

แม่ท้องผิวสวยอย่างไร ไม่ให้เป็นเหี่ยวไวเทนนิง

รศ.พญ.รังสิมา วณิชภักดีเดชา

ภาควิชาตจวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

เมื่อเอ่ยถึงสารทำให้ผิวขาวหรือไวเทนนิง (Whitening) เราคงคุ้นหูกันพอสมควร เพราะเป็นส่วนผสมที่มีอยู่แทบทุกผลิตภัณฑ์ เพื่อการบำรุงรักษาความงาม ไม่ว่าจะคุณจะใช้เครื่องสำอางหรือผลิตภัณฑ์เหล่านี้มากน้อยเพียงใด หากคุณกำลังมีแผนจะเป็นคุณแม่หรือกำลังตั้งครรภ์ จึงมีข้อควรระวังเกี่ยวกับไวเทนนิงมาฝาก

ไวเทนนิงแบ่งได้ 3 กลุ่ม ตามลักษณะที่เชื่อว่าสารนั้นทำให้ขาวได้อย่างไร ได้แก่

- กลุ่มที่มีผลยับยั้งการสร้างเม็ดสี ตัวอย่างเช่น สารไฮโดรควิโนน
- กลุ่มที่มีผลลอกเซลล์ผิวหนังชั้นบน ตัวอย่างเช่น สารที่เป็นกรด ทั้งกรดวิตามินเอ วิตามินซี และกรดผลไม้
- กลุ่มอื่น ๆ เช่น สารอาร์บูติน และลิโคริช เป็นต้น

โดยทั่วไปคุณแม่ตั้งครรภ์ใช้ครีมทาผิวได้ทุกชนิดโดยไม่เป็นอันตราย แต่สำหรับยาเกินที่เป็นกรดวิตามินเอ ซึ่งมักใช้กันในการรักษาสิวจำเป็นต้องระวังอย่างมาก กรดวิตามินเอนี้มีทั้งในรูปแบบการกินและการทา จากรายงานแพทย์ทั่วโลกพบว่า กรดวิตามินเอแบบกินมีผลต่อการตั้งครรภ์โดยตรง คือ

- มีผลต่อการสร้างอวัยวะของตัวอ่อนในครรภ์ โดยเฉพาะในช่วงอายุครรภ์ 1-3 เดือนแรก โดยมีผลต่อระบบหัวใจ ระบบประสาท และกระดูกตา
- การเกิดผลดังกล่าว ไม่ขึ้นกับระยะเวลาหรือปริมาณที่ใช้ คือ การใช้มานานหรือเพิ่งจะใช้ หรือใช้มากหรือน้อย ส่งผลดังกล่าวได้ทั้งนั้น ความรุนแรงขึ้นกับแม่และเด็กแต่ละคน
- ผู้ที่กินกรดวิตามินเอ เพื่อรักษาโรคบางอย่างนั้น จะต้องหยุดยาเป็นระยะเวลาหนึ่งก่อน (แล้วแต่ชนิดของยา ซึ่งมีตั้งแต่ 1 เดือนจนถึง 2 ปี) จึงจะตั้งครรภ์ได้อย่างปลอดภัย

โดยเฉพาะในยาเกินรักษาสิวซึ่งหญิงวัยเจริญพันธุ์เป็นกลุ่มที่มีโอกาสใช้มาก การใช้ยาเหล่านี้ควรสั่งโดยแพทย์ผิวหนัง

- ไม่กินยารักษาสิวที่มีกรดวิตามินเอเป็นส่วนผสม
- หากจำเป็นต้องได้รับยาเกิน ควรสอบถามคุณหมอก่อนว่า ถ้าตั้งครรภ์สามารถกินยานั้นได้หรือไม่
- การที่ผิวหนังแตกภายหลังตั้งครรภ์ขึ้นกับสภาพผิวตามพันธุกรรม หากกรรมพันธุ์คุณมีผิวแตก

ง่าย แม้ป้องกันก็แตกได้

- ขนาดและความเร็วของผิวหนังที่ขยาย ถ้าขยายเร็ว ผิวหนังก็จะแตกได้ง่าย
- การใช้ครีมบำรุงหรือมอยส์เจอร์ไรเซอร์ เพื่อให้ความชุ่มชื้นแก่ผิวขณะตั้งครรภ์ จะช่วยลดการแตก

ลายของผิวหนังหน้าท้องได้

โดยก่อนสั่งยา แพทย์ผิวหนังจะต้องให้ความรู้แก่ผู้ป่วยก่อนว่า ห้ามตั้งครรภ์ในช่วงที่ใช้ยา และจะต้องมีการตรวจการตั้งครรภ์ในรายที่สงสัยก่อนให้ยาทุกราย ส่วนกรดวิตามินเอแบบทานนั้นยังไม่มีรายงานว่ามีผลต่อเด็กในครรภ์ แต่ถ้าหากแม่ท้องกังวลว่าการทาสารดังกล่าวปริมาณมากจะทำให้มีการดูดซึมเข้าสู่ร่างกายก็ควรจะเลี่ยงดีกว่า