

## AC Clear ทางเลือกดูแลปัญหาสิวโดยแพทย์ใน 5 ขั้นตอน

นำเสนอเมื่อ : 19 มิ.ย. 2569



ปัญหาสิวเป็นหนึ่งในปัญหาผิวที่พบได้บ่อยในทุกช่วงวัย ไม่ว่าจะเป็นสิवादุดัน สิวอักเสบ หรือผิวมัน ซึ่งล้วนส่งผลต่อความมั่นใจและคุณภาพผิวในระยะยาว หลายคนอาจเคยลองใช้ผลิตภัณฑ์ดูแลผิวมาหลากหลายรูปแบบ แต่สิวยังคงกลับมาเป็นซ้ำอยู่เสมอ เนื่องจากสาเหตุของการเกิดสิวมียุหลายปัจจัย ทั้งความมันส่วนเกิน การอุดตันของรูขุมขน แบคทีเรีย และการอักเสบของผิว

ด้วยเหตุนี้ การดูแลสิวจึงไม่ควรมุ่งเน้นเพียงการลดสิวที่เกิดขึ้นแล้ว แต่ควรดูแลไปถึงต้นตอของปัญหาอย่างครอบคลุม AC Clear จึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่อเป็นโปรแกรมดูแลผิวแบบ 5 ขั้นตอน ที่ช่วยทำความสะอาดผิว ลดการอุดตัน ควบคุมความมัน และฟื้นฟูสภาพผิวให้แข็งแรงไปพร้อมกัน

### ทำความเข้าใจ 4 สาเหตุหลักของการเกิดสิว

ปัญหาสิวไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งเพียงอย่างเดียว แต่เป็นผลมาจากหลายปัจจัยที่ทำงานร่วมกัน จนส่งผลให้เกิดสิवादุดัน สิวอักเสบ และปัญหาผิวตามมา โดยสาเหตุหลักของการเกิดสิวมารถแบ่งออกได้ 4 ปัจจัยสำคัญ ดังนี้

## • การอุดตันของรูขุมขน

การเกิดสิวมักเริ่มต้นจากการที่เซลล์ผิวหนังเกิดการสะสมและผลัดเซลล์ได้ไม่สมบูรณ์ ทำให้เกิดการอุดตันภายในรูขุมขน เมื่อมีสิ่งอุดตันสะสมมากขึ้น จึงกลายเป็นสิวอุดตันและเป็นจุดเริ่มต้นของปัญหาสิวในรูปแบบต่าง ๆ

## □ • การผลิตน้ำมันส่วนเกินจากต่อมไขมัน

ต่อมไขมันมีหน้าที่ผลิตน้ำมันเพื่อรักษาความชุ่มชื้นของผิวตามธรรมชาติ แต่เมื่อร่างกายผลิตน้ำมันมากเกินไป ไขมันส่วนเกินเหล่านี้อาจเข้าไปสะสมภายในรูขุมขนและรวมตัวกับเซลล์ผิวที่ตายแล้ว จนเกิดการอุดตันและเพิ่มโอกาสในการเกิดสิว

## □ • การสะสมของเชื้อ C. acnes

เชื้อแบคทีเรีย Cutibacterium acnes หรือ C. acnes เป็นแบคทีเรียที่พบได้ตามธรรมชาติบนผิวหนัง เมื่อรูขุมขนเกิดการอุดตันและมีไขมันสะสม เชื้อแบคทีเรียจะเจริญเติบโตได้ดีขึ้น ส่งผลให้เกิดการระคายเคืองและกระตุ้นการเกิดสิว

## □ • การอักเสบของผิวหนัง

เมื่อเกิดการอุดตันร่วมกับการสะสมของไขมันและเชื้อแบคทีเรีย ร่างกายจะตอบสนองด้วยกระบวนการอักเสบ ทำให้เกิดสิวอักเสบที่มีลักษณะบวม แดง เจ็บ หรือมีหนอง ซึ่งหากไม่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม อาจนำไปสู่ออยสิวและปัญหาสิวเรื้อรังในระยะยาวได้



## AC Clear รักษาสิว 5 ขั้นตอน มีอะไรบ้าง?

AC Clear เป็นโปรแกรมดูแลสิวที่ออกแบบมาเพื่อช่วยจัดการปัญหาสิวอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่การลดการอุดตัน ลดการอักเสบ ไปจนถึงการฟื้นฟูผิวหลังการรักษา โดยประกอบด้วย 5 ขั้นตอนสำคัญ ดังนี้

### 1. พบแพทย์เพื่อประเมินสภาพผิว

ก่อนเริ่มรักษาสิวด้วยโปรแกรม AC Clear ควรเข้ารับการพบแพทย์ เพื่อประเมินสภาพผิว วิเคราะห์ปัญหาสิวแบบเฉพาะบุคคล พร้อมวางแผนแนวทางการดูแลอย่างเหมาะสม

### 2. 2-3 เคลียร์สิวดูดตันด้วยการกดสิว

เริ่มต้นด้วยการกดสิวโดยผู้เชี่ยวชาญ เพื่อช่วยนำสิ่งอุดตันภายในรูขุมขนออกอย่างเหมาะสม ลดการสะสมของสิวดูดตัน และช่วยลดโอกาสที่สิวจะพัฒนาไปเป็นสิวกักเสบในอนาคต

### 3. 2-3 ดูแลสิวกักเสบด้วยการฉีดสิว

สำหรับสิวกักเสบหรือสิวที่มีอาการบวมแดง แพทย์จะพิจารณาการฉีดยาตามความเหมาะสม เพื่อช่วยลดการอักเสบ ลดอาการบวม และช่วยให้สิวยุบตัวได้เร็วขึ้น

### 4. 2-3 ทรีตเมนต์ลดปัจจัยกระตุ้นการเกิดสิว

ขั้นตอนนี้ช่วยดูแลผิวอย่างล้ำลึก เพื่อลดความมันส่วนเกิน ลดการสะสมของสิ่งสกปรกบนผิว และช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการเกิดสิวใหม่ พร้อมเสริมความสะอาดและความสมดุลให้กับผิว

### 5. 2-3 มาส์กฟื้นฟูและปลอบประโลมผิว

ปิดท้ายด้วยการมาส์กผิวเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้น ลดการระคายเคือง

และช่วยปกป้องประโลมผิวหลังการรักษา พร้อมเสริมความแข็งแรงให้ผิวกลับมาดูสุขภาพดีและสมดุลง่ายยิ่งขึ้น

## AC Clear รักษาสิวมียจุดเด่นอย่างไร?

**AC Clear** เป็นโปรแกรมดูแลผิวที่ออกแบบมาเพื่อจัดการปัญหาผิวอย่างเป็นระบบ พร้อมดูแลสุขภาพผิวควบคู่กันไป จึงมีข้อดีหลายด้าน ดังนี้

- ช่วยดูแลปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการเกิดสิว ทั้งการอุดตัน ความมันส่วนเกิน และการอักเสบของผิว
- เป็นการดูแลผิวอย่างอ่อนโยน โดยคำนึงถึงสุขภาพผิวในระยะยาว
- ช่วยให้สิวมียจุดอยู่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม และลดความรุนแรงของปัญหาสิว
- มุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาผิวอย่างเป็นระบบ ไม่เน้นการดูแลเพียงเฉพาะอาการภายนอก
- ช่วยฟื้นฟูสภาพผิวควบคู่ไปกับการดูแลผิว ทำให้ผิวดูสมดุลและแข็งแรงขึ้น
- ช่วยลดโอกาสการเกิดสิวใหม่จากการสะสมของสิ่งอุดตันภายในรูขุมขน
- ช่วยให้ผิวได้รับการบำรุงและดูแลอย่างล้ำลึกมากกว่าการดูแลผิวทั่วไปเพียงอย่างเดียว
- มีขั้นตอนการปกป้องประโลมผิวหลังการรักษา ช่วยลดความแห้งตึงและความระคายเคืองของผิว
- ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดรอยสิวมียจุดที่เกิดจากการอักเสบหรือการดูแลผิวที่ไม่เหมาะสม

