

2.4 แผลผุพอง

โดยใช้เปลือกแห้งฝนกับน้ำปูนใสให้ข้น ทาวันละ 3-4 ครั้ง มังคุดเป็นผลไม้ที่อร่อยและยังมีประโยชน์ทางยามากมาย เราลองมากินมังคุด และใช้ประโยชน์จากมังคุดให้คุ้มค่า เพื่อเศรษฐกิจของประเทศกันเถิด



เครื่องสำอางกันแดด

ปัจจุบันแดดร้อนจัดจริงๆ หลายๆ ท่านคงมีหมายกำหนดการลาพักร้อนไปเที่ยวชายทะเลกันบ้าง จะเที่ยวทะเลทั้งที ต้องเตรียมตัวให้พร้อม อาบแดดที่เรายกแนะนำไปแล้วด้วย และถ้ากลัวแดดเผาก็ควรติดเครื่องสำอางกันแดดไปด้วย ถึงแม้แสงแดดจะมีประโยชน์ต่อร่างกายมากมาย และช่วยให้ร่างกายสร้างวิตามินดี ซึ่งจะทำให้กระดูกและฟันแข็งแรงก็ตาม แต่ถ้าเราอยู่ท่ามกลางแสงแดดเผาจ้า นานๆ ก็คงถูกแดดเผา ทำให้ผิวแห้งแดง ดำดำคล้ำดูแก่เร็ว ผิวไหม้เกรียมลอก และปวดแสบปวดร้อนได้ หรือบางคนที่มีผิวแห้งไวต่อแสงแดดมากๆ ถึงไม่ถูกแดดจ้ามากนัก ก็อาจทำให้เกิดฝ้า และจุดด่างดำบนผิวหนังมากขึ้น ในกรณีเหล่านี้เครื่องสำอางกันแดดจะช่วยท่านได้มาก เครื่องสำอางกันแดดที่เรียกเป็นภาษาฝรั่งว่า sun screen หรือ suntan นั้น ใช้ป้องกันอันตรายของผิวหนังเนื่องจากแสงแดดโดยเฉพาะอันตรายจากรังสี อัลตราไวโอเล็ต นอกจากนี้ เครื่องสำอางพวกกันแทน ยังทำให้สีผิวเข้ข้มขึ้นเป็นสีแทนหรือ สีน้ำตาล ซึ่งบางคนนิยมว่าสวยงาม เครื่องสำอางประเภทนี้ เมื่อทาบนผิวแห้งแล้วจะเป็นฟิล์มบางๆคลุมผิวหนังอยู่ และสารสำคัญในเครื่องสำอางนี้จะถูกกลืน สะท้อน หรือ กระจายรังสีอัลตราไวโอ

เล็ตที่เป็นอันตรายต่อผิวหนัง ไม่ให้ผ่านเข้าไปถูกผิวหนัง หรือผ่านไปใต้ก็แค่น้อย ทำให้ผิวหนังไม่เป็นอันตราย เครื่องสำอางเหล่านี้อาจอยู่ในรูป ครีม โลชั่น หรือ เจล ก็ได้ คนแต่ละคนจะมีสภาพของผิว และความทนทานต่อแสงอาทิตย์ไม่เหมือนกัน บางคนทนได้มาก บางคนทนได้น้อย ส่วนมากคนผิวคล้ำจะทนได้มากกว่าคนผิวขาว ดังนั้นจึงควรเลือกใช้เครื่องสำอางกันแดดให้เหมาะสมตามความสามารถป้องกันแสงของสารสำคัญในเครื่องสำอางนั้นๆ ที่วัดได้เป็นค่า เอสพีเอฟ ซึ่งมีค่าตั้งแต่ 2-15 หากตัวเลข เอสพีเอฟ มากจะป้องกันแสงได้มาก ถ้าค่า เอสพีเอฟ น้อยจะป้องกันได้น้อย เพราะฉะนั้น คนที่ผิวอ่อนบอบบางและไวต่อแสงมากก็ควรใช้ชนิดที่มีค่า เอสพีเอฟเท่ากับ 8 หรือมากกว่าคนที่ผิวค่อนข้างทนต่อแดด ก็ใช้ชนิดที่มีค่า เอสพีเอฟ น้อยกว่านี้ลงไป ตำแหน่งที่เราควรพิถีพิถันทาเครื่องสำอางกันแดด ก็คือบริเวณที่ถูกแดดบ่อยๆ และควรทาก่อนจะออกแดดเดดราวๆ 2-3 นาที เนื่องจากเครื่องสำอางนี้ทาบนผิวหนังบริเวณกว้าง เพราะฉะนั้นการแพ้งจะมีอาการมาก ดังนั้นควรทดลองทาบริเวณท้องแขนดูก่อน ว่าแพ้หรือไม่



