

## ฝ้า กระ

ฝ้าและกระเป็นโรคที่ทุกคนคงรู้จักกันดี ฝ้ามีลักษณะเป็นผื่นสีน้ำตาล เกิดขึ้นบริเวณใบหน้า อาจเกิดขึ้นที่โหนกแก้ม หน้าผาก คาง มักเป็นบริเวณที่ถูกแสงแดด เป็นศัตรูของความงามบน ใบหน้าที่พบบ่อย ทำให้เกิดรอยมลทิน ซึ่งบางครั้งเป็นปัญหาที่แพทย์ผิวหนังทุกคนอาจต้องปวด หัว เพราะการรักษาค่อนข้างยาก เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างที่จะไปกระตุ้นการทำงานของ การสร้างเซลล์เม็ดสี

### ฝ้า ปัจจัยที่ทำให้เกิดฝ้า

แสงแดด ทั้งอัลตราไวโอเล็ตชนิด เอ และ ชนิด บี

ฮอร์โมน โดยพบว่าคนที่รับประทานยาคุมกำเนิดหรือระหว่างตั้งครรภ์จะทำให้ฝ้ากำเริบมากขึ้น ยาบางชนิด เช่น ยารักษาวัณโรคไอเอ็นเอช (INH) ยาแก้ชักไดแลนติน (Dilantin) สามารถทำให้เกิดผื่นดำคล้ายฝ้า

ส่วนผสมในเครื่องสำอาง ทำให้เกิดอาการแพ้ เช่น น้ำหอม สี สามารถทำให้เกิดรอยคล้ำแบบ ฝ้าได้

เราสามารถแบ่งชนิด ของฝ้าได้เป็นสามชนิด ชนิดแรกคือฝ้าที่เกิดในบริเวณหนังกำพืด มี ลักษณะเป็นผื่นสีน้ำตาลเข้ม บริเวณขอบเขตของผื่นจะเห็นชัด ฝ้าชนิดนี้ค่อนข้างตอบสนองดี ต่อการรักษาเนื่องจากเม็ดสีเมลานินอยู่ไม่ลึกในผิวหนังจึงง่ายต่อการกำจัด

ชนิดที่สองคือฝ้าที่อยู่ในชั้นหนังแท้ ผื่นฝ้าจะเป็นสีน้ำตาลผสมสีเทาเข้ม ขอบเขตจะเห็นไม่ ชัดเจนเนื่องจากเม็ดสีเมลานินอยู่ในระดับที่ลึกมากขึ้น มีผลทำให้รักษาค่อนข้างยาก ตอบสนอง ไม่ดีต่อการรักษา ชนิดสุดท้ายเป็นชนิดผสม มีเม็ดสีเมลานินสะสมมากผิดปกติทั้งในชั้นหนังแท้ และหนังกำพืด การแยกชนิดของฝ้า นั้นจะมีประโยชน์ต่อการรักษา ทำให้สามารถประเมินได้ว่า จะรักษาได้ผลดีอย่างน้อยเพียงใด อย่างไรก็ตามการตรวจด้วยสายตาอาจมีข้อจำกัด บางครั้ง อาจต้องใช้อุปกรณ์แสงอัลตราไวโอเล็ต (UV Camera) ช่วยในการจำแนกชนิดของฝ้า

ผู้ป่วยบางรายเมื่อเป็นฝ้าจะกลุ้มอกกลุ้มใจอย่างมาก พยายามขวนขวายหาทางรักษา บางคน ยอมทุ่มเงินจนแทบหมดตัวเพื่อซื้อยารักษาฝ้าหลอดละ 1-2 หมื่นบาทก็เคยมีปรากฏ อยู่บ่อยๆ บางคนต้องบินไปซื้อครีมไข่มุกจากประเทศจีนมาใช้รักษาฝ้า แต่อย่างไรก็ตาม แม้ยา จะแพงแค่ไหน ฝ้าก็ไม่หายขาดหรอกครับ อย่าเสียเงินเสียทองโดยเปล่าประโยชน์จะดีกว่า



ภาพ 44 แสดงฝ้าในช่วงตั้งครรภ์



ภาพ 45 แสดงฝ้าชนิดลึกจากน้ำหอมในเครื่องสำอาง

## การรักษาฝ้า

สำหรับการรักษาฝ้าฟังดูแล้วมีหลักการไม่ยากคือ พยายามหาสาเหตุและป้องกันอย่าให้ฝ้าใหม่เกิดขึ้น ร่วมกับการทายากันแดด

แต่จริงๆ แล้วเวลาปฏิบัติไม่ง่ายเลย แผลอบีบเดียวฝ้าก็กลับเป็นขึ้นมาอีก เมื่อไปถูกสิ่งกระตุ้น เช่น แสงแดด ยาคุมกำเนิด เป็นต้น

