

ฝ้าเลือด ปัญหาฝ้าที่ไม่ได้มีแค่เม็ดสี รู้สาเหตุก่อนเลือกการรักษา

นำเสนอเมื่อ : 14 ก.ย. 2569



ฝ้าเลือด

เป็นปัญหาผิวที่มีความเกี่ยวข้องทั้งกับการสร้างเม็ดสีเมลานินและการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดขนาดเล็กบริเวณผิว จึงอาจเห็นเป็นปื้นสีน้ำตาลปนแดงหรือมีรอยแดงร่วมกับฝ้าได้ชัดเจน โดยเฉพาะบริเวณใบหน้าสัมผัสกับปัจจัยกระตุ้นเป็นประจำ บทความนี้จะพาไปรู้จักลักษณะของฝ้าเลือด ปัจจัยที่มีส่วนทำให้เกิดฝ้า รวมถึงวิธีดูแลและป้องกันไม่ใหรอยฝ้าดูเข้มข้น เพื่อช่วยวางแผนการจัดการปัญหาผิวได้อย่างเหมาะสม

ทำความรู้จักกับฝ้าเลือด

ฝ้าเลือด (Vascular Melasma) เป็นภาวะฝ้าที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับเม็ดสีเมลานินเพียงอย่างเดียว แต่มีการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดขนาดเล็กบริเวณผิวเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย จึงทำให้รอยฝ้าอาจปรากฏเป็นปื้นสีน้ำตาลปนแดงหรือมีรอยแดงแทรกอยู่ และในบางรายอาจสังเกตเห็นเส้นเลือดฝอยบริเวณที่เป็นฝ้าได้

การดูแลฝ้าเลือดจึงอาจมีความซับซ้อนกว่าฝ้าที่มีปัญหาเม็ดสีเป็นหลัก เนื่องจากต้องพิจารณาทั้งเรื่องเม็ดสีและหลอดเลือดรวมกัน โดยมีหลายปัจจัยที่อาจกระตุ้นให้ฝ้าชัดขึ้น เช่น แสงแดดและรังสี UV การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน รวมถึงการใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีสารสเตียรอยด์หรือสารที่ทำให้ผิวระคายเคืองต่อเนื่อง ซึ่งอาจส่งผลต่อสภาพผิวและทำให้มองเห็นรอยแดงหรือเส้นเลือดบริเวณผิวได้เด่นขึ้น

ฝ้าเลือดมักเกิดบริเวณไหนบ้าง?

ฝ้าเลือด มักปรากฏในตำแหน่งที่ได้รับแสงแดดเป็นประจำ โดยเฉพาะบริเวณใบหน้า ซึ่งตำแหน่งที่พบได้บ่อย ได้แก่

- บริเวณโหนกแก้มและแก้มทั้งสองข้าง
- บริเวณหน้าผาก
- แนวสันจมูก
- ผิวเหนือริมฝีปาก
- บริเวณคาง

ลักษณะของฝ้าเลือดบางครั้งอาจใกล้เคียงกับฝ้าชนิดอื่น เช่น ฝ้าแดดหรือฝ้าผสม ทำให้แยกได้ยากจากการสังเกตด้วยตาเพียงอย่างเดียว หากรอยฝ้ามีสีแดงปนน้ำตาลหรือมีเส้นเลือดฝอยร่วมด้วย ควรให้แพทย์ประเมินลักษณะและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อช่วยจำแนกประเภทของฝ้าและเลือกแนวทางดูแลให้เหมาะกับสภาพผิว

ฝ้าเลือดเกิดจากอะไร? ปัจจัยไหนกระตุ้นให้ฝ้าชัดขึ้น

ฝ้าเลือด (Vascular Melasma)
เป็นปัญหาฝ้าที่มีทั้งการสร้างเม็ดสีเมลานินและการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดขนาดเล็กบริเวณผิวเข้ามาเกี่ยวข้อง จึงอาจเห็นรอยฝ้าเป็นสีน้ำตาลปนแดงหรือมีรอยแดงร่วมด้วย โดยการเกิดฝ้าเลือดมักสัมพันธ์กับหลายปัจจัย ดังนี้

- การเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดบริเวณผิว

บริเวณที่เป็นฝ้าเลือดอาจมีหลอดเลือดขนาดเล็กเพิ่มขึ้นหรือขยายตัวเด่นกว่าปกติ ทำให้ผิวบริเวณดังกล่าวมีรอยแดงรวมกับรอยเม็ดสี ในผู้ที่ผิวค่อนข้างบางอาจสังเกตเห็นเส้นเลือดเล็ก ๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

- แสงแดดและรังสี UV

รังสี UVA และ UVB เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ฝ้าชัดขึ้น เพราะสามารถกระตุ้นเซลล์สร้างเม็ดสีให้ผลิตเมลานินเพิ่มขึ้น รวมถึงเสริมกระบวนการอักเสบและการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดบริเวณผิว การได้รับแสงแดดสะสมโดยไม่มีการป้องกันจึงอาจทำให้รอยฝ้าดูเข้มและเด่นขึ้น

- ความเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน

ฮอร์โมนมีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำงานของเซลล์สร้างเม็ดสี จึงพบว่าฝ้าอาจเริ่มเกิดหรือมีสีเข้มขึ้นในช่วงที่ระดับฮอร์โมนเปลี่ยนแปลง เช่น ระหว่างตั้งครรภ์ การใช้ยาคุมกำเนิด การใช้ฮอร์โมนทดแทน หรือช่วงวัยหมดประจำเดือน

- การใช้สเตียรอยด์หรือผลิตภัณฑ์ที่ไม่เหมาะกับผิว

การใช้สเตียรอยด์ทาผิวอย่างไม่เหมาะสมเป็นเวลานาน อาจทำให้ผิวบางและมองเห็นเส้นเลือดฝอยได้เด่นขึ้น ขณะที่ผลิตภัณฑ์ที่ก่อให้เกิดการระคายเคืองต่อเนื่องอาจรบกวนเกราะป้องกันผิวและทำให้เกิดการอักเสบ

ซึ่งอาจส่งผลให้ปัญหาหอยแดงและเม็ดสีชัดเจนกว่าเดิม

- พันธุกรรม

ผู้ที่มีสมาชิกในครอบครัวเป็นฝ้าอาจมีแนวโน้มเกิดฝ้าได้มากขึ้น
เนื่องจากพันธุกรรมมีส่วนกำหนดการตอบสนองของผิวต่อแสงแดด ฮอร์โมน และกระบวนการสร้างเม็ดสี

- ปัจจัยที่ทำให้ผิวระคายเคืองหรืออักเสบ

ความร้อน การใช้ผลิตภัณฑ์ที่ไม่เหมาะกับสภาพผิว หรือการทำให้ผิวระคายเคืองซ้ำ ๆ
อาจส่งเสริมการอักเสบและทำให้รอยฝ้าดูเด่นขึ้น
ส่วนความเครียดและการพักผ่อนไม่เพียงพออาจมีผลต่อสุขภาพผิวโดยรวม
แต่ไม่ควรถือเป็นสาเหตุโดยตรงของฝ้าเลือด



ใครบ้างที่เสี่ยงเป็นฝ้าเลือด?

- ฝ้าเลือด สามารถพบได้ในหลายกลุ่ม โดยเฉพาะผู้ที่มีปัจจัยกระตุ้นเกี่ยวกับเม็ดสี หลอดเลือด และสภาพผิวได้แก่
- ผู้ที่โดนแดดเป็นประจำ รังสี UV อาจกระตุ้นทั้งการสร้างเม็ดสีและการเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือดบริเวณผิว
- ผู้ที่ใช้สเตียรอยด์ทาผิวไม่เหมาะสม อาจทำให้ผิวบาง เกิดรอยแดง และเห็นเส้นเลือดฝอยชัดขึ้น
- ผู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน เช่น ช่วงตั้งครรภ์ ไข่ยาคุมกำเนิด ฮอร์โมนทดแทน หรือวัยหมดประจำเดือน
- ผู้ที่มีผิวบอบบางหรือระคายเคืองง่าย การอักเสบของผิวอาจทำให้รอยแดงและฝ้าดูชัดขึ้น
- ผู้ที่มีประวัติครอบครัวเป็นฝ้า อาจมีแนวโน้มเกิดฝ้ามากขึ้น โดยเฉพาะเมื่อมีปัจจัยกระตุ้นอื่นร่วมด้วย

ฝ้าเลือดรักษาได้ด้วยวิธีไหนบ้าง?

