ผิวสวยด้วยคอลลาเจน

นำเสนอเมื่อ : 4 พ.ค. 2552

ผิวสวยด้วยคอลลาเจน

ใคร ๆ ก็คงเคยได้ยินคำว่า ผิวสวยด้วยคอลลาเจน แล้วทราบหรือไม่ว่า คอลลาเจน คืออะไร วันนี้เดลินิวส์ออนไลน์มีเรื่องนี้มาฝาก...

คอลลาเจน คือ โปรตีนที่เป็นส่วนประกอบหลักของผิวหนังของร่างกาย ซึ่งสานกันเป็นเครือข่ายชั้นผิวหนัง และเป็นโปรตีนสำคัญต่อความแข็งแรงของผนังหลอดเลือด และช่วยสร้างความตึงกระชับให้ผิว โดยจะทำงานร่วมกับโปรตีนอีกชนิดหนึ่งที่เรียกว่า อีลาสติน

ปัจจัยที่ทำให้เกิดการสลายตัวของคอลลาเจน คือ อนุมูลอิสระที่เกิดจากมลพิษต่าง ๆ เช่น บุหรี่ แสงแดด สารปนเปื้อนในอาหาร และจากการเผาผลาญอาหารในร่างกายไปจนถึงการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนในร่างกาย และเมื่ออายุ 20 ปีขึ้นไป

การผลิตคอลลาเจนในร่างกายจะลดลงเรื่อย ๆ ตามอายุที่เพิ่มขึ้น เมื่อขาดคอลลาเจนผิวพรรณที่เคยเต่งตึงจะเริ่มหย่อนคล้อย มีริ้วรอยเพิ่มมากขึ้น ความยืดหยุ่นและความชุ่มชื้นของผิวลดลง

การเติมคอลลาเจนให้กับผิวเพื่อหวังผลในการชะลอริ้วรอย ในวงการแพทย์สามารถทำได้โดยการฉีดคอลลาเจนโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ส่วนในเครื่องสำอางก็มีการนำคอลลาเจนไปผสม สังเกตได้จากฉลากที่ระบุส่วนผสมของ ไฮโดรไลซ์คอลลาเจน อีลาสติน โปรคอลลาเจน เอเอชเอ

นอกจากนั้นการรับประทานอาหารที่มีสารต้านอนุมูลอิสระต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยชะลอการสลายตัวของคอลลาเจนและช่วยลดการเกิดมะเร็งในร่างกายอีกด้วย

สารต้านอนุมูลอิสระเหล่านี้ก็ได้แก่ เบต้าแคโรทีน วิตามินซี วิตามินอี ซึ่งเป็นสารที่มีประสิทธิภาพสูงในการกำจัดอนุมูลอิสระมีคุณสมบัติเพิ่มความแข็งแรงของเนื้อเยื่อคอลลาเจนและอีลาสติน

รู้อย่างนี้แล้ว ถ้าอยากมีผิวสวย อย่าลืมหันมาบำรุงกันด้วยคอลลาเจนกันดีกว่า.