

## เครื่องสำอางที่มีส่วนผสมพิเศษ

เครื่องสำอางได้รับความนิยมมากในสังคมปัจจุบัน จึงมีการเติมสารหลายชนิดลงไปเครื่องสำอาง ซึ่งอาจเป็นสารธรรมชาติหรือสารสังเคราะห์ จุดประสงค์หลักคือ ลบรอยเหี่ยวย่นบนใบหน้า โดยเฉพาะคนที่จำเป็นต้องดำเนินชีวิตอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมหรือสังคมอันวุ่นวาย ต้องพบปะผู้คน ก็เริ่มหันมาสนใจผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับการบำรุงความงามมากขึ้น เพื่อหวังให้ผิวพรรณดูดีขึ้น เป็นการส่งเสริมบุคลิกภาพของตน

### สารพิเศษในเครื่องสำอาง

#### 1. AlphahydroxyAcid (AHA)

AHA เป็นสารที่พบได้ในผลไม้และพืชผักหลายชนิด เป็นสารสกัดจากธรรมชาติ พบได้ในแอปเปิ้ล ลูกพีช อ้อย องุ่น ส้ม มะขาม สตอเบอร์รี่ แครอท แตงกวา และผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวอื่น ๆ



อันที่จริงสารตัวนี้เรารู้จักกันมานานแสนนาน ตั้งแต่สมัยอียิปต์โบราณแล้ว โดยผู้หญิงทางตะวันตก ได้มีการนำไวน์เก่ามาทาผิวเพื่อรักษาผิวพรรณ บางครั้งก็ใช้ผลองุ่น แตงกวา หรือมะเขือเทศ มาทาบริเวณ ใบหน้า ซึ่งเขาพบว่าสารที่เป็นตัวออกฤทธิ์คือ AHA นี้จึงเป็นที่มาของผลิตภัณฑ์ AHA ในปัจจุบัน

เดิมการใช้ AHA จุดประสงค์ก็เพื่อนำมาใช้ใน

การรักษาโรคผิวหนังต่าง ๆ มากมาย เช่น โรคผิวหนัง (Ichthyosis) โรคผิวหนังแข็งนูน โรคผิวหนังแข็งนูน เป็นสะเก็ดจากแสงแดด (Actinic Keratosis) รอยกระ สีดคล้ำ มีลักษณะเป็นปื้นใหญ่ ซึ่งมีสาเหตุจากแสงแดด (Solar Lentigo) การลอกผิว (Peeling) รักษาหูด รอยเหี่ยวย่นจากแสงแดด รอยคล้ำ

ในวงการเครื่องสำอางจึงได้มีการพัฒนาโดยเติมสารตัวนี้ลงในเครื่องสำอาง โดยมีวัตถุประสงค์ทำให้ผิวพรรณดูอ่อนนุ่ม ลดรอยเหี่ยวย่น ซึ่งกลไกการออกฤทธิ์ของ AHA เชื่อว่าจะเป็นตัวการสำคัญในการ

ควบคุมสมดุลของความชุ่มชื้นของผิวให้เป็นปกติ ซึ่งโดยปกติผิวหนังจะมีกลไกควบคุมสมดุลของความชุ่มชื้น และถ้าความสมดุลเหล่านี้เสียไปจะเกิดริ้วรอยเหี่ยวย่น

นอกจากนี้ AHA ยังช่วยกระตุ้นเซลล์ที่ตายแล้วแต่ยังจับกันแน่นให้หลุดออก ทำให้มีการสร้างเซลล์ใหม่ทดแทน ทำให้ผิวหนังดูสดใส ช่วยรักษาสิวเสี้ยน และทำให้มีการลอกหลุดของเซลล์ในชั้นหนังกำพร้า

