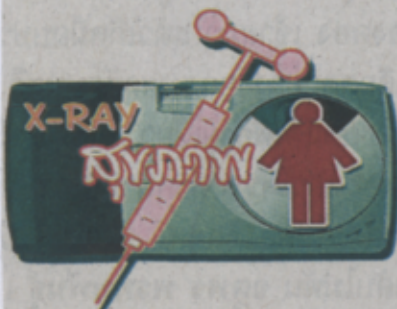


ชี้แจงกระแสใช้ ‘มะหาด’ เป็นสารช่วยให้ ‘พิวขาว’



รองศาสตราจารย์ เกษักร
คร.ภาคภูมิ เต็งอำนวยการ



กดูคาไฮโอน หรือแม้กระทั่งการนำสมุนไพรไทยมาใช้เป็น
เครื่องสำอาง

กรณีกดูคาไฮโอน ก็เคยเป็นข่าวครึกโครมมาแล้วซึ่ง
อันตรายเกิดจากการใช้สารที่มีดีเข้าสู่ร่างกายเพื่อเร่งสีผิวให้
อ่อนางลงโดยไม่มีผลการวิจัยทางการแพทย์ยืนยันถึง
ประสิทธิภาพและความปลอดภัย ทำให้เกิดความเสียหายจาก
ผลข้างเคียงอื่น ๆ เช่น ภูมิคุ้มกันทางแสงแดดของผิวหนัง
และยับยั้งการดูดซับวิตามินซี ซึ่งมักมีการ
ฉีดร่วมกับกดูคาไฮโอนโดยมีการอ้างว่าจะเสริมฤทธิ์ให้ผิว
ขาวได้ดียิ่งขึ้น กระแสการใช้ผลิตภัณฑ์เหล่านี้ ทำให้หน่วยงาน
ที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา(อย.)
แพทยสภา และสถาบันโรคผิวหนัง ต้องออกมาประกาศ
เตือนและกำหนดมาตรการควบคุม ทำให้ประชาชนเกิดความ
ตื่นตัวและระมัดระวังมากขึ้น

ในฐานะผู้วิจัยเรื่องประโยชน์ทางเครื่องสำอางของ
แก่นมะหาด คิดว่ากรณีข้างต้นอาจมีส่วนทำให้ผู้ที่อยาก
มีผิวขาวใส หันมาสนใจผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางทางเลือก
อื่น ๆ ทดแทนมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะความนิยมใช้สมุนไพร
ไทยเป็นเครื่องสำอาง ซึ่งจริง ๆ แล้วเป็นเรื่องที่ดี เพราะ
ช่วยประหยัดเงินตราให้ประเทศ สารสมุนไพรไทยเหล่านี้
เป็นวัตถุดิบที่หาได้ง่ายและมีราคาถูกกว่าสารนำเข้าจากต่าง
ประเทศมาก วิธีใช้ก็เป็นการทามือ ไม่ใช่เป็นการฉีดโดยตรง
ความเสี่ยงจึงน้อยกว่า

กรณีของแก่นมะหาดที่กำลังเกิดกระแสการซื้อขาย
โลชั่นผสมสารสกัด หรือหัวเชื้อแก่นมะหาดกันอย่างคึกคัก
โดยเฉพาะโฆษณาขายทางอินเทอร์เน็ตนั้น ผมเองก็เพิ่งทราบ
เรื่องไม่นาน เพราะงานวิจัยเรื่องมะหาดเป็นผลงานเดิมที่เคย
รายงานไว้เมื่อหลายปีที่แล้ว และได้หยุดการวิจัยเรื่องนี้ไป

ก ระแสของผลิตภัณฑ์ที่อวดอ้างว่ามีสารสกัด
“มะหาด” เป็นส่วนผสมช่วยให้ผิวขาว มาแรงมาก
ในขณะนี้ เว็บไซด์หลายแห่งโฆษณาขายสินค้ากัน
อย่างใจครื้น ทั้งครีม โลชั่น เซรั่ม หัวเชื้อมะหาด บางแห่ง
ได้นำข่าวที่นักวิจัย 2 ท่านจากคณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย เคยให้สัมภาษณ์เอาไว้เมื่อหลายปีก่อนมา
แปะบนหน้าเว็บไซด์เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ หนึ่งในนั้น
มีชื่อ รองศาสตราจารย์ เกษักร คร.ภาคภูมิ เต็งอำนวยการ
ภาควิชาวิทยาการเภสัชกรรมและเภสัชอุตสาหกรรม
คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อยู่ด้วย มาฟัง
คำชี้แจงจากปากของท่านในเรื่องนี้กันเถิดดีกว่า

