



# รู้จักรอยด่างดำบนใบหน้า

พูดในเรื่องรอยด่างดำบนใบหน้า คงมีผู้หันหลายท่านสนใจ เพราะเป็นเรื่องที่พบได้เกือบทุกเพศทุกวัย ไม่ว่าจะเป็นรอยด่างในวัยเรียน สดกระในวัยทำงาน หรือฝ้าในวัยกลางคน ปัญหาของด่างดำต่างๆ มีลักษณะเป็นอย่างไร และมีวิธีการแก้ไขและรักษาทางการแพทย์อย่างไร ตลอดจนสายด่วนสุขภาพผิวฉบับนี้มีคำตอบฝาก



**"ฝ้า"** คือ กระที่ผิวหนังมีเม็ดสีหรือเมลานินมากขึ้น ซึ่งเกิดจากการที่เซลล์สร้างเม็ดสีทำงานมากขึ้น บางครั้งจะพบว่าเซลล์สร้างเม็ดสีมีจำนวนเพิ่มขึ้นด้วย มักพบบริเวณที่รับแสงสัมผัสแสงแดด เช่น ใบหน้า โดยเฉพาะหน้าผาก แก้ม จมูก เหนือคิ้วเป็นปากบนและกราม มักเริ่มเป็นฝ้าเมื่ออายุ 30-40 ปี เชื่อกันเกิดจากแสงแดดเป็นหลัก เราคงพบได้ว่าฝ้ามักจะเข้มขึ้นเมื่อไปตากแดด และฝ้าสามารถจางลงได้ หากหลีกเลี่ยงแดด นอกจากนี้ ยังพบได้บ่อยในผู้ที่รับประทานยาคุมกำเนิดและในผู้ที่ตั้งครรภ์ การรักษาฝ้าสามารถทำได้โดยการใช้อายาทาที่มีฤทธิ์ลดการสร้างเม็ดสี การใช้สารกลุ่มกรดผลไม้เพื่อผลัดเซลล์ผิวให้ส่วนเกินออก ร่วมกับการใช้ยาที่ลด และ การหลบแดด สำหรับการรักษาด้วยเลเซอร์ จัดเป็นการรักษาที่ค่อนข้างปลอดภัยซึ่งจะมีฝ้าจางเร็วขึ้นได้ แต่บางรายฝ้าอาจจะดำขึ้นหากเลือกเลเซอร์ หรือการจี้ฝ้าด้วยแก๊สเลเซอร์ไม่เหมาะสม

ส่วน **"กระ"** สามารถแบ่งได้หลายชนิด เช่น กระตื้น กระลึก กระแดด กระเนื้อ ซึ่งแต่ละชนิดจะมีลักษณะแตกต่างกันไป กระตื้นจะมีลักษณะเป็นจุดเล็กๆ สีน้ำตาลอ่อน ขอบเขตชัด ขนาด 2-3 มิลลิเมตร มักพบได้ทั้งบริเวณสัมผัสแสงแดด โดยเฉพาะในผู้ที่ผิวละเอียดสีขาว มักเริ่มเป็นตอนเข้าสู่วัยรุ่น หากสัมผัสแดดจะเป็นมาก และหากหลบแดดได้ดีอาจจางลงได้เอง บางรายอาจเริ่มเป็นตั้งแต่อายุก่อน 10 ปี สำหรับการรักษากระตื้นวิธีที่ได้ผลดีที่สุด คือ การใช้เลเซอร์ที่มีความยาวคลื่นที่เฉพาะซึ่งจะจับเม็ดสี เช่น เลเซอร์คิวสวิตซ์เลเซอร์ไดออกไซด์สวิตซ์และคาร์บอนไดออกไซด์สวิตซ์ หรืออาจใช้แสงความเข้มสูงที่เรียกว่า **"ไอพีแอล"** อาจจะช่วยย่นได้ บางครั้งอาจใช้น้ำยาทางการแพทย์ที่มีฤทธิ์ช่วยลดเม็ดสีเพื่อให้กระหลุดออก แต่การใช้ครีมหรือยาทา อาจเกิดผลเป็นได้หากแพ้มากเกินไป หลังจากรักษาแล้วกระตื้นที่รักษาถึงจะหายไป หากทำการรักษาอย่างถูกวิธี กระตื้นมักจะหายได้ภายในครั้งรักษา 1-2 ครั้ง อย่างไรก็ตาม ผู้ที่เป็นกระตื้นอาจจะเป็นกระตื้นใหม่ได้อีก ดังนั้น จึงควรหลบแดดและใช้ครีมกันแดด เพื่อไม่ให้เกิดจุดใหม่

กระอีกชนิดหนึ่งที่พบได้บ่อย โดยเฉพาะในชาวเอเชียคือ **"กระลึก"** รอยโรคจะมีลักษณะเป็นจุดเล็กๆ สีน้ำตาลเข้ม อมเทาๆ ขอบเขตไม่ชัด ขนาด 2-3 มิลลิเมตร มักพบที่โหนกแก้มและจมูก พบได้เมื่ออายุ 20 ปีขึ้นไป ก็จะค่อยๆ เข้มขึ้นตามกาลเวลา โดยส่วนใหญ่มักจะใช้การรักษา

แบบผ่านบางครั้งหรือรักษาด้วยแสงความเข้มสูง หรือไอพีแอล แต่ไม่ขึ้น ซึ่งกรณีนี้ต้องทำการรักษาด้วยเลเซอร์เท่านั้น ไม่สามารถใช้อายาทา น้ำยาแต้ม หรือแสงความเข้มสูงไอพีแอลรักษาได้ หากทำการรักษาโดยวิธีกระลึกคือทำการรักษาหลายครั้งจึงจะหาย หากเป็นมากไม่นาน จำนวนครั้งที่ต้องทำการรักษาโดยเลเซอร์จะเพิ่มมากขึ้น หากทำไปเรื่อยๆ จะต้องใช้จำนวนครั้งในการรักษาที่มากขึ้น โดยมากผู้ที่เป็นกระลึกจะเป็นซ้ำอีก หากทำการรักษาด้วยเลเซอร์จนหายไปแล้ว



**"กระแดด"** เป็นกระอีกรูปแบบหนึ่งที่มีเกิดได้บ่อยเช่นกันซึ่งจะเกิดขึ้นจะเป็นแผ่นสีน้ำตาลอ่อน ขอบเขต ชัด ขนาด 0.3 - 2 เซนติเมตร เกิดจากแสงแดดและอายุที่มากขึ้น กระชนิดนี้มักพบบริเวณที่สัมผัสแดดได้บ่อย เช่น ใบหน้า คอ และแขนขาหน้าอก กระชนิดนี้หากปล่อยทิ้งไว้ อาจใหญ่และหนาขึ้นได้ กระชนิดนี้ ไม่สามารถจางลงได้แม้หลบแดด จึงต้องทำการรักษาด้วยเลเซอร์เท่านั้น เลเซอร์ที่ใช้จะเป็นชนิดเดียวกับกับเลเซอร์ที่ใช้รักษากระตื้น ส่วนมากจะหายภายในครั้งรักษาด้วยเลเซอร์ 1-2 ครั้ง ผู้ที่เป็นกระแดดอาจจะเป็นกระแดดจุดใหม่ได้อีก ดังนั้นจึงควรหลบแดดและใช้ครีมกันแดด เพื่อไม่ให้เกิดจุดใหม่



**"กระเนื้อ"** ก็คือเนื้องอกของผิวหนังชนิดหนึ่ง กระชนิดนี้ที่จริงแล้วไม่ใช่กระ แต่เป็นเซลล์ผิวหนังที่แบ่งตัวมากขึ้น มีลักษณะสีน้ำตาลอ่อนจนไปถึงสีน้ำตาลเข้มและดำ รอยโรคจะเป็นตุ่มนูนผิวขรุขระ ขนาดตั้งแต่ 2 มิลลิเมตรจนถึงหลายเซนติเมตร มักพบบริเวณใบหน้า คอ แขน และลำตัว เชื่อกันเกิดจากกรรมพันธุ์และอายุที่มากขึ้น เนื่องจากชนิดนี้เป็นเนื้อดี ไม่กลายเป็นมะเร็ง แต่อาจใหญ่ขึ้นทำให้ดูไม่สวยงามได้ บางรายอาจพัฒนามาจากกระแดด การรักษาที่ดีที่สุดคือการนำเลเซอร์ที่มีค่าแรงทำลายผิวชั้นบน เช่น



