

**PM 2.5 กับผลกระทบทางผิวหนัง**

สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ เปิดเผยว่า ฝุ่น PM 2.5 ซึ่งเป็นฝุ่นละอองขนาดเล็กที่มีเส้นผ่านศูนย์กลาง ไม่เกิน 2.5 ไมครอน ไม่เพียงแต่ก่อให้เกิดปัญหาต่อระบบทางเดินหายใจและระบบหัวใจและหลอดเลือดเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพผิวหนัง เช่น ก่อให้เกิดการอักเสบ ผื่นคัน และทำให้โรคผิวหนังที่มีอยู่เดิมกำเริบมากขึ้น การดูแลและปกป้องตนเองไม่ให้สัมผัสกับฝุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก เพื่อลดความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ ที่ส่งผลกระทบต่อร่างกายของประชาชน

**นายแพทย์ธนินทร์ เวชชาภินันท์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวว่า ผิวหนังเป็นอวัยวะหลักที่ต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมและมลภาวะต่างๆ ตลอดเวลา ดังนั้นจึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่ฝุ่นละอองดังกล่าวจะส่งผลต่อผิวหนังด้วย ข้อมูลจากงานวิจัยพบว่า ฝุ่นละอองขนาดเล็ก PM 2.5 สามารถเข้าสู่ผิวหนังผ่านทางรูเปิดของผมหรือขนได้โดยตรง หรือสามารถเข้าสู่ผิวหนังที่อยู่ในภาวะไม่ปกติ (barrier-disrupted skin) เช่น ผิวหนังที่เป็นโรคภูมิแพ้ (atopic dermatitis) นอกจากนี้ PM 2.5 สามารถจับตัวกับสารเคมีและโลหะต่างๆนำพาเข้าสู่ผิวหนัง มีผลทำร้ายเซลล์ผิวหนังโดยตรง และทำให้การทำงานของ เซลล์ผิวหนังผิดปกติ ทั้งในด้านกลไกการป้องกันของผิวหนังจากสิ่งแวดล้อมภายนอกและการซ่อมแซมผิวหนัง กระตุ้นให้เกิดกระบวนการอักเสบของเซลล์ผิวหนัง

**นายแพทย์วีรวัต อุครานันท์ ผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง** กล่าวว่า การสัมผัสกับฝุ่นต่อเนื่องเป็นเวลานาน เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ผิวเสื่อมชราได้เร็วขึ้น นอกเหนือจากปัจจัยทางแสงแดดและการสูบบุหรี่ ทำให้เกิดจุดด่างดำเพิ่มมากขึ้นบริเวณใบหน้า เกิดริ้วรอยบริเวณร่องแก้มมากยิ่งขึ้นด้วย เนื่องจากฝุ่น PM 2.5 มีผลกระทบต่อผิวหนังได้ทั้งระยะสั้นและระยะยาว อาจเกิดผื่นคัน ผื่นกำเริบมากขึ้นได้ โดยเฉพาะในผู้ที่มีโรคผิวหนังอยู่เดิม เช่น โรคภูมิแพ้ผิวหนังหรือโรคผื่นผิวหนังอักเสบ จะมีการระคายเคืองคันมากยิ่งขึ้น ดังนั้นการปกป้องผิวหนังให้สัมผัสกับฝุ่นดังกล่าวให้น้อยที่สุดจึงเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง

**แพทย์หญิงจันทร์จิรา สวัสดิพงษ์ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคผิวหนัง สถาบันโรคผิวหนัง** กล่าวเพิ่มเติม PM 2.5 ไม่เพียงแค่กระทบต่อระบบทางเดินหายใจแต่ยังเป็นภัยเงียบที่ทำร้ายผิวหนัง เนื่องจากฝุ่นละอองขนาดเล็กสามารถแทรกซึมสู่ผิว ก่อให้เกิดการอักเสบ ผื่นคัน รวมทั้งอาจกระตุ้นให้โรคผิวหนังที่มีอยู่เดิมกำเริบได้ การปกป้องผิวและหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับ PM 2.5 โดยตรงจึงเป็นสิ่งสำคัญ ในส่วนของการดูแลรักษาเบื้องต้นกรณีมีผื่นคันหลังการสัมผัสฝุ่น PM 2.5 สามารถทำได้โดยหลีกเลี่ยงการแกะเกา การเสียดสี และการระคายเคืองต่างๆ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เป็นผื่นมากยิ่งขึ้น ควรใช้สบู่อ่อนๆ ในการ ทำความสะอาดร่างกาย ทาครีมบำรุงผิวอย่างสม่ำเสมอ หากมีอาการคันสามารถทานยาแก้แพ้ที่เป็นสารต้านฮิสตามีน เพื่อลดอาการได้ การซื้อยาทาสเตียรอยด์เพื่อลดผื่นหรือการอักเสบของผิวหนังควรอยู่ภายใต้การกำกับดูแลของแพทย์หรือเภสัชกร อย่างไรก็ตามถ้าผื่นเป็นมากขึ้นควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*  
 #PM2.5 กับผลกระทบทางผิวหนัง #PM2.5 #โรคผิวหนัง #กรมการแพทย์ #สถาบันโรคผิวหนัง

#ทำดีที่สุดเพื่อทุกชีวิต #สถาบันโรคผิวหนังที่ชาวไทยไว้วางใจและภาคภูมิใจ

-ขอขอบคุณ-  
20 มกราคม 2568