รองศาสตราจารย์ เกษักร คร.ภาคภูมิ กล่าวว่า
ประเทศไทยเป็นเมืองร้อน มีแดดตลอดทั้งปี ธรรมชาติ
ของคนไทยส่วนใหญ่จึงมีสีผิวที่สอดคล้องกับภูมิอากาศ
และสิ่งแวดล้อมคือสีผิวจะออกน้ำตาลอ่อนจนถึงเข้ม
อย่างไรก็ดี กระแสความนิยมสีผิวที่ขาวในหมู่คนไทย
มีมานานกว่าสิบปีแล้ว มีผลิตภัณฑ์ช่วยให้สีผิวอ่อนางลง
ออกสู่ท้องตลาดมากมาย ยังไม่นับรวมผลิตภัณฑ์ประเภท

บ๊องกันแสงแดด หรือ ซันสกรีนที่มีมาก่อนหน้า
ยิ่งปัจจุบันกระแสความชื่นชอบการโดยเฉพาะ
จากประเทศเกาหลี ซึ่งมีภาพลักษณ์คือมีผิว
พรรณที่ขาวสะอาดผ่องใส ก็ยิ่งทำให้คนไทยนิยมและ
ปรารถนาจะมีผิวพรรณขาวผุดผ่องเช่นนั้นบ้าง ทำให้มี
การนำสารใหม่ ๆ มาใช้กันมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นวิตามินซี

[ต่อฉบับหลัง]

เพราะมีการกระทำที่อื่น ๆ แต่ระยะหลัง ๆ นี้คนชอบถามกัน
มามากขึ้น รวมถึงมีคนมาเล่าให้ฟัง จึงได้ไปสำรวจจากทาง
อินเทอร์เน็ต จึงค่อนข้างตกใจเพราะมีขายกันเต็มไปหมด
และดูเหมือนจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ

จึงขอชี้แจงเรื่องผลการวิจัยมะหาดเพื่อความ
กระจ่างแก่คนทั่วไป โดยเริ่มแรก ศาสตราจารย์ เกษียร
คร.กิตติศักดิ์ ธิจิตวิทย์วราณี จากภาควิชาเภสัชเวท
และเภสัชพฤกษศาสตร์ เป็นคนแรกที่ได้ทดสอบฤทธิ์ใน
หลอดทดลองของสารสกัดจากแก่นมะหาดและสารสำคัญ
ที่มีอยู่ คือ ออกซิเรสเวอราทรอล (oxyresveratrol) ซึ่ง
พบว่าทั้งสารสกัดหยาบที่เรียกว่า "ปวกหาค" และตัวออก
ซิเรสเวอราทรอล ต่างก็มีฤทธิ์ที่คล้ายกันในการยับยั้งเอนไซม์
โทโรซิเนส ซึ่งเป็นตัวเร่งปฏิกิริยาการสร้างเม็ดสีเมลานิน
ตัวการสร้างสีผิวในมนุษย์และสัตว์ให้มีความเข้มมากขึ้น
ต่างกัน ผมและอาจารย์กิตติศักดิ์จึงได้วิจัยต่อยอด
กัน โดยเริ่มยืนยันผลในสัตว์ทดลองคือหนูตะเภาก่อน
ซึ่งพบว่าทำให้สีผิวอ่อนางลงได้ภายหลังการถูกกระตุ้น
ด้วยรังสีอัลตราไวโอเลต (UV-B) จึงได้เริ่มขยายผล
การทดลอง โดยเริ่มในอาสาสมัครจำนวนไม่กี่คนและขยาย
มาเป็น 60 คน พบว่าประสิทธิภาพและความปลอดภัย
ของ ปวกหาคและออกซิเรสเวอราทรอลไม่ต่าง
ต่างกัน สาเหตุเพราะในปวกหาคที่

ใช้มีความเข้มข้นของ ออกซิ
เรสเวอราทรอลอยู่มากกว่า
90% โดยเมื่อนำมาเตรียมอยู่
ในรูปโลชั่นก็ได้ผลไม่ต่างจาก

เตรียมในรูปสารละลาย

จากการวิจัยพบว่า การใช้มะหาดเป็นสารช่วยให้
สีผิวอ่อนางลงมีข้อจำกัดอยู่บางประการ เช่น