แชมพูกำจัดรังแค

แชมพูกำจัดรังแค บางชนิดเป็นเครื่องสำอาง บางชนิดเป็นยา ส่วนประกอบจะต้องมีตัวยาสวมอยู่กับเนื้อแชมพู ซึ่งเป็นสารลดแรงดึงผิว ช่วยให้รังแคหลุดออกได้ง่าย ทำให้หนังศีรษะสะอาด เพราะฉะนั้น แชมพูกำจัดรังแคจึงมีประโยชน์ในการกำจัดรังแคถึง 2 ต่อ คือ ยับยั้งการสร้างรังแค และยังขจัดรังแคที่อาจเกิดขึ้นให้พ้นจากหนังศีรษะอีกด้วย ตัวยาที่สำคัญที่ผสมในแชมพูกำจัดรังแคที่

นิยมใช้กันทั่วไปในท้องตลาดบ้านเรามี 2 ชนิด คือ

1. ซิลิเนียม ซัลไฟด์ เช่น ในแชมพู เซลซัน ความเข้มข้นของตัวยา = 2.5% ออกฤทธิ์โดยยับยั้งการแบ่งตัวของเซลล์ผิวหนัง ตัวยานี้ได้ผลดีมากในการกำจัดรังแค มักใช้ในกรณีเป็นรังแคมากๆ แชมพูชนิดนี้จัดเป็นยา จึงมีวางขายในเฉพาะร้านขายยาเท่านั้น
2. ซิงค์ พัยริโซออน หรือ ซิงค์ โอมาติน ผสมในความเข้มข้น 2% อาจจะถูกออกฤทธิ์ช้ากว่า ซิลิเนียม ซัลไฟด์ เล็กน้อย แต่แชมพูที่ผสม ซิงค์ พัยริโซออนนี้จะมีสีสรรและกลิ่นหอมน่าใช้กว่า ออกฤทธิ์ยับยั้งการแบ่งตัวของเซลล์ผิวหนังเช่นกัน แชมพูชนิดนี้ จัดเป็นเครื่องสำอางจึงมีในท้องตลาดมากมาย เช่น แครอลซจัดรังแค คิว-ลีน, เดโอ-เมริค ฯลฯ นอกจากนี้ยังมีตัวยาอื่นๆ อีกที่ใช้ได้ผลและนิยมใช้ในโรงพยาบาลบางแห่ง ได้แก่ แชมพูที่ยีน้ำมันดิน เช่น ทาร์ แชมพู โพลีทาร์ แชมพู ไม่ว่าตัวยาจะเป็นตัวยาไหนก็ตาม เวลาใช้แชมพูพวกนี้ต้องระวังอย่าให้เข้าตาเป็นอันขาด ถ้าท่านเป็นรังแคลองใช้ แชมพูธรรมดา สระผมทุก 2-3 วัน ดูก่อนว่าหายหรือไม่ ถ้าไม่หายลองใช้แชมพูที่มีตัวยา ซิงค์ พัยริโซออน ดู สระทุก 2-3 วัน เช่นกั้ถ้ายังไม่หาย ก็ให้ใช้แชมพู ที่มีซิลิเนียม ซัลไฟด์ แต่ถ้ายังไม่หาย ก็ลองปรึกษาแพทย์ที่โรงพยาบาลหรือสถาบันโรคผิวหนังดู เพราะท่านอาจเป็นโรคผิวหนังบนศีรษะ ชนิดอื่นที่ไม่ใช่รังแคก็ได้



ยานาสูวารสารเภสัชกรรมสมาคมแห่งประเทศไทย