

วิธีแก้ผิวแตกลาย...จากการลดความอ้วน

นำเสนอเมื่อ : 30 ก.ย. 2552

สาว ๆ ที่เคยอ้วน หรือเคยลดน้ำหนักบางคนมักจะมีปัญหาเกี่ยวกับผิวแตกและลาย ซึ่งส่วนใหญ่มักพบว่เกิดจากน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็วไม่ได้เกิดจากผอมแล้วอ้วนอย่างรวดเร็ว ซึ่งหากจะป้องกันผิวแตกลายก็อาจทำได้โดยลดความอ้วนโดยที่ไม่ได้ทำให้ เนื้อเยื่อมีความยืดหยุ่นมากก่อน เช่น การออกกำลังกายบริหารกล้ามเนื้อก็จะช่วยแก้ปัญหาที่จะเกิดนี้ได้ เพราะเมื่อคุณผอม กล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อเกี่ยวพันจะหดตัวลงตามไม่ทัน ทำให้ มีรอยเหี่ยวและแตกลายแตกเป็นริ้วๆขึ้น ซึ่งมักจะเจออยู่ในบริเวณ ผิวสะโพก น่อง หนาท้อง และเต้านม ปัญหานี้จะไม่เป็นเรื่องใหญ่มากสำหรับคนผิวขาว แต่ในคนผิวคล้ำหรือผิวสองสี จะเป็นปัญหาใหญ่ที่ทำให้กังวลใจมาก



วิธีที่จะช่วยทำให้ดีขึ้นคือ คุณต้องใช้ผลิตภัณฑ์ที่ช่วยให้ความชุ่มชื้นกับผิวทาเพื่อบำรุงผิวในจุดนั้นๆ ค่ะ