

## ไมโครเดอมาเบรชันดีจริงหรือ

**มี** องค์ประกอบหลายอย่างซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตของเซลล์ผิวหนังกำพำร้ำและหนังแท้ การที่ผิวหนังของมนุษย์เราต้องเจอกับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ฝุ่นละออง แสงแดด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผิวหนังหนาตัวขึ้นเพื่อปกป้องผิวหนังของเราจากภัยอันตรายต่างๆ แต่ผลที่ตามมาคือ ทำให้ผิวของเราไม่น่าดู หยาบ แห้งเหี่ยว ก้ำร้ำน และหนา

นอกจากนั้น องค์ประกอบอื่นๆ เช่น อายุพันธุกรรม ความสมดุลของฮอร์โมนการขาดสารอาหาร เอนไซม์ และวิตามิน ต่างๆ ทั้งหมดมีผลต่อการเจริญเติบโต และการผลิตเซลล์ผิวหนัง พุดง่ายๆ เชื่อว่าการทำ microdermabrasion จะช่วยให้เกิดความสมดุลในการเจริญเติบโตและการผลัดเปลี่ยนของเซลล์ผิวหนัง

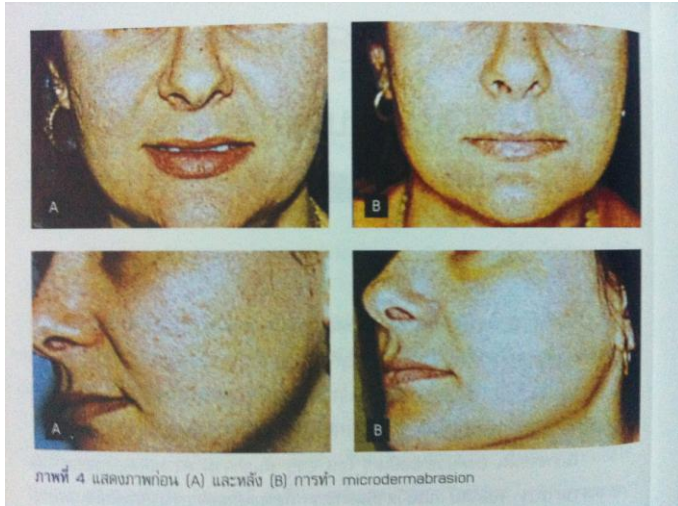
Microdermabrasion คืออะไร



ภาพที่ 2 แสดงการทำ microdermabrasion

ภาพที่ 3 เครื่อง microdermabrasion

**Microdermabrasion** คือ การกรอผิวด้วยการฟ้นผลึกแร่ที่ละเอียดมาก เพื่อลอกผิวหนังกำพำร้ำชั้นตื้นๆ บางคนอาจใช้ชื่อเก้ไก่อว่า การลอกผิวด้วยเกลือดีธัญมณี ซึ่งจุดประสงค์หลักคือ เพื่อรักษารอยแผลเป็นจากสิว ผิวหนังหยาบก้ำร้ำน จากแสงแดด ริ้วรอยเหี่ยวย่นเล็กๆตามบริเวณต่างๆรอยเหี่ยวย่นในวัยสูงอายุ รอยดำจากยุงกัด รอยดำจากปฏิกิริยาอักเสบต่างๆ รูขุมขนใหญ่ ฮ่องกงผิวดลาย น่องแตก



วิธีการนี้สามารถทำได้ทุกเพศทุกวัย เป็นทางเลือกอีกแบบสำหรับผู้ที่ต้องการทำให้ผิวพรรณนุ่มนวล สดใส ต้องการให้ผิวหนังมีความยืดหยุ่น มีชีวิตชีวา รูขุมขนเล็กลง หน้าตาดูอ่อนวัย โดยไม่ต้องการทำเลเซอร์ การรับประทานยา หรือการลอกหน้าโดยใช้สารเคมี ซึ่งทั้งสามประการหลังอาจแพงเกินไป ยุ่งยาก ไม่สะดวก และอาจเกิดอันตรายจากโรคแทรกซ้อน

### วิธีการทำ Microdermabrasion

Microdermabrasion เป็นวิธีการซึ่งเฮฟตีเอแห่งสหรัฐอเมริกาได้ให้การยอมรับตั้งแต่ ธันวาคม ค.ศ.1996 ในยุโรปได้ใช้มาตั้งแต่ปี ค.ศ.1986 วิธีการทำไม่ยุ่งยาก ปลอดภัย ไม่เจ็บปวด แต่หลังทำอาจมีปัญหาเรื่องรอยแดงเล็กน้อย การทำแต่ละครั้งกินเวลาประมาณครึ่งละครึ่งชั่วโมง หลักการคล้ายกับทำการกรอหน้าแบบเก่า แต่นุ่มนวลกว่า และไม่เจ็บปวด แผลจะหายเร็วกว่าการกรอผิวหน้าโดยเลเซอร์ และกรอหน้าแบบเก่า

กลไกการออกฤทธิ์เชื่อว่าการลอกผิวหน้าโดยใช้ผงอะลูมิเนียมออกไซด์ เหล่านี้จะเพิ่มการไหลหมุนเวียนของเลือด และจะกระตุ้นหนังกำพร้าและหนังแท้หลังสารอะไรบางอย่างซึ่งยังไม่ทราบ โดยจะไปกระตุ้นเซลล์ไฟโบรบลาสต์สร้างเส้นใยคอลลาเจน อีลาสตินและสร้างเซลล์ผิวหน้าขึ้นใหม่ ดังนั้นจึงสามารถแก้ปัญหาเรื่องรอยด่างดำ รอยแผลเป็น และริ้วรอยเหี่ยวย่นดังที่กล่าวมาแล้วได้

วิธีการ ใช้ผงอะลูมิเนียมออกไซด์ขนาด 100-120 ไมครอน เป็นตัวขัดผิวหน้าหลังจากนั้นผงจะถูกดูดกลับพร้อมกับเศษผิวหน้าที่ถูกขัดทิ้งลงในภาชนะที่ตั้งรองรับไว้ซึ่งแพทย์จะเป็นผู้ปรับระดับความเร็วและความรุนแรงของอากาศที่ใช้ในการขัด รวมทั้งจำนวนครั้งที่ใช้ขัดในแต่ละครั้ง ซึ่งขึ้นอยู่กับความหนาของผิวหน้าและลักษณะของแผลเป็นที่ต้องการขัด อาจต้องใช้ผงขัดในขนาดต่างๆ กัน ในการรักษาแผลเป็นชนิดต่างๆ หลังขัดแต่ละครั้งแพทย์จะให้ยาทาเพิ่มความชุ่มชื้น ทาครีมกันแดดโดยเฉพาะในช่วงระยะเวลา 24-48 ชั่วโมง หลังการรักษา

ได้มีการตัดสินใจขึ้นเนื้อเพื่อพิสูจน์พบว่าหลังการทำ microdermabrasion จะมีการเพิ่มความหนาของหนังกำพร้าและการเพิ่มปริมาณของเส้นใยคอลลาเจนและอีลาสตินในผิวหนังแท้ส่วนบน การทำในแต่ละครั้งจะทำไมเกิน 5 รอบ ผู้ป่วยเกือบทุกรายจะเกิดผื่นแดงหลังการกรอผิวหน้าประมาณ 12-24 ชั่วโมง ผู้ป่วยที่ทำโดยวิธีการนี้ไม่จำเป็นต้อง

คมยาสลับนะครับ เพราะที่ไม่เจ็บปวดอะไร และอาจต้องการการทำประมาณ 5-15 ครั้ง ส่วนใหญ่ประมาณ 10 ครั้ง อาจทำ 2-3 สัปดาห์ต่อครั้ง หรือทำทุกสัปดาห์ 2-3 ครั้งแรกอาจใช้เวลาขัดกรอประมาณ 1 ชั่วโมงต่อมาก็ลดเวลาลงเหลือ ½ ชั่วโมง

### Microdermabrasion ได้ผล-ปลอดภัยเพียงใด

การรักษาด้วยวิธีนี้ค่อนข้างปลอดภัย สะดวกสบายทั้งคนไข้และแพทย์ หลังทำคุณจะมีรู้สึกว่ามีผิวดีขึ้นสังเกตเห็นทันทีหลังทำ โดยจุดดำ กระแดด รอยย่นเล็กๆ ลดลง ผิวนุ่มขึ้น เรียบขึ้น และดูอ่อนเยาว์ขึ้น

ส่วนรายที่มีปัญหาค่อนข้างลึกกว่า เช่น ผิวหนังแตกลาย แผลเป็นรอยบุ๋มลึกๆหลังเป็นสิว อาจต้องการรักษา 5-15 ครั้ง และในรายที่ต้องการกรอหรือลอกให้ลึกอาจต้องพึงยาสาก่อนการกรอผิว

ข้อดีอีกอย่างคือ ไม่ค่อยเกิดรอยดำหลังทำเหมือนกับการโดนเลเซอร์และแม้กระทั่ง keloid ก็ยังมีรายงานว่าได้ผล การกรอหน้าปกตินี้สามารถใช้ได้ในแทบทุกกรณียกเว้นกรณีซึ่งได้รับประทานยา isotretinoin มาก่อนซึ่งควรจะหยุดยาไม่น้อยกว่า 1 ปี ส่วนรายที่เป็นโรคผิวหนังซึ่งยังไม่หายหรือสงสัยเป็นมะเร็งก็ไม่ควรทำ

สำหรับบางรายแม้ผิวหน้าดูดีแล้ว ก็ยังสามารถทำการกรอผิวได้เป็นประจำทุก 1-6 เดือน โดยไม่มีผลเสียแต่อย่างใด อย่างไรก็ตามควรจะต้องดูองค์ประกอบอื่นด้วยครับ เช่น อันตรายจากผลึกแร่ที่ใช้ว่าจะมีการตกค้างหรือเกิดอันตรายหรือไม่ เท่าที่มีการใช้มาจนถึงปัจจุบันเป็นเวลามากกว่า 10 ปี ยังไม่มีรายงานอันตรายดังกล่าว และคงต้องติดตามกันต่อไปว่าผลลัพธ์ของการรักษาที่ได้กล่าวมาทั้งหมดดีจริงหรือไม่ และมีกลไกอย่างไร