1. ความคงตัว สารสกัดจากแก่นมะหาดที่ใช้เป็น
สารสกัดจากธรรมชาติ จะมีสีเหลืองอ่อน ๆ ซึ่งเมื่อเก็บไว้
ไม่เกิน 3 เดือน สีก็จะเข้มขึ้นจนท้ายสุดจะเป็นสีน้ำตาล การ
ใช้สารถนอมหรือพวกแอนติออกซิแดนท์ (antioxidant)
เติมลงในสูตรตำรับ จะช่วยชะลอการเปลี่ยนของสีให้ช้าลง
แต่ก็ไม่เกิน 6 เดือน นอกจากนี้จากการวิเคราะห์ปริมาณออก
ซิเรสเวอราทรอลและฤทธิ์ในการต้านเอนไซม์โทโรซิเนส
พบว่าที่ชะลอคงตามระยะเวลาด้วย การเก็บในตู้เย็นจะช่วย
ชะลอการเปลี่ยนสีให้ช้าลง แต่ก็จะมีปัญหามากขึ้น

2. คุณภาพของสารสกัดปวกหาคมีความหลากหลาย
ขึ้นกับแหล่งที่มา อาจทำให้เกิดปัญหาเรื่องของคุณภาพ
และประสิทธิภาพได้ ในการวิจัยใช้สารสกัดซึ่งทราบปริมาณ
ออกซิเรสเวอราทรอลที่แน่นอน และใช้หลอดเคียวทดลอง
ทำให้แปรผลได้ แต่การผลิตเชิงพาณิชย์ต้องมีการควบคุม
คุณภาพของวัตถุดิบ โดยเฉพาะเปอร์เซ็นต์ของออกซิเรส
เวอราทรอลต้องมากกว่า 80% ขึ้นไป ถึงจะมั่นใจได้ว่ามีฤทธิ์
ต้านโทโรซิเนส

3. มะหาดเป็นไม้ยืนต้นซึ่งใช้เวลาหลายปีจึงจะโต
และต้องไถนต้นเพื่อเอาแก่นมาใช้ การจะผลิตสารจากแก่น
มะหาดอย่างยั่งยืนต้องมีการวางแผนการเพาะปลูกที่ดี ไม่ใช่
ตัดมาจากธรรมชาติอย่างเดียว

4. เช่นเดียวกับสารจากธรรมชาติตัวอื่น ๆ ผลจาก
การใช้แก่นมะหาดจะเกิดขึ้นอย่างช้า ๆ ค่อยเป็นค่อยไป
และเปลี่ยนแปลงไม่มาก อย่างดีที่สุดคือช่วยฟื้นฟูสภาพ
ผิวให้กลับมามีใกล้เคียงกับสภาพดั้งเดิมตามกรรมพันธุ์

ของคน การประเมินผลในงานวิจัยใช้เครื่องมือวัดความเข้ม
สีผิวที่มีความไวสูง ทำให้ตรวจพบความเปลี่ยนแปลงของ
สีผิวได้อย่างละเอียดเป็นตัวเลข ทำให้พบความแตกต่าง
ทางสถิติอย่างมีนัยสำคัญ แต่การประเมินผลด้วยสายตา
อาจเห็นผลไม่เด่นชัด ขึ้นอยู่กับการตอบสนองต่อการ
ใช้ผลิตภัณฑ์ ระดับความพึงพอใจ ความรู้สึก และความช่าง
สังเกตของแต่ละบุคคล

เรื่องของสีผิวเป็นเรื่องของกรรมพันธุ์และสิ่ง
แวดล้อม เรื่องของกรรมพันธุ์นั้น เป็นเรื่องที่ทำอะไร
กับมันไม่ได้ ต้องพอใจกับสีผิวของคน การมีสีผิวเข้ม
ถือเป็นเกราะป้องกันจากธรรมชาติที่ให้เรา ช่วยให้เรามี
ภูมิคุ้มกันต่อแสงแดด กระแสเรื่องผิวขาวเป็นเพียงคำนิยม
เท่านั้น ซึ่งในวัฒนธรรมที่ต่างกันออกไปก็อาจมีความนิยม
ที่ตรงข้ามกันก็ได้ เช่น ในประเทศแถบตะวันตกถึงขนาด
ลงทุนเอาแดดเสียดกับมะเร็งผิวหนังเพื่อให้มีสีผิวเข้มขึ้น
ส่วนเรื่องของสิ่งแวดล้อมซึ่งรวมถึงพฤติกรรมของเรา
นั้น เป็นสิ่งที่เราควบคุมดูแลได้ เช่น การหลีกเลี่ยงการ
ถูกแสงแดด การใช้ผลิต
ภัณฑ์กันแดดที่เหมาะสม
การดูแลสุขภาพในองค์
รวมรับประทานอาหารที่
มีประโยชน์ พักผ่อนและ
ออกกำลังกายให้
เพียง

พอทำอารมณ์
ให้ผ่อนคลายไม่
เครียด ทาน
ผลิตภัณฑ์
เสริมอาหาร
บ้าง อย่าง
น้อยเพื่อให้ดู
ใจ ถ้าไม่ลำบากเรื่อง
เงินทอง หรือจะปฏิบัติ