คาร์บอนไดออกไซด์เลเซอร์ อาจใช้ไฟฟ้า หรือทำการรักษาด้วยไนโตรเจนเหลว หรือตัดออก เมื่อเกาะเนื้อจุดเดิมหายแล้ว ในอนาคตอาจเป็นการเนื้อจุดใหม่ได้ ไม่มีวิธีป้องกันการเกิดกระเนื้อ

มะเร็งผิวหนังจัดเป็นมะเร็งชนิดที่พบได้บ่อยที่สุดในร่างกาย มะเร็งของผิวหนังเองก็สามารถแบ่งได้หลายชนิด บางชนิดอาจมีลักษณะเป็นตุ่มเล็ก ๆ คล้ายไฟหรือกระเนื้อได้ แต่จะมีลักษณะพิเศษที่ชวนให้สงสัย เช่น ขนาดใหญ่ โตเร็ว มีเลือดออก เกิดรักษาเหมือนไฟหรือกระเนื้อแต่ยุบขึ้นจุดใหม่ที่เดิม มะเร็งผิวหนังบางชนิดมีความสัมพันธ์กับการ ตกแดดมากเป็นระยะเวลานาน บางชนิดอาจมีการถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้ สามารถพบ มะเร็งผิวหนังได้บ่อยใน บริเวณ ที่สัมผัสแสงแดด เช่น หน้าผาก จมูก แก้ม ริมฝีปาก ใบหู คอ และแขนขาหน้าอก อย่างไรก็ตาม มะเร็งผิวหนังบางชนิดก็อาจเป็นในร่ม หรือบริเวณที่ไม่สัมผัสแสงแดดได้เช่นกัน การวินิจฉัยต้องอาศัยการตรวจชิ้นเนื้อ สำหรับการรักษาของทั้งการรักษาโดยการผ่าตัด ผ่าตัดผิวหนังส่วนที่เป็นเนื้อมะเร็งออก

รอยดำที่มักมีบนใบหน้าที่พบได้บ่อย คือรอยดำที่เกิดภายหลังการอักเสบของผิวหนัง ซึ่งรวมไปถึงการที่ผิวหนังได้รับบาดเจ็บ ด้วยวิธีที่พบได้บ่อย คือรอยดำจากสิ่ว โดยจะพบหากเป็นสิ่วอักเสบหรือไปแกะสิ่ว เพราะการแกะสิ่วจะทำให้ผิวหนังบาดเจ็บและอักเสบมากขึ้น รอยดำลักษณะนี้จะเห็นชัดขึ้นเมื่อโดนแดด เกิดบริเวณเดียวกับที่ผิวหนังเคยมีการอักเสบมาก่อน (เช่น มีอาการแดง บวม เจ็บ) วิธีการรักษาที่สำคัญที่สุดคือต้องหลีกเลี่ยงการอักเสบโดยวิธีที่ชัด เพราะหากปล่อยการอักเสบไว้ ก็จะเห็นไม่เรื้อรัง รอยดำจะเข้มมากขึ้น เมื่อการอักเสบหายแล้ว สามารถรักษารอยดำที่เหลือได้โดยการใช้อายาทา หรือการใช้เลเซอร์เล็มเพื่อทำให้ รอยจางเร็วขึ้น

พื้นที่ที่ารอยดำแล้ว แม้จะไม่คันรำบ แต่ส่งผลต่อการเสริมสร้าง ความมั่นใจให้กับชีวิต โดยเฉพาะในคนเอเชียซึ่งมีจะกังวลกับปัญหา รอยดำกันมาก ฉะนั้นผู้หันควรจะให้ความสนใจกับรอยดำชนิดต่างๆ บนใบหน้า รวมถึงแนวทางการรักษาอย่างเหมาะสมและปลอดภัยเป็นอันดับ หนึ่ง หากพบว่าเริ่มมีอาการและต้องการเข้ารับรักษา แนะนำว่าไปปรึกษาแพทย์ผิวหนังเป็นกรณีที่สุด ในแง่ต่อไปเราจะพูดถึงโรคด่างขาว รวมทั้ง รอยขาวๆ กระตื้น แผลพบบนใบหน้าหน้าผาก

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่  
**โครงการสายด่วนสุขภาพผิว**  
**เอส อี ซี คลินิก**  
 Hotline : 02-512-0450, 087-909-9988