นอกจากการใช้ยากันแดดแล้ว อาจต้องใช้ยาที่ทำให้สีของฝ้าจางลง เช่น ไฮโดรควิโนน สเตียรอยด์ และกรดวิตามิน เอ สารทั้งหมดดังกล่าวอาจหยุดยั้งการทำงานของเซลล์ เมลาโนไซต์ โดยที่เมลาโนไซต์ ยังไม่ตาย ซึ่งการรักษาต้องทายาทุกวันจนสีผิวเรียบเสมอกัน หลังจากนั้นจึงค่อยๆหยุดยา ถ้าหยุดยากะทันหัน ฝ้าอาจดำคล้ำขึ้นมาได้ และ ควรจะต้องใช้ยากันแดดร่วม แต่ต้องจำไว้เสมอว่า ไม่มียากันแดดชนิดใดที่มีคุณภาพเต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ ยังไงก็ต้องหลบแดดอยู่เนะครับ เพราะว่าแดดเมืองไทยจัดมาก ยากันแดดชนิดไหนก็เอาไม่อยู่ ไม่จำเป็นไม่ควรเสี่ยงจะดีกว่า

ปัจจุบันมียามากมายหลายชนิดที่เพิ่มประสิทธิภาพการรักษาฝ้า เช่น กรดอะซาลอิก กรดโคจิก สารอาร์บูติน สารลิกอริช ว่านหางจระเข้ สารเฟดเอาท วิตามินซี สารสกัดจากเปลือกสน สาร Tocotrienol และกรดทราโนซามิก

สำหรับสารแอสตาแซนทีน, N-acetylcysteine , Pycnogenol , สารสกัดจากทับทิม , เมล็ดองุ่น , Silymarin , Soy alphanlipolic acid , Soy isoflavone , สาร Tocotrienol กรดทราโนซามิกและ สารสกัดจากเปลือกสนเสริมทำให้ผิวขาวรักษาฝ้า

แพทย์บางท่านนำมาใช้เพิ่มประสิทธิภาพการรักษาฝ้าโดยอยู่ในรูปของยารับประทานเสริมทำให้ผิวขาวรักษาฝ้า

อย่างไรก็ตาม ผลลัพธ์ที่ได้ยังคงต้องฝ้าดูกันต่อไป นอกจากนั้นได้มีผู้นำเทคนิคใหม่ๆมาเสริมเพื่อเพิ่มการรักษาฝ้าให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นเช่นอาจพิจารณาให้สารเคมีเพื่อทำการลอกฝ้า ในรูปของกรดไตรคลออะซีติก กรดไกลโคลิค น้ำยาเจสเนอร์ทั้งหมดก็เพื่อช่วยเร่งให้เม็ดสีเมลานินหลุดออกมาเร็วขึ้น ซึ่งอาจต้องทำซ้ำทุก 1-2 สัปดาห์ เพื่อให้ฝ้าจางเร็วขึ้น บางรายต้องใช้แสงเลเซอร์เพื่อช่วยลอกผิวชั้นตื้นออก ซึ่งต้องระวังเพราะอาจเกิดภาวะแทรกซ้อน คือรอยแผลเป็น และรอยคล้ำ ซึ่งจะยิ่งดำมากกว่าก่อนรักษา เพราะว่าการรักษาโดยใช้เลเซอร์รักษาฝ้ายังเป็นที่ถกเถียงกันอยู่

ดังนั้นทุกท่านเมื่อได้รู้เรื่องราวเกี่ยวกับฝ้าดีแล้วก็ต้องรู้ว่าสารเคมีบางชนิดซึ่งสามารถ รักษาฝ้าได้ แต่มีฤทธิ์ทำลายเซลล์สร้างสีก็ไม่ควรใช้ในการรักษาฝ้า ได้แก่ โลหะหนักเช่น สารปรอท บีสเมท และ สังกะสี ซึ่งพวกนี้ในสมัยก่อนมีผู้นิยมใช้กันมากนอกจากนั้นก็ยังมี โมโนเบนซิลอีเทอร์ของไฮโดรควิโนน (monobenzly ether of hydroquinone) สารฟีนอล(phenol) ซึ่งเป็นสารใช้ในอุตสาหกรรมการผลิตของใช้ประจำวัน เช่น ยาดับกลิ่น กระดาษทิชชู ยาสีฟัน ยาสีฟัน กาวลาเท็กซ์ อุตสาหกรรมยาง อุตสาหกรรมพลาสติก เรซิน เป็นต้น พวกนี้จะทำให้เซลล์สร้างสีตายและเกิดต่างขาวชนิดถาวรได้ ซึ่งต้องหลีกเลี่ยงอย่าไปยุ่งกับสารเหล่านี้ะครับ