เนื่องจากฝ้าเลือด มีทั้งปัญหาเม็ดสีและหลอดเลือดเข้ามาเกี่ยวข้อง

แนวทางรักษาฝ้าจึงอาจต้องใช้มากกว่าหนึ่งวิธีร่วมกัน โดยแพทย์จะพิจารณาจากลักษณะฝ้า สภาพผิว และปัจจัยกระตุ้นของแต่ละบุคคล

- เลเซอร์รักษาฝ้าเลือด

เลเซอร์และเทคโนโลยีแสงสามารถใช้ดูแลเม็ดสีหรือรอยแดงจากหลอดเลือดได้ เช่น Picosecond Laser, Vbeam, Dual Yellow Laser หรือ IPL โดยชนิดของเครื่องและจำนวนครั้งควรพิจารณาตามลักษณะฝ้าของแต่ละคน

- สกินบูสเตอร์ (Skin Booster)

สกินบูสเตอร์บางประเภทอาจนำมาใช้เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นและปรับคุณภาพผิว มักเป็นการดูแลเสริมร่วมกับแนวทางหลักมากกว่าการรักษาฝ้าเลือดโดยตรง

- ทรีตเมนต์ฟื้นฟูผิว

การทำทรีตเมนต์เน้นเพิ่มความชุ่มชื้นและปลอบประโลมผิว ช่วยดูแลผิวที่แห้งหรือระคายเคืองง่าย และสามารถเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลผิวระหว่างรักษาฝ้า

- ยารับประทาน

แพทย์อาจพิจารณายาบางชนิด เช่น Tranexamic Acid ในผู้ที่เหมาะสม เพื่อช่วยจัดการปัญหาเม็ดสี ทั้งนี้ ยามีข้อห้ามและความเสี่ยง จึงไม่ควรซื้อรับประทานเอง

- ยาทาฝ้า

ยาทาหรือสารลดเม็ดสีสามารถช่วยให้รอยฝ้าค่อย ๆ จางลง โดยการเลือกตัวยาและระยะเวลาการใช้ควรอยู่ภายใต้คำแนะนำของแพทย์ เพื่อลดโอกาสเกิดการระคายเคือง

- สกินแคร์สำหรับผิวเป็นฝ้า

ส่วนผสมอย่าง Niacinamide, Vitamin C, Alpha-Arbutin, Azelaic Acid หรือ Tranexamic Acid อาจช่วยดูแลปัญหาเม็ดสี ควบคู่กับการใช้มอยส์เจอไรเซอร์เพื่อเสริมเกราะป้องกันผิว

- การรักษาแบบผสมผสาน

ในบางรายอาจใช้เลเซอร์ ยา สกินแคร์ และการฟื้นฟูผิวร่วมกัน เพื่อดูแลปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับฝ้าในหลายด้าน โดยควรวางแผนตามสภาพผิวและการตอบสนองของแต่ละบุคคล

ฝ้าเลือด เป็นปัญหาผิวที่มีหลายปัจจัยเกี่ยวข้อง ทั้งเม็ดสี การเปลี่ยนแปลงของหลอดเลือด แสงแดด ฮอร์โมน และการระคายเคืองจากผลิตภัณฑ์บางชนิด

แนวทางดูแลจึงควรพิจารณาตามลักษณะฝ้าและสภาพผิวของแต่ละบุคคล โดยอาจใช้เลเซอร์ ยาท หรือยารับประทานภายใต้การดูแลของแพทย์รวมกับการป้องกันแสงแดดและหลีกเลี่ยงปัจจัยกระตุ้น เพื่อช่วยให้รอยฝ้าค่อย ๆ จางลงและลดโอกาสที่ฝ้าจะกลับมาเพิ่มขึ้น