Vvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvvc

**แพทย์ผิวหนัง เผยข้อควรรู้ทำสีผมอย่างไรให้ปลอดภัย**

กรมการแพทย์ โดยสถาบันโรคผิวหนัง เผยข้อควรรู้ทำสีผมอย่างไรให้ปลอดภัย ประชาชนควรมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเพื่อให้เกิดความปลอดภัยมากที่สุด ทั้งการเลือกยาย้อมควรอ่านฉลาก คำเตือน การปฏิบัติให้ถูกต้อง และควรทำการทดสอบการแพ้ก่อนย้อมผม หากมีอาการผิดปกติควรหยุดใช้ทันที และปรึกษาแพทย์ผิวหนัง

**นายแพทย์มานัส โพธาภรณ์ รองอธิบดีกรมการแพทย์** กล่าวถึง การทำสีผมมีความนิยมสูงในปัจจุบัน เนื่องจากทำให้บุคลิกภาพเปลี่ยนไปและหลายคนยังทำสีผม เพื่อปกปิดผมขาวที่มากขึ้นตามวัย แต่การทำสีผมอาจทำให้เส้นผมหยาบกระด้าง ผมเสีย หรือผมขาดง่าย เนื่องจากสารเคมีที่ใช้ย้อมผมนั้นมีผลต่อเส้นผม หากสารเคมีสัมผัสหนังศีรษะ ทำให้เกิดการระคายเคือง หรือในคนที่มีการแพ้ยาย้อมผม อาจทำให้หนังศีรษะเป็นผื่นมาก เกาเป็นแผล หรือมีผื่นทั่วทั้งร่างกายได้ ซึ่งอาจส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกายและทำให้เกิดอาการคันซึ่งมีผลต่อคุณภาพชีวิตได้

 **แพทย์หญิงมิ่งขวัญ วิชัยดิษฐ ผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์** ได้กล่าวเพิ่มเติม การทำสีผมหรือย้อมผมอาจมีผลต่อสุขภาพของเส้นผม หนังศีรษะและร่างกายได้ ประชาชนควรมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเพื่อให้เกิดความปลอดภัยมากที่สุด ดังนี้ 1. เลือกยาย้อมผมที่ปลอดภัย ควรเลือกยาย้อมผมที่มีคุณภาพ และมาตรฐานจากคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ควรสังเกตจากฉลากว่ามีการระบุข้อความที่จำเป็น เช่น เลขที่ใบรับแจ้งของอย. ชื่อของสารที่เป็นส่วนประกอบ วิธีใช้ ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิตหรือผู้นำเข้า เลขครั้งที่ผลิตและวันเดือนปีที่ผลิตและ วันหมดอายุ เป็นต้น อย่าเลือกยาย้อมผมนั้นเพียงเพราะยาย้อมผมนั้นนำเข้ามาจากต่างประเทศหรือเป็นสมุนไพร เนื่องจากสารหลายชนิดในยาย้อมผมเป็นสารที่ต้องควบคุมประมาณการใช้หรือเป็นสารที่ห้ามใช้ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข 2. ผู้ใช้ควรอ่านฉลากและปฎิบัติตามวิธีใช้ที่ระบุไว้ในฉลากให้ถูกต้อง และให้ระวังคำเตือนที่ระบุไว้ที่ฉลากด้วย เช่น มีสารพาราฟินีลีนไดอะมีนส์ (Paraphenylenediamine; PPD) อาจก่อให้เกิดการแพ้ได้ ระวังอย่าให้เข้าตา สวมถุงมือที่เหมาะสมขณะใช้ อย่าย้อมผมถ้ามีผื่นหรือแผลที่หนังศีรษะ 3. ท่านที่สงสัยว่าอาจจะมีการแพ้ ควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังเพื่อทำการทดสอบ patch test 4. ควรสวมถุงมือทุกครั้งเมื่อใช้ผลิตภัณฑ์ย้อมผม แต่ในช่างย้อมผมที่มีการแพ้สารพาราฟินีลีนไดอะมีนส์ ควรใช้ถุงมือไนไตร (nitrile glove) เนื่องจากสารพาราฟินีลีนไดอะมีนส์ และสารอื่นบางชนิดในยาย้อมผมสามารถทะลุถุงมือยางธรรมดาได้ 5. ไม่ควรปล่อยให้สีย้อมอยู่บนเส้นผมหรือหนังศีรษะนานกว่าที่ระบุไว้ที่ฉลาก เพราะสารเคมีอาจทำให้เส้นผมขาดหรืออาจซึมผ่านหนังศีรษะเข้าสู่ร่างกายทำให้มีโอกาสเกิดการแพ้ได้มากขึ้นหรือเกิดอันตรายแก่ร่างกาย 6. สระผมให้สะอาด อย่าให้มีสีผมค้างที่เส้นผมหรือหนังศีรษะหลังจากย้อมผมแล้ว เนื่องจากอาจเกิดการระคายเคืองหรือทำให้เส้นผมขาดง่าย 7. ควรใช้ครีมนวดผมที่มีคุณภาพดี เช่น ครีมนวดผมที่มีส่วนประกอบของไดเมทิโคน (Dimethicone) หรือโพลีเมอร์ (Polymer) จะช่วยลดการเสียดสีของผมและช่วยทำให้ผมไม่แห้งขาดง่าย 8. ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น มีผื่นคันที่หนังศีรษะหรือที่ตัวหลังจากใช้ยาย้อมผม อาจเกิดจากการแพ้สารพาราฟินีลีนไดอะมีนส์ หรือสารอื่น ๆในยาย้อมผม ควรหยุดใช้ทันทีและปรึกษาแพทย์ผิวหนัง ไม่ควรย้อมผมในหญิงตั้งครรภ์หรือหญิงให้นมบุตรหรือเด็กเล็ก 9. ควรมีการย้อมผมหรือทำสีผมไม่บ่อยมากจนเกินไป เนื่องจากความร้อน หรือสารเคมี จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของส่วนประกอบในเส้นผมและเปลือกผมถูกทำลายทำให้เส้นผมขาดง่าย หรือหยาบกระด้าง ถ้ามีอาการผมแห้งหรือผมเสีย ให้ใช้ครีมนวดผมเพื่อลดการเสียดสีของผมหรือตัดผมที่แตกปลายออก

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

#กรมการแพทย์ #สถาบันโรคผิวหนัง #ข้อควรรู้การทำสีผมอย่างไรให้ปลอดภัย #การทำสีผม
 -ขอขอบคุณ-

29 พฤศจิกายน 2565