รู้จักสมุนไพรช่วยให้หน้าขาว...หรือยังเอ่ย?

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ค. 2552

รู้จักสมุนไพรช่วยให้หน้าขาว

ดูเหมือนว่าสาวชาวไทยจะถูกกระตุ้นเตือนให้ต้องเป็นสาวผิวขาว หรือหน้าขาว ตั้งแต่เช้าจนถึงกอนนุอุน จึงจะเป็นสาวสวยได้ในปัจจุบันสมัย แตจะรูกันบางหรือไมวาสีผิวของเรานั้นมันมีเหตุปัจจัยให้เป็นสีนั้นสีนี้ ลองมาฟังคำอธิบายกัน

คอลัมน “คนงามเพราะแตง” ใน อภัยภูเบศรสาร เดือนมิถุนายน 2549 เขียนโดย เภสัชกรหญิงวัจนา สุจีรพงศ์สิน แหงโรงพยาบาลเจาพระยาอภัยภูเบศร จ.ปราจีนบุรี อธิบายวา สีผิวของคนเรานั้นเกิดจากเม็ดสีที่อยูในชั้นผิวหนังเรียกวา “เมลาโนไซท์” ที่สร้างเมลานิน อันเป็นสารสีที่อยู่ในผิว มี 2 ชนิดดวยกัน คือยูเมลานิน ใหสีน้ำตาลและดำ กับแฟโอเมลานิน ใหสีเหลืองจนถึงน้ำตาลแดง สัดสวนของเมลานินทั้งสองที่ตางกันทำใหผิวของเรามีสีที่ตางกัน

เครื่องสำอางในทองตลาดมีสูวนผสมของสารเคมีที่ช่วยให้หน้าขาวอยู่หลายชนิด เช่น ไฮโดรควิโนน จะลดการสรางเม็ดสีในชั้นผิวหนัง ทำใหหนาขาวเร็ว แตจะมีปัญหาในระยะยาว เพราะกระตุนการสรางเม็ดสีมากขึ้นจนเป็นฝาถาวรได กรดวิตามินเอ เป็นสารอีกกลุมหนึ่งที่ชวยเรงการผลัดเซลลผิว อาจเกิดการระคายเคืองได้ ตองใชภายใตความดูแลของแพทยผูเชี่ยวชาญ

สำหรับ สมุนไพรที่ชวยใหหนาขาว มีรายงานวิจัยว่า สมุนไพรที่ช่วยลดการสร้างเม็ดสีมีอยู่หลายชนิด แต่ต้องอาศัยระยะเวลาการออกฤทธิ์ที่นานกวา เชน มะหาด สารสกัดจากชะเอม สารสกัดจากมะขามป้อม ตางมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ที่ชวยสรางเม็ดสี ทำใหผิวกระจางใส ลดจุดดางดำ หรือในอีกกลุม สมุนไพร ที่มีฤทธิ์เรงการผลัดเซลลผิว ก็มีสวนชวยให ผิวขาวได เชน มะขาม ที่มี AHA จากธรรมชาติ ขาวกล้อง ที่มี Phytic acid ชวยกระตุนการผลัดเซลลผิวและชวยยับยั้งเอนไซมสรางเม็ดสี พืชตระกูลสม มะนาวที่มีวิตามินซีกระตุนการผลัดเซลล ทำใหผิวหนากระจางใส

เภสัชกรหญิงวัจนาบอกวา ผลิตภัณฑ์ทำ ใหหนาขาวที่มีส่วนผสมจากสารสกัดธรรมชาติ น่าจะเป็นทางเลือกใหหนาขาวไดอยางปลอดภัยและมีประสิทธิภาพกวา แมใหผลชาหนอย แตก็ดีกวาเสี่ยงกับสารเคมี.