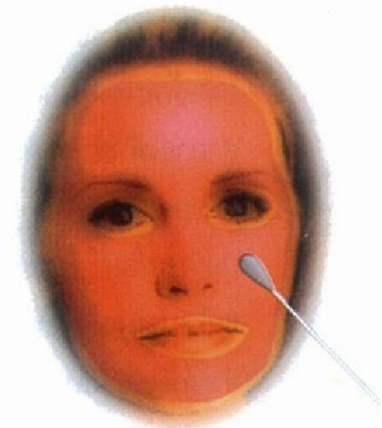


จึงสามารถรักษาโรคขนคุด โรคหูด และยังสามารถเพิ่มการสังเคราะห์คอลลาเจน และองค์ประกอบในหนังแท้ จึงสามารถนำมารักษาแผลเป็นตื้น ๆ ได้ ดังนั้นจึงเป็นที่ยอมรับในปัจจุบันว่า AHA เป็นสารที่มีคุณสมบัติช่วยชะลอความชราได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ข้อเสียคือเวลาใช้อาจจะเกิดการระคายเคือง รู้สึกรู้อึงหรือคันยิบ ๆ

AHA ที่นำมาใช้มีหลายตัว เช่น กรดไกล โคลิก (Glycolic acid) ซึ่งได้มาจากอ้อย กรดแล็กติก (Lactic acid) จากนมเปรี้ยว กรดมาลิก (Malic acid) จากแอปเปิ้ล กรดทาร์ทาริก (Tartaric acid) จากมะขาม หรือไวน์ที่บ่มนาน ๆ กรดซิตริก (Citric acid) ได้จากผลไม้จำพวกส้มชนิดต่าง ๆ

ปัจจุบันบริษัทเครื่องสำอางได้ผสม AHA ลงไปในผลิตภัณฑ์เพื่อสนองความต้องการในคนกลัวแก่ โดยใช้ความเข้มข้นของกรดต่ำ ประมาณร้อยละ 4-6 ซึ่งเวลาใช้ควรพิจารณาสักนิดว่าสารสำคัญที่ใช้ในเครื่องสำอางที่คุณจะซื้อคือสารใด มีประโยชน์และผลข้างเคียงอย่างไร

สำหรับ AHA ที่ทำในโรงพยาบาลหรือคลินิกแพทย์ผิวหนังนั้น เป็น AHA ซึ่งมีความเข้มข้นสูง ประมาณร้อยละ 30-70 จุดประสงค์เพื่อปรับสภาพผิวลึบร่อนให้ขุ่นตื้น ๆ รอยดำคล้ำ รอยแผลเป็นจากสิว โดยจะมีการทาน้ำยาตัวนี้ลงไปบนผิวหน้าของแต่ละคน โดยใช้ระยะเวลาต่างกันตามดุลยพินิจของแพทย์ หลังทาน้ำยาแล้วให้ล้างออก และประคบเย็น ซึ่งแนะนำให้ทำทุก 2-4 สัปดาห์ต่อเนื่องกัน และทำซ้ำทุก 1-2 เดือน หลังจากนั้นอาจใช้ AHA ความเข้มข้นต่ำมาใช้เองที่บ้าน เพื่อคงสภาพผิวให้สดใสและนุ่มเนียนตลอดไป



หลังจากทำ AHA Treatment ถ้าเป็นไปได้ควรทายากันแดด หลีกเลี้ยงแสงแดด หลีกเลี้ยงการใช้สารต่างๆ หรือสบู่อ่อนแรงบริเวณผิวหน้า 4-5 วัน เพราะอาจทำให้ผิวลอกมากและไหม้ได้ และหลังจากนั้นก็สามารถใช้เครื่องสำอางและยาอื่นได้ตามปกติ

ในบางประเทศถือว่า AHA เป็นยาเหมือนกรดวิตามิน เอ ซึ่งต้องให้แพทย์เท่านั้นเป็นผู้ตรวจและสั่งยา เพราะเชื่อว่า AHA เป็นสารซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างและหน้าที่ของผิวหนัง สำหรับการทาเบบีเฟสนั้นเป็นการใช้กรดซึ่งรุนแรงกว่า AHA ในร้านเสริมสวยหลายแห่งในประเทศไทยได้มีการทาเบบีเฟสอย่างแพร่หลาย โดยผู้ทำส่วนใหญ่ไม่มีความรู้ความเข้าใจที่เพียงพอและด้วยขั้นตอนการทำที่ไม่ถูกหลักวิชาการจึงก่อให้เกิดผลข้างเคียงและเกิดอันตรายต่อใบหน้าได้มากกว่า

## 2. BHA

BHA คืออะไร หลายคนคงสงสัย เหมือน AHA หรือไม่ เพราะว่าชื่อคล้ายกัน ทำหน้าที่อย่างไร ทำไมจึงมีการโฆษณากันอย่างหนาหู

สำหรับคนใช้เองก็มักจะสนใจและเป็นคำถามซึ่งชอบนำมาถามแพทย์โรคผิวหนัง ผมอยากจะขอกล่าวถึงสักเล็กน้อยเกี่ยวกับ BHA

BHA ย่อมาจาก Beta Hydroxyl Acid (เบต้าไฮดร็อกซีแอซิด) ซึ่งหมายถึง กรดซาลิไซลิก (Salicylic) ซึ่งนำมาทำเป็นสูตรที่มีความเข้มข้นและมีความเป็นกรด-ด่างที่เหมาะสม (กรดซาลิไซลิกมีที่ใช้ในการรักษาโรคผิวหนังมานาน โดยใช้เป็นส่วนผสมของยารักษาสิว ตาปลา หูด ผิวหนังอักเสบเรื้อรังชนิดรุนแรง ผสมใส่ในแชมพูสระผมเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษารังแค โรคฝ่ามือฝ่าเท้าหนา) และจากการค้นคว้าวิจัยได้นำกรดซาลิไซลิก ซึ่งสกัดจากพืชหรือจากต้น Willow (วิลโลว์) แล้วนำมาทำการปรับสูตรกรด-ด่างอย่างเหมาะสม โดยทำให้เกิดการระคายเคืองน้อยลง ทำให้สามารถนำมาบรรจุใส่ในเครื่องสำอางได้ ทำให้เพิ่มสรรพคุณหลายอย่าง เช่น ช่วยกระตุ้นการผลัดเปลี่ยนเซลล์ผิวโดยช่วยสลายการยึดเกาะของเซลล์ ทำให้ผิวหนังผลัดเปลี่ยนได้เร็วขึ้น เราจึงรู้สึกว่ามีผิวเนียนใส

โดยปกติคนเราจะมีการผลัดเปลี่ยนเซลล์ผิวเฉลี่ยทุก 28 วัน เพื่อให้ได้เซลล์ผิวใหม่ แต่เมื่อคนเราอายุมากขึ้นกระบวนการผลัดเปลี่ยนเซลล์ผิวจะช้าลง สาร BHA จะไปช่วยกระบวนการนี้กลับมาสู่ภาวะปกติ นอกจากนั้นยังช่วยขจัดสิ่งคั่งค้างในรูขุมขน คือ ทำให้สิ่งคั่งค้างซึ่งอุดตันหลุดออกไป จึงดูแลรูขุมขนมีขนาดเล็กลง สิวเสี้ยนมีปริมาณลดลง และยังช่วยกักเก็บน้ำ ทำให้ผิวชุ่มชื้น และเวลาใช้มักไม่ค่อยพบปัญหาเรื่องแสบคันหรือเกิดผื่นแดง จึงใช้ง่าย แต่ก่อนจะเลือกใช้ควรพิจารณาที่เหมาะสมกับผิวเรา และราคาที่ไม่แพงเกินไปนะครับ

### 3. คอลลาเจน (Collagen)

คอลลาเจนเป็นโปรตีนชนิดหนึ่งพบในชั้นหนังแท้ ทำให้ผิวหนังมีความยืดหยุ่นและมีความชุ่มชื้น เนื่องจากมีคุณสมบัติที่สามารถอุ้มน้ำไว้ได้ แต่เมื่ออายุมากขึ้นประสิทธิภาพของคอลลาเจนจะลดลง ทำให้เกิดรอยเหี่ยวย่นเข้ามาเยี่ยมชม

คอลลาเจนในปัจจุบันมีที่ใช้ในรูปครีม เจล และยาฉีด โดยสกัดจากเนื้อเยื่อลูกวัวอ่อน ใช้ฉีดรักษารอยแผลเป็นชนิดเป็นหลุม ซึ่งไม่ลึกมากนัก และก่อนฉีดจะต้องทำการทดสอบว่าไม่มีอาการแพ้ สามารถใช้ฉีดรักษารอยย่นรอบดวงตา รอยมุมบริเวณหน้าผาก รอบริมฝีปาก แก้ม

หลังฉีดต้องหลีกเลี่ยงแสงแดด และไม่ควรฉีดในหญิงมีครรภ์ คอลลาเจนที่ฉีดเพื่อรักษารอยเหี่ยวย่นเมื่อเข้าไปอยู่ในร่างกายมนุษย์สามารถมีอายุได้ประมาณ 6 เดือน การฉีดควรฉีดโดยแพทย์ผิวหนังผู้เชี่ยวชาญ และควรฉีดอย่างระมัดระวัง โดยเฉพาะบริเวณรอบดวงตาและรอบปาก แต่ปัจจุบันการฉีดคอลลาเจนเริ่มลดลงเนื่องจากไม่สะดวกเทียบเท่าการฉีดสารเติมเต็มในกลุ่มไฮยาลูโรนิกแอซิด หากใช้ในรูปครีมทาบำรุงผิวจะมีลักษณะคล้ายแผ่นฟิล์มฉาบเคลือบผิว ทำให้ช่วยอุ้มน้ำไว้ในผิวหนังได้นานขึ้น

### 4. อีลาสติน (Elastin)

อีลาสตินทำหน้าที่เกี่ยวกับความยืดหยุ่นของผิวหนัง เมื่อใช้ในรูปครีมทาผิวทำให้เกิดการเคลือบบริเวณผิวหนัง โดยปกติผู้สูงอายุและคนอายุ 30 ปีขึ้นไป เส้นใยอีลาสตินจะเริ่มถูกทำลายจากแสงแดด ดังนั้นการหลบแสงแดดมาก ๆ จะช่วยทำให้เส้นใยอีลาสตินมีอายุยืนนาน มีความคงทนถาวรมากขึ้น เกิดริ้ว

รอยเหี่ยวย่นช้าลง ปัจจุบัน ได้มีการสังเคราะห์สารเหล่านี้จากเอ็นบริเวณคอของวัว และใส่ในผลิตภัณฑ์ถนอมผิวเพื่อช่วยอุ้มน้ำได้ โดยผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ มักมีส่วนผสมของทั้งคอลลาเจนและอีลาสตินร่วมกัน

## 5. กรดไฮยาลูโรนิก (Hyaluronic acid)

กรดไฮยาลูโรนิก เป็นสารที่มีลักษณะคล้ายเส้นใยพองน้ำ พบอยู่ในชั้นหนังแท้สามารถอุ้มน้ำได้ในปริมาณค่อนข้างมาก สามารถทำให้เกิดความคงตัวในเนื้อเยื่อควบคุมน้ำ เก็บกักน้ำไว้ในเซลล์ผิวหนัง โดยสามารถสกัดเอาสารนี้ได้จากเนื้อเยื่อบางส่วนของหงอนไก่ และจากผลผลิตการหมักของแบคทีเรีย และใช้เทคโนโลยีชีวภาพทำให้สามารถสร้างขึ้นได้จากเชื้อจุลินทรีย์ชนิดหนึ่ง แต่เนื่องจากมีโมเลกุลสูง ทำให้ชนิดทาไม่สามารถซึมผ่านผิวหนังได้ เพียงแต่ให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังเท่านั้น สำหรับชนิดฉีดก็จะมีอายุได้นานขึ้นถึง 1 ปี ทั้งนี้ขึ้นกับกรรมวิธีการผลิตของแต่ละบริษัท

## 6. เลซิติน

เลซิตินเป็นสารประกอบที่ซับซ้อนอยู่ในรูปของไขมันที่เรียกว่า ‘ฟอสโฟไลปิด’ เลซิตินเป็นสารประกอบสำคัญของเซลล์ทุกชนิดในร่างกาย ช่วยทำให้อวัยวะหลายส่วนในร่างกายทำงานได้อย่างเป็นปกติ และเป็นตัวกลางที่ช่วยผสมน้ำกับน้ำมันให้เข้ากันเป็นเนื้อเดียวกัน ดังนั้นจึงทำให้ไขมันกระจายและลอยไปได้โดยไม่ตกตะกอน จึงสามารถลดโคเลสเตอรอลได้ หากนำไปผสมในครีมบำรุงผิวจะช่วยทำให้ผิวหนังอุ้มน้ำได้มาก

## 7. กรดแล็กติกและยูเรีย

กลุ่มนี้จะช่วยดูดซับน้ำ ทำให้ผิวหนังเกิดความชุ่มชื้น และยังช่วยขจัดผิวหนังชั้นขี้ไคลให้หลุดออกไป ทำให้ผิวดูเรียบเนียนขึ้น

## 8. วิตามิน ซี

วิตามิน ซี มีบทบาทในการต้านอนุมูลอิสระซึ่งเป็นตัวการทำลายเยื่อหุ้มเซลล์ต่าง ๆ ให้เสื่อมสภาพก่อนเวลาอันควร วิตามิน ซี จำเป็นสำหรับการสร้างเนื้อเยื่อ และการสังเคราะห์โปรตีนคอลลาเจน ซึ่งทำหน้าที่ยึดเซลล์เข้าไว้ด้วยกัน จึงช่วยให้ผิวพรรณมีความยืดหยุ่นและความกระชับ ป้องกันการฉีกขาดของหลอดเลือดฝอย ช่วยในการหายของแผล ดังนั้นการเติมวิตามิน ซี ลงไปในครีมบำรุงผิวจึงช่วยเพิ่มความชุ่ม

ขึ้น และอาจช่วยให้มีการสร้างคอลลาเจนได้ แต่ทั้งนี้ยังสงสัยกันอยู่ว่าวิตามิน ซี สามารถซึมผ่านผิวหนังลงไปถึงระดับลึกได้จริงหรือไม่

### 9. วิตามิน เอ

วิตามิน เอ เป็นสารสังเคราะห์ซึ่งสามารถนำมาใช้รักษาผิว เร่งการหลุดลอกของเซลล์ผิวแห้ง กระตุ้นการสร้างเซลล์ใหม่ ปัจจุบันนำมารักษารอยบนบนใบหน้า แต่มีผลข้างเคียงคือ เกิดการระคายเคืองพอสมควร นอกนั้นอาจพบอาการแพ้แสงแดดร่วมด้วย เป็นสารซึ่งจัดอยู่ในประเภทยา และควรใช้ภายใต้การควบคุมดูแลของแพทย์ผิวหนัง

### 10. วิตามิน อี

วิตามิน อี ได้รับการยกย่องว่าเป็น “วิตามินชะลอความแก่” มานาน เนื่องจากคุณสมบัติในการทำหน้าที่ต้านอนุมูลอิสระ ช่วยยับยั้งการเสื่อมของเซลล์ ช่วยบำรุงผิวพรรณให้ชุ่มชื้น ไม่เหี่ยวแห้ง นิยมเติมในเครื่องสำอางประเภทบำรุงผิวจำนวนมาก นอกจากนั้นยังมีสารธรรมชาติต่าง ๆ ซึ่งนิยมใส่ในเครื่องสำอางและครีมต่าง ๆ เช่น

### 11. คาโมไมล์ (Chamomile)

คาโมไมล์สกัดจากส่วนดอกของต้นไม้ชนิดหนึ่ง (Anthemis Nobilis) ใช้ส่วนของน้ำมันซึ่งพบว่าในปริมาณน้อยจะลดอาการอักเสบของเนื้อเยื่อ และช่วยเรียกเนื้อเยื่อได้

### 12. น้ำมันจากข้าวสาลี (Wheat germ oil)

น้ำมันจากข้าวสาลี ประกอบด้วย วิตามิน อี เอ ดี บี บางตัว เลซิติน และสารซึ่งออกฤทธิ์คล้ายฮอร์โมนเอสโตรเจน นิยมใส่ในครีมลบรอยบน และครีมบำรุงผิว

### 13. น้ำมันอะโวคาโด

น้ำมันอะโวคาโด ประกอบด้วยวิตามิน อี ดี อี บี บางตัว กรดไลโนเลอิก ใช้เป็นส่วนผสมของครีมลบรอยบน

### 14. น้ำมันเมล็ดฝ้าย (Cotton seed oil)

น้ำมันเมล็ดฝ้าย ประกอบด้วย วิตามิน อี นิยมใส่ในครีมบำรุงผิว นอกจากนั้นยังมีน้ำมันพืชอีกเป็นจำนวนมาก ซึ่งมักใช้เป็นครีมบำรุงผิว เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้น เนื่องจากมีกรดไขมันไม่อิ่มตัว เช่น กรดโอเลอิก กรดไลโนเลอิก กรดปาล์มมิติก กรดสเตียริก น้ำมันงา น้ำมันอัลมอนด์ น้ำมันเมล็ดถั่ว เป็นต้น





### 15. สารสกัดจากใบว่านหางจระเข้

ประกอบด้วยกรดอะมิโน เอนไซม์ ไขมัน วิตามิน และสารซึ่งให้ความชุ่มชื้นต่อผิวหนัง นอกจากนี้ยังช่วยรักษาอาการไหม้หรือผิวหนังอักเสบได้ดี

### 16. นมผึ้ง

นมผึ้ง ประกอบด้วยวิตามิน บี กรดแพนโทเทนิค นิยมใส่ในครีมชะลอความแก่

### 17. รก

รก ประกอบด้วยวิตามิน เอ ซี อี บี2 บี12 กรดโฟลิก โกรธแฟคเตอร์ และฮอร์โมน เชื่อว่าจะกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด เพิ่มจากการเจริญของเซลล์ผิวหนัง นิยมใช้กับครีมบำรุงผิวชนิดต่าง ๆ

### 18. โคเอนไซม์ Q10

โคเอนไซม์ Q10 เชื่อว่ามีบทบาทสำคัญในการซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของเซลล์ในร่างกาย และต่อต้านการเกิดอนุมูลอิสระ ซึ่งเกิดจากรังสีอัลตราไวโอเลตชนิด เอ และ บี มีผู้พิสูจน์ว่าการขาดโคเอนไซม์คิวเทนในผิวหนังจะทำให้ผิวหนังบริเวณนั้นขาดความยืดหยุ่นและปรากฏริ้วรอย



### 19. แอสตาแซนธิน ( Astaxanthin )

เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ที่เหนือกว่าวิตามินซี อยู่ในกลุ่มของแคโรทีนอยด์ เป็นสารที่ทำให้เนื้อปลาแซลมอน กุ้ง และกุ้งมังกรมีสีชมพูและสีแดง ไมโครแอลจิรา และแบคทีเรียบางชนิดสามารถผลิตแอสตาแซนธินในธรรมชาติได้



สารแอสตาแซนธิน มีประสิทธิภาพสูงกว่าวิตามินอี (แอลฟาโทโคฟีรอล) 550 เท่า สูงกว่าเบต้าแคโรทีน 40 เท่า สูงกว่าเมล็ดองุ่น 17 เท่า สามารถออกฤทธิ์ยับยั้งปฏิกิริยาเพอร์ออกซิเดชัน ที่ผนังเซลล์และป้องกันการอักเสบ

นอกจากนั้นส่วนประกอบอื่น ๆ ที่ช่วยอุ้มน้ำและเพิ่มความชุ่มชื้น ได้แก่ มิวโคโพลีแซ็กคาไรด์ (เอ็มพีเอส) คอนดรอยตินซัลเฟต ฟอสโฟไลปิด ไกลโคสฟิงโกไลปิด และเซราไมด์

ทั้งหมดที่กล่าวมานี้ก็เป็นผลิตภัณฑ์ซึ่งนิยมใส่ในเครื่องสำอางประเภทครีมบำรุงผิวและครีมชะลอความแก่  
ในยุคปัจจุบัน นะครับ