ธรรมเพื่อลดความอยากได้อะไรมีต่าง ๆ
ทำให้จิตใจสงบเพียงเท่านี้ร่างกายเราก็
จะมีภูมิคุ้มกันที่ดี ผิวพรรณที่สดชื่น
เปล่งปลั่งก็จะมาเองโดยธรรมชาติ

สำหรับผู้ที่ยากฟื้นฟูสภาพผิวของ
คนให้กลับมามีสีผิวอ่อนางลงให้ใกล้เคียง
กับส่วนที่ไม่ถูกแดด และอยากจะทำอะไร
ผลิตภัณฑ์ช่วยให้สีผิวอ่อนางลง จะต้อง

ตระหนักถึงความจริงต่อไปนี้ 1. ไม่มีสารใดที่ทำให้ผิวขาว
ถาวร พอหยุดใช้ ผิวหนังก็จะกลับคืนสู่สภาพสีผิวเดิม สาร
ที่สามารถทำให้ผิวขาวอย่างถาวรได้ แสดงว่าสารนั้นออก
ฤทธิ์โดยทำอันตรายต่อผิวหนังอย่างรุนแรง เช่น ฆ่าเซลล์สร้าง
สีผิว ซึ่งจะก่อให้เกิดผลร้ายตามมาอย่างมากมาย ตัวอย่าง
เช่น สารกลุ่มไฮโดรควิโนน จะทำให้เกิดฝ้าหรือรอยด่างขาว
ถาวร และก่อให้เกิดอาการแพ้แสงได้ง่าย เป็นต้น ซึ่งสาร
เหล่านี้ทาง ออ. ของเราก็ดำเนินการในเครื่องสำอางอยู่แล้ว

2. ผิวที่ขาวขึ้น จะไม่ได้ขาวขึ้นอย่างรวดเร็ว และ
ขาวจัดอย่างที่ต้องการ ดังนั้นการใช้จะต้องทำติดต่อกัน
นานหลายสัปดาห์ โดยจะค่อย ๆ ขาวขึ้นทีละน้อย ทั้งนี้
ขึ้นอยู่กับความไวของการตอบสนองต่อสารทำให้ผิวขาวใน
ผู้ใช้แต่ละคนด้วย

3. การใช้ผลิตภัณฑ์ทำให้ผิวขาว ต้องร่วมทั้ง

การป้องกันตนเองให้พ้นจากแสงแดดด้วย รังสีอัลตราไวโอเล็ตหรือรังสียูวีในแสงแดด เป็นตัวการสำคัญที่กระตุ้นให้เซลล์สร้างเม็ดสีเมลานินให้มากขึ้น ดังนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับแสงแดดให้มากที่สุด โดยเฉพาะในช่วง ๑ โมงเช้าถึงบ่าย 4 โมง ซึ่งมีความเข้มของรังสียูวี ที่เป็นอันตรายต่อผิวหนังอยู่สูง ถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้ ก็ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่มิดชิด เช่น เสื้อแขนยาว สวมหมวก หรือกางร่ม รวมถึงป้องกันผิวด้วยการทาโลชั่นกันแสงแดด ซึ่งในผลิตภัณฑ์ทำให้ผิวขาวส่วนใหญ่จะใส่สารช่วยกรองรังสียูวีเอาไว้ด้วย เป็นการป้องกันร่วมกับการใช้สารช่วยลดการสร้างสีผิว

4. อย่าหลงเชื่อเป็นเหยื่อของโฆษณาเพียงเพราะความอยากขาว ให้เลือกผลิตภัณฑ์ที่มั่นใจได้ว่าได้แจ้งกับทาง อย. เพราะอย่างน้อยถ้าเกิดปัญหาอะไรขึ้นมา ก็สามารถแจ้งกับทาง อย. ได้ถึงที่มาที่ไป ผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรก็มีปัญหาเรื่องความคงตัวเนื่องจากคุณภาพของวัตถุดิบ รวมถึงอาจเกิดการแพ้จากสารอื่น ๆ ที่ผู้ผลิตเติมลงไป ในผลิตภัณฑ์ ซึ่งอาจมีทั้งสารที่แจ้งและไม่ได้แจ้งไว้ในฉลาก

จะเห็นได้ว่า การปกป้องผิวให้พ้นจากแสงแดดจะเป็นวิธีที่ดีที่สุด เพราะเป็นธรรมชาติ ปลอดภัย และประหยัดที่สุด ในการรักษาสภาพผิวไม่ให้เข้มขึ้น ซึ่งยังช่วยป้องกันไม่ให้ใบหน้าเกิดฝ้า หรืออีกสาเหตุจากการถูกแดดเผาอีกด้วย.

นวพรรษ บุญชาญ : รายงาน