## AC Clear เหมาะกับใคร?

AC Clear เป็นโปรแกรมดูแลผิวที่เหมาะสมสำหรับผู้ที่มีปัญหาผิวหลากหลายประเภท รวมถึงผู้ที่ต้องการดูแลผิวอย่างเป็นระบบเพื่อลดโอกาสการเกิดสิวมียจุด โดยเหมาะกับบุคคลดังต่อไปนี้

- ผู้ที่มีปัญหาสิวมียจุดอุดตัน ทั้งสิวมียจุดอุดตันหัวเปิดและสิวมียจุดอุดตันหัวปิด
- ผู้ที่มีสิวมียจุดอักเสบ สิวแดง หรือสิวมียจุดที่มีอาการบวมเจ็บ
- ผู้ที่มีสิวมียจุดดำและสิวมียจุดขาว
- ผู้ที่มีสิวมียจุดค่อม (Comedone) หรือรูขุมขนอุดตันสะสม
- ผู้ที่มีสิวมียจุดหรือสิวมียจุดเล็กจำนวนมากบนใบหน้า
- ผู้ที่มีสิวมียจุดบริเวณจมูกและบริเวณที่โซน
- ผู้ที่มีสิวมียจุดขาวหรือสิวมียจุดเล็กใต้ผิวหนัง
- ผู้ที่มีปัญหาสิวมียจุดจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน
- ผู้ที่มีสิวมียจุดหัวหนองหรือสิวมียจุดอักเสบขนาดใหญ่
- ผู้ที่มีแนวโน้มเกิดสิวมียจุดซ้ำเป็นประจำ
- ผู้ที่เป็นสิวมียจุดเรื้อรังและมีปัญหาสิวมียจุดต่อเนื่องเป็นเวลานาน
- ผู้ที่เคยรักษาสิวมียจุดด้วยวิธีต่าง ๆ แล้วผลลัพธ์ยังไม่เป็นที่น่าพอใจ
- ผู้ที่ต้องการดูแลปัญหาสิวมียจุดอย่างจริงจังภายใต้คำแนะนำของแพทย์
- ผู้ที่ไม่มีเวลาดูแลสิวมียจุดด้วยตนเอง และต้องการโปรแกรมดูแลผิวที่ครบขั้นตอน

## AC Clear ไม่เหมาะกับใคร?

แม้ว่า AC Clear จะเป็นโปรแกรมดูแลผิวที่เหมาะสมกับปัญหาผิวหลากหลายประเภท แต่ก็ยังมีบางกรณีที่ไม่ควรได้รับการประเมินจากแพทย์อย่างละเอียด หรืออาจจำเป็นต้องเลือกแนวทางการรักษาอื่นที่เหมาะสมกว่า ดังนี้

- ผู้ที่มีปัญหาหูดหรือสิวมียจุด หูดหรือสิวมียจุดดำหรือแดงเป็นหลัก โดยไม่มีสิวมียจุดอักเสบหรือสิวมียจุดอุดตันหลงเหลืออยู่
- สตรีที่กำลังตั้งครรภ์ ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเข้ารับการรักษาทุกครั้ง
- สตรีที่อยู่ในช่วงให้นมบุตร และต้องการรับการรักษาด้วยยาหรือสารบางชนิด
- ผู้ที่มีเครื่องกระตุ้นการเต้นของหัวใจ (Pacemaker) หรืออุปกรณ์ทางการแพทย์ฝังในร่างกายบางประเภท
- ผู้ที่มีบาดแผลเปิด แผลอักเสบ หรือผิวหนังที่ยังไม่พร้อมสำหรับการรักษา
- ผู้ที่มีการติดเชื้อบริเวณผิวหนังในตำแหน่งที่ต้องทำการรักษา
- ผู้ที่มีประวัติแพ้ยาหรือสารที่ใช้ในขั้นตอนการรักษา เช่น สารที่ใช้ในกระบวนการไอออนโตโฟเรซิส (Iontophoresis)

- ผู้ที่มีโรคผิวหนังบางชนิดที่อยู่ในระยะกำเริบ ควรได้รับการประเมินจากแพทย์ก่อนเข้ารับบริการ

## ขอตรวจก่อนรักษาสิวด้วย AC Clear

เพื่อให้การรักษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและช่วยลดโอกาสการระคายเคืองของผิว ควรเตรียมความพร้อมก่อนเข้ารับบริการทำโปรแกรม AC Clear ดังนี้

- เข้ารับการปรึกษาและประเมินสภาพผิวกับแพทย์ เพื่อวิเคราะห์ประเภทสิิว ความรุนแรงของปัญหา และวางแผนการรักษาที่เหมาะสม
- พักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อให้ผิวอยู่ในสภาวะที่พร้อมสำหรับการดูแลรักษา
- หลีกเลี่ยงการแกะ บีบ หรือกดสิิวด้วยตนเองก่อนเข้ารับบริการ
- หากสามารถทำได้ ควรมาในสภาพผิวที่สะอาดและหลีกเลี่ยงการแต่งหน้าก่อนทำการรักษา
- แจ้งประวัติการแพ้ยา ไรศประจำตัว หรือยาที่กำลังใช้อยู่ให้แพทย์ทราบทุกครั้ง

## ขอตรวจปฏิบัติหลังรักษาสิวด้วย AC Clear

หลังเข้ารับการรักษา

ผิวอาจมีความบอบบางหรือเกิดรอยแดงเล็กน้อยจากการกดสิิวและการดูแลในขั้นตอนต่าง ๆ จึงควรปฏิบัติตามคำแนะนำดังต่อไปนี้

- หลีกเลี่ยงการเผชิญแสงแดดจัดในช่วง 24 ชั่วโมงแรกหลังทำ
- ทาครีมกันแดดเป็นประจำ โดยเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีค่า SPF 30 ขึ้นไป เมื่อต้องทำกิจกรรมกลางแจ้ง
- ใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดและบำรุงผิวที่อ่อนโยนต่อผิวหนัง
- หลีกเลี่ยงการขัด ถู หรือสัมผัสผิวหน้าแรง ๆ ในช่วงแรกหลังการรักษา
- พักการใช้ผลิตภัณฑ์ที่อาจก่อให้เกิดการระคายเคือง เช่น สครับผิว หรือผลิตภัณฑ์ที่มีกรดผลัดเซลล์ผิวเข้มข้น ตามคำแนะนำของแพทย์
- งดแต่งหน้าอย่างน้อย 24 ชั่วโมง เพื่อให้ผิวได้ฟื้นตัวอย่างเต็มที่
- รักษาความสะอาดของผิวหน้าอย่างสม่ำเสมอ และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

การดูแลผิวอย่างเหมาะสมหลังทำ AC Clear จะช่วยให้ผิวฟื้นตัวได้ดีขึ้น พร้อมลดโอกาสการเกิดสิิวซ้ำและเสริมผลลัพธ์ของการรักษาในระยะยาว

AC Clear เป็นโปรแกรมดูแลสิิวที่ออกแบบมาเพื่อจัดการปัญหาสิิวอย่างครอบคลุม ตั้งแต่การลดการอุดตัน ลดการอักเสบ ควบคุมปัจจัยที่กระตุ้นการเกิดสิิว ไปจนถึงการฟื้นฟูผิวหลังการรักษา จึงเหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการดูแลปัญหาสิิวอย่างเป็นระบบและตรงจุด

อีกหนึ่งจุดเด่นของ AC Clear คือการดูแลโดยแพทย์และทีมผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์ เพื่อประเมินสภาพผิว วางแผนการรักษา และเลือกแนวทางที่เหมาะสมกับปัญหาสิิวของแต่ละบุคคล ทำให้การรักษามีความปลอดภัยและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สำหรับผู้ที่กำลังเผชิญปัญหาสิิวเรื้อรัง สิิวอุดตัน หรือสิิวอักเสบที่ส่งผลต่อความมั่นใจ สามารถเข้ารับคำปรึกษาเพื่อประเมินสภาพผิวและวางแผนการรักษาด้วย AC Clear เพื่อให้การดูแลปัญหาสิิวเป็นไปอย่างเหมาะสม พร้อมฟื้นฟูผิวให้กลับมาเรียบเนียนและสุขภาพดีมากขึ้นในระยะยาว