กระ สำหรับกระ แพทย์มักให้การวินิจฉัยสับสนกับฝ้าเสมอมา กระจะมีลักษณะเป็นจุดสีน้ำตาลเข้มเล็กๆ เห็นขอบชัดเจนบางครั้งอาจสับสนกับ “ซีแมลงวัน” ซึ่งเกิดบริเวณใบหน้า ซึ่ง ซีแมลงวันจะมีลักษณะดำเข้ม กลม ขอบเขตชัดเจน และอาจนูนเล็กน้อย จากบริเวณผิว ซีแมลงวันจะไม่เข้มขึ้นเมื่อถูกแดดแต่ กระจะเข้มขึ้น และเพิ่มจำนวนขึ้นเมื่อถูกแดด กระมักเกี่ยวข้องกับพันธุกรรม และมักพบในคนผิวขาวมากกว่าคนผิวดำ กระส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นบริเวณใบหน้า โดยไม่มีอันตราย

การรักษา การรักษากระด่ำยกับฝ้า คือใช้ครีมกันแดดร่วมกับ ยาแกฝ้า อาจใช้น้ำยาพวกกรด ไตรโคลอะซีติกแต่เป็นระยะ สำหรับการรักษาด้วยแสงเลเซอร์ยังเป็นที่ยกเถียงว่าควรจะ นำมารักษาหรือไม่ ดังนั้นหนทางที่ดีที่สุดคือป้องกันและหลบหลีกเลียยแสงแดด โดยเฉพาะ ช่วงเวลา 10.00-17.00 และเลือกใ้ยากันแดดที่มี SPF ตั้งแต่ 15 ขึ้นไปจะสามารถทำให้กระไม่ เพิ่มจำนวนขึ้นและจางลงได้ครับ

มีภาวะบางอย่างที่ไม่ใช่ฝ้าแต่มีลักษณะคล้ายฝ้า และอาจจะเข้าใจผิดได้เช่น

ปานไอตะ (Nevus of Ota)



ปานไอตะเป็นปานสีน้ำเงินหรือน้ำตาลเข้ม เกิดจากเซลล์สร้างเม็ดสีที่ผิดปกติไปอยู่ในชั้นใต้ ผิวหนัง (Dermal melanocytes) ส่วนใหญ่ (90%) เป็น ข้างเดียวของใบหน้า ตั้งแต่หน้าผาก ขมับและแก้ม บางรายอาจพบในเยื่อตาขาวร่วมด้วย ประมาณกึ่งหนึ่งของปานไอตะ เป็น ตั้งแต่เกิด ส่วนที่เหลือเริ่มเป็นเมื่อเข้าวัยรุ่น พบในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย (5 ต่อ 1) ปานไอตะ พบได้บ่อยถึง 0.2%-0.8% ของคนเอเชีย เช่น ญี่ปุ่น เกาหลี จีน และไทย ความเข้มของปาน อาจเปลี่ยนแปลงได้จากการมีประจำเดือน ความอ่อนเพลีย การนอนไม่หลับ หรือฤดูกาล อย่างไรก็ตาม ไม่เคยพบว่า ปานชนิดนี้จะหาย ได้เอง

การรักษาไม่สามารถรักษาด้วยยาทา หรือ ยารับประทานได้ อาจใช้การตกแต่งใบหน้าอย่างเข้ม โดยทากลบหรือ Make up ซึ่งเป็นวิธีการทั่วไปที่ใช้บ่อยเพื่อกลบเกลื่อนรอยปาน แต่ต้อง แต่งหน้าปกปิดแบบนี้ไปตลอดชีวิต

ปัจจุบันมีวิธีการรักษาด้วย Q-switched Nd-YAG laser ดังนั้นถ้าท่านใดมีญาติ หรือพี่น้องเป็นโรคนี้แล้วอยากรักษาให้หายควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังนะครับ

ปานโฮริ (Nevus of Hori)



**กระดิก โฮริ** ลักษณะเป็นจุดสีน้ำตาลเทาๆ เห็นเป็นเงาลึกลับๆ ขอบเขตไม่ชัดเจน ส่วนใหญ่อยู่บริเวณโหนกแก้ม 2 ข้าง

กระ โฮริ หรือปานโฮริ เป็นกระที่พบบ่อยในผิวคนเอเชีย (20-30%) แต่ส่วนใหญ่จะไม่ทราบว่าตัวเองเป็นปานโฮริ มักจะคิดว่าตัวเองเป็นฝ้าซะมากกว่า กระชนิดนี้ไม่ตอบสนองต่อครีมหรือเซรั่มทาฝ้าใดๆทั้งสิ้น เนื่องจากเกิดขึ้นในชั้นผิวหนังแท้ (Dermis) สามารถรักษาด้วย Q-switched Nd-YAG laserการวินิจฉัยแยกกระหว่างฝ้าและปานโฮริ ต้องให้หมอที่เชี่ยวชาญช่วยวินิจฉัย