

**อภิติกรมการแพทย์เผยหนุ่มสาวฉีดผิวขาวด้วยกลูตาไธโอน เตือนเสี่ยงมะเร็งผิวหนังและตาบอดได้
แนะดูแลผิวพรรณด้วยวิธีธรรมชาติ ด้วยการรักษาอาหารให้ครบ 5 หมู่ ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ
ออกกำลังกาย ผิวจะเนียนใสและมีสุขภาพดี**

นายแพทย์สุพรรณ ศรีธรรมมา อภิติกรมการแพทย์ กล่าวถึงความนิยมผิวขาวใสของสังคมไทยในยุคปัจจุบัน ทำให้หนุ่มสาวรุ่นใหม่แสวงหาวิธีที่จะทำให้ผิวขาวตามมา โดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยของตนเอง ซึ่งสารที่นิยมนำมาใช้เพื่อปรับผิวให้ขาวใส คือกลูตาไธโอน (glutathione) ซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่เซลล์ในร่างกายมนุษย์สามารถสังเคราะห์ได้เอง มีคุณสมบัติเป็นโปรตีนชนิดหนึ่ง ทำหน้าที่ในการปกป้องเนื้อเยื่อไม่ให้ถูกทำลายโดยสารอนุมูลอิสระที่สะสมอยู่ตามส่วนต่างๆของร่างกาย กระตุ้นภูมิคุ้มกันของร่างกาย และที่สำคัