลกุลระดับเซลล์

เกิดการสั้น และเปลี่ยนพลังงานเป็นความร้อนใต้ผิวหนัง เพื่อซ่อมแซมเนื้อเยื่อ และกระตุ้นการสร้างคอลลาเจนใหม่ เครื่องมือ RF แบ่งออกเป็น 3 ประเภทใหญ่ๆด้วยกันคือ รุนบุกเบิกของเครื่องมือในกลุ่มนี้คือ

โมโนโพลาร์ (Monopolar) ซึ่งจะใช้หัว อิเล็กโทรด (electrode) ในการทำการรักษาซึ่งคนไข้จะมีแผ่นฉนวน (grounding) ติดอยู่เพื่อให้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าที่ออกจากเครื่องอิเล็กโทรด ผ่านเข้าไปในบริเวณที่ทำการรักษา และคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าผ่านลงสู่แผ่นฉนวน เป็นการควบคุมพลังงานให้อยู่ในบริเวณที่เราต้องการ ข้อดีของเครื่องมือชนิดนี้คือสามารถส่งผ่านพลังงานลงไปได้ลึกแต่ว่าข้อเสียคือคนไข้อาจจะรู้สึกเจ็บในระหว่างที่ทำการรักษาทำให้คนไข้ส่วนใหญ่จะกังวลในเรื่องนี้

ไบโพลาร์ (Bipolar) เป็นทางเลือกที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อที่สามารถจะส่งพลังงานคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าลงไปได้ชั้นผิวหนังได้อย่างแม่นยำเฉพาะจุด คือพลังงานจะผ่านจากอิเล็กโทรดหนึ่งไปยังอิเล็กโทรดหนึ่ง คลื่นกระแสไฟฟ้าลงไปในบริเวณที่ควบคุมได้ การรักษาแบบ Bipolar RF คลื่นกระแสไฟฟ้าจึงลงไปตื้นกว่า คนไข้ก็จะรู้สึกเจ็บน้อยกว่า และใช้พลังงานของเครื่องน้อยกว่า

Fractional Microneedling RF การใช้เข็มเล็กๆเป็นอิเล็กโทรดส่งพลังงานผ่านชั้นผิวหนังลงไป ซึ่งแต่ละอิเล็กโทรดจะทำให้เกิดเป็นโซนให้ความร้อนลงไปใต้ผิวหนังล้อมรอบด้วยบริเวณที่ไม่ได้ทำการรักษา ซึ่งการรักษาที่เป็น Fractional จะสามารถกระตุ้นการสร้างคอลลาเจนใหม่ ทำให้กระบวนการหายของแผลเป็นไปได้อย่างรวดเร็วเพราะว่าบริเวณผิวรอบๆ ที่ไม่รับพลังงานจากตัว RF ไปทำหน้าที่สร้างเซลล์ผิวใหม่ขึ้นมาทดแทน ให้กับบริเวณที่ทำการรักษาโดยรอบ

นอกจากนั้นจะเป็นกลุ่มการรักษาแบบย่อย เช่น การใช้ RF รักษาพร้อมกับเลเซอร์ ซึ่งในบางกรณีพบว่า การรักษาด้วยเลเซอร์ก่อนที่จะทำ RF จะทำให้ RF ลงไปได้ลึกขึ้น เจ็บน้อยลง และก็จะไปลดพลังงาน RF ที่จำเป็นจะต้องใช้ เมื่อลดพลังงานก็ไม่ต้องใช้พลังงานสูงทำให้ลดผลข้างเคียงของการใช้พลังงานความร้อนสูงลงได้

แต่อย่างไรก็ตามการแก้ปัญหาหูดผิวหนังที่ดีที่สุด คือการป้องกันไม่ให้เกิดสิ่วอักเสบ ที่เป็นสาเหตุสำคัญมากในการเกิดหูดผิวหนังผิวไม่เรียบเนียน แต่ถ้าหากป้องกันแล้ว ยังเกิดสิ่วอักเสบขึ้นจนทำให้เกิดแผลเป็นหูดผิวหนังนั้น ก็แนะนำให้รักษาตั้งแต่เริ่มเป็นใหม่ๆ เพราะพังผืดโดยรอบจะยังไม่แข็งมาก การรักษาจะได้ผลดีกว่าที่ทิ้งไว้จนกลายเป็นแผลเก่า

BSL เปิดให้บริการ 3 สาขา

สีลม โทร. 02-235-8858, 09-8289-7805

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

สามย่าน โทร.02-235-2323

ช่องทางการติดต่อ

Website : www.ศูนย์เลเซอร์ผิวหนัง.com

FB : www.facebook.com/bslclinic/

Line : @bslclinic

IG : bsl_clinic

Twitter : BSLBANGKOK

Blockdit: BSL Clinic

Youtube Channel : BSL CLINIC