



ทำอย่างไรหากสงสัยว่า “แพ้เครื่องสำอาง”

แพ้เครื่องสำอาง เป็นอีกหนึ่งอาการที่หลายคนประสบปัญหา โดยเฉพาะในกลุ่มคนที่ มีลักษณะผิวบอบบางแพ้ง่าย ทำให้เกิดอาการแพ้ ซึ่งจำเป็นต้องรู้วิธีการสังเกตผลิตภัณฑ์ที่ทำให้แพ้ เพื่อการปฏิบัติที่เหมาะสมหลังมีอาการ รวมถึงการเลือกผลิตภัณฑ์สำหรับใช้ในอนาคตให้เหมาะสมกับสภาพผิว ทั้งนี้เมื่อเลือกผลิตภัณฑ์ได้อย่างเหมาะสมก็จะช่วยหลีกเลี่ยงอาการแพ้ได้

อาการแพ้เครื่องสำอาง ได้แก่ **ผื่นสัมผัส (Contact dermatitis)** ซึ่งเป็นปฏิกิริยาการอักเสบของผิวหนังที่เกิดจากการสัมผัสกับเครื่องสำอาง จากส่วนประกอบจำพวกน้ำหอมหรือสารแต่งกลิ่น และสารกันเสียกันบูด แพ้เครื่องสำอาง ที่พบบ่อยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ การระคายเคือง และการแพ้



♥ **ผื่นระคายสัมผัส** เกิดจากการระคายเคือง อาจเกิดได้จากกรดผลไม้ (AHA) BHA ยารักษาสิว ผลิตภัณฑ์สครับหรือขัดหน้า ผลิตภัณฑ์กำจัดขน เป็นต้น รู้สึกแสบหรือมีอาการคัน โดยมักจะเกิดขึ้นเร็วหรือทันทีที่ใช้

♥ **ผื่นแพ้สัมผัส** ที่พบบ่อยมักเกิดจากส่วนประกอบจำพวกน้ำหอมหรือสารแต่งกลิ่น และสารกันเสียกันบูด ยาหอม ฝม เป็นต้น รู้สึกคัน มีผื่นแดง หลังใช้ไปสักระยะ ใช้เวลานานกว่าการระคายเคือง



บางครั้งเครื่องสำอาง อาจก่อให้เกิดเกิดสิวลูกกลมหรือรอยดำคล้ำ รอยต่าง แต่พบบ่อย



Beauty Full

ทำอย่างไรให้ดูดี

รศ. พญ.เพ็ญพรรณ วัฒนไกร
สาขาวิชาโรคผิวหนัง ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

วิธีรักษาอาการแพ้

หากแพ้ไม่รุนแรง ให้หยุดใช้ผลิตภัณฑ์ที่ทำให้แพ้ทันที เพราะสามารถหายได้เอง หรือถ้ามีอาการแพ้ที่รุนแรงขึ้น ควรรีบพบแพทย์

วิธีสังเกตผลิตภัณฑ์ที่ทำให้แพ้

1. สังเกตว่าอาการแพ้เกิดหลังจากเริ่มใช้ผลิตภัณฑ์ที่ไม่เคยใช้มาก่อน
2. หากอาการแพ้เกิดหลังจากเริ่มต้นใช้ผลิตภัณฑ์หลายชนิด ให้หยุดใช้ทุกอย่างแล้วค่อย ๆ เริ่มใช้ทีละ 1 อย่าง จากนั้นรอดูอาการ 1-2 สัปดาห์หลังใช้ผลิตภัณฑ์นั้น หากไม่แพ้ให้ทดสอบผลิตภัณฑ์อื่นต่อไป หรือหากมีอาการแพ้ควรหยุดใช้แบบถาวร
3. สามารถทำการทดสอบการแพ้ที่ห้องแล็บ โดยทาผลิตภัณฑ์ที่สงสัย ขนาดเท่าเหรียญสิบ ทาเข้า-เย็น ที่ตำแหน่งเดิม ทำซ้ำ 1-2 สัปดาห์ เพื่อสังเกตอาการ
4. เมื่อมาพบแพทย์ แพทย์จะวินิจฉัยโดยการทดสอบทางผิวหนัง เพื่อหาสารส่วนประกอบที่ผู้ใช้แพ้เพื่อการหลีกเลี่ยงที่ถูกต้อง

วิธีป้องกันอาการแพ้เครื่องสำอาง

1. หลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของ สารที่ระคายเคืองต่อผิว น้ำหอม สารแต่งกลิ่น สี ส่วนผสมที่ไม่จำเป็นอื่น ๆ
2. หลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่มีสารกันบูดสารกันเสียที่แพ้

