

## รู้จักสมุนไพรช่วยให้หน้าขาว...หรือยังเอ่ย?

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

### รู้จักสมุนไพรช่วยให้หน้าขาว

ดูเหมือนว่าสาวชาวไทยจะถูกกระตุ้นเตือนให้ต้องเป็นสาวผิวขาว หรือหน้าขาว ตั้งแต่เข่าจนถึงกอนนุอน จึงจะเป็นสาวสวยได้ในปัจจุบันสมัย

แต่จะรู้กันบ้างหรือไม่ว่าสีผิวของเราเนั้นมันมีเหตุปัจจัยให้เป็นสีนั้นสีนี้ ลองมาฟังคำอธิบายกัน

คอลัมน์ “คนงามเพราะแดง” ใน อภยภูเบศรสาร เดือนมิถุนายน 2549 เขียนโดย เกสัชกรหญิงวัจนาศูจิรพงศ์สิน แห่งโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จ.ปราจีนบุรี อธิบายว่า สีผิวของคนเรานั้นเกิดจากเม็ดสีที่อยู่ในชั้นผิวหนึ่งเรียกว่า “เมลานินไซโท” ที่สร้างเมลานิน อันเป็นสารสีที่อยู่ในผิว มี 2 ชนิดด้วยกัน คือยูเมลานิน ให้สีน้ำตาลและดำ กับแฟโอเมลานิน ให้สีเหลืองจนถึงน้ำตาลแดง สัตสวนของเมลานินทั้งสองที่ต่างกันทำให้ผิวของเรามีสีที่ต่างกัน

เครื่องสำอางในท้องตลาดมีส่วนผสมของสารเคมีที่ช่วยให้หน้าขาวอยู่หลายชนิด เช่น ไฮโดรควิโนน จะลดการสร้างเม็ดสีในชั้นผิวหนึ่ง ทำให้หน้าขาวเร็ว แต่จะมีปัญหาในระยะยาว

เพราะกระตุ้นการสร้างเม็ดสีมากขึ้นจนเป็นฝ้าถาวรได้ กรดวิตามินเอ

เป็นสารอีกกลุ่มหนึ่งที่ช่วยเร่งการผลัดเซลล์ผิว อาจเกิดการระคายเคืองได้

ต้องใช้ความระมัดระวังของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

สำหรับ สมุนไพรที่ช่วยให้หน้าขาว มีรายงานวิจัยว่า สมุนไพรที่ช่วยลดการสร้างเม็ดสีมีอยู่หลายชนิด

แต่ต้องอาศัยระยะเวลาการออกฤทธิ์ที่นานกว่า เช่น มะหาด สารสกัดจากชะเอม สารสกัดจากมะขามป้อม

ต่างมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ที่ช่วยสร้างเม็ดสี ทำให้ผิวกระจ่างใส ลดจุดด่างดำ หรือในอีกกลุ่ม สมุนไพร

ที่มีฤทธิ์เร่งการผลัดเซลล์ผิว ก็มีสวนช่วยให้ ผิวขาวได้ เช่น มะขาม ที่มี AHA จากธรรมชาติ ขาวกลอง ที่มี

Phytic acid ช่วยกระตุ้นการผลัดเซลล์ผิวและช่วยยับยั้งเอนไซม์สร้างเม็ดสี พีชตระกูลสม

มะนาวที่มีวิตามินซีกระตุ้นการผลัดเซลล์ ทำให้ผิวหน้ากระจ่างใส

เกสัชกรหญิงวัจนาศูจิกกว่า ผลิตภัณฑ์ทำให้หน้าขาวที่มีส่วนผสมจากสารสกัดธรรมชาติ

น่าจะเป็นทางเลือกให้หน้าขาวได้อย่างปลอดภัยและมีประสิทธิภาพกว่า แม่ให้ผลชาหนอย

แต่ก็ดีกว่าเสี่ยงกับสารเคมี.