



# “ฝ้า”

พูดถึงเรื่องฝ้า คงมีผู้อ่านหลายท่านสนใจ เพราะเป็นเรื่องที่พบได้บ่อยมากโดยเฉพาะในคุณผู้หญิง อย่างไรก็ตามในผู้ชายก็สามารถเป็นฝ้าได้ แม้ว่าจะเป็เพียงรอยดำที่ไม่เป็นอันตรายต่อชีวิต แต่ก็ส่งผลต่อความมั่นใจและการเข้าสังคม รวมทั้งเสียเวลาและคุณภาพชีวิตเพราะต้องใช้เครื่องสำอางปกปิดตลอดเวลา ฉบับนี้มีเรื่องราวเกี่ยวกับฝ้า รวมทั้งการรักษา และการป้องกันมาฝาก

“ฝ้า” คือ ภาวะที่เซลล์สร้างเม็ดสีในผิวหนังทำงานมากขึ้น ในผิวหนังจึงมีเม็ดสีหรือเมลานินมากขึ้นนอกจากเซลล์สร้างเม็ดสีทำงานมากขึ้นแล้วจะพบว่าจำนวนอาจเพิ่มขึ้นด้วย มักพบฝ้าบริเวณที่ร่างกายสัมผัสแสงแดด เช่น ใบหน้า โดยเฉพาะหน้าผาก แก้ม จมูก เหนือริมฝีปากบน และกราม เป็นต้น ฝ้ามักเริ่มเป็นเมื่ออายุ 30-40 ปี พบได้ทั้งในผู้หญิงและผู้ชาย

สาเหตุการเกิดฝ้าเชื่อว่าเกิดจากแสงแดดเป็นหลัก เราจะพบว่าฝ้ามักจะเข้มขึ้นเมื่อสัมผัสแสงแดด และฝ้าสามารถจางลงได้หากหลบแดด นอกจากนี้ยังพบได้บ่อยในผู้ที่รับประทานยาคุมกำเนิดและในผู้ที่ตั้งครรภ์ ปัจจัยด้านพันธุกรรมก็มีส่วนกำหนดเรื่องความไวของเซลล์สร้างเม็ดสีได้ และยังพบว่าผู้ที่เป็นฝ้าส่วนหนึ่งจะมีญาติสายตรงเป็นฝ้าเหมือนกัน

หลายท่านที่มีรอยดำที่ใบหน้าอาจกำลังสงสัยว่าตัวเองเป็นฝ้าหรือไม่ บางรายอาจเป็นฝ้าจริง บางรายอาจเป็นรอยดำชนิดอื่นที่คล้ายฝ้า เช่น กระแดด กระตุ้ม กระลึก รอยดำจากการอักเสบของผิวหนัง โรคผิวหนังอักเสบชนิดลึกลับทั้งรอยดำ เป็นต้น บางรายเป็นร่วมกันหลายภาวะ ดังนั้น ก่อนการรักษาจึงต้องให้แน่ใจก่อนว่ารอยดำที่เป็นอยู่คือฝ้าจริงหรือไม่ หรือเป็นภาวะอื่นที่คล้ายฝ้า หรือเป็นหลายภาวะร่วมกัน ส่งผลให้แผนในการรักษาจะมีความแตกต่างกันออกไป

ในการรักษาฝ้าอันดับแรกต้องหลบแดด ป้องกันแสงแดด ไม่ว่าจะเป็นการใช้สารกันแดด กางร่ม สวมหมวกปกปิด ซึ่งนอกจากจะทำให้ฝ้าจางลงแล้ว ยังสามารถป้องกันฝ้าไม่ให้กลับมาเป็นซ้ำได้ สำหรับผู้ที่เริ่มเป็นฝ้าภายหลังใช้ยาคุมกำเนิด แนะนำให้เปลี่ยนวิธีคุมกำเนิด บางรายอาการจะดีขึ้นภายหลังหลีกเลี่ยงแสงแดดอย่างเคร่งครัด หรือหยุดใช้ยาคุมกำเนิด



ฝ้าที่เกิดขึ้นบนใบหน้าผู้ป่วย



ผลข้างเคียง  
ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่ไม่ถูกวิธี

สำหรับการใช้ยา สามารถใช้ยาที่มีฤทธิ์ลดการสร้างเม็ดสีซึ่งมีหลายชนิด โดยมากจำเป็นต้องใช้ยาหลายชนิดร่วมกันเพื่อให้ผลการรักษาที่ดีที่สุด เนื่องจากยาที่มีฤทธิ์ลดการสร้างเม็ดสีจะออกฤทธิ์ด้วยกลไกแตกต่างกันไป นอกจากนี้ยังสามารถใช้สารกลุ่มกรดผลไม้เพื่อผลัดเซลล์เม็ดสีส่วนเกินออกจากรวมด้วย ในส่วนของเลเซอร์ อาจใช้เพื่อการรักษาเสริมให้ฝ้าจางเร็วขึ้นได้ อย่างไรก็ตาม ฝ้าอาจจะดำขึ้นได้หรือเกิดรอยขาวบางประเภทภายหลังการรักษาหากเลือกใช้เลเซอร์หรือการตั้งค่าพลังงานเลเซอร์ไม่เหมาะสม หรือกระทำโดยผู้ที่ไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญ

ในส่วนของรอยดำชนิดอื่น ๆ เช่น กระแดด กระตุ้ม กระลึก รอยดำจากการอักเสบของผิวหนัง โรคผิวหนังอักเสบชนิดลึกทิ้งรอยดำ ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว จะมีการรักษาที่แตกต่างกันไป จึงควรปรึกษาแพทย์เพื่อวางแผนการรักษาและให้การรักษาที่ถูกต้องตามแต่ละภาวะ

ปัญหาที่พบบ่อยในการรักษาคือ ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่ไม่ถูกวิธี ไม่ว่าจะซื้อยาใช้เองจนเกิดผลข้างเคียง เช่น เกิดภาวะหน้าบางและรอยดำอีกชนิดจากการรักษา หรือบางครั้งต้องใช้การรักษาหลายวิธีร่วมกันแต่กลับเลือกรักษาเพียงวิธีเดียวทำให้ผลการรักษาไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร

ซื้อยาใช้เอง  
อาจเกิดผลข้างเคียง!!  
ควรปรึกษาแพทย์เพื่อวางแผนการรักษา



สาเหตุหลัก  
ของการเกิดฝ้าคือ  
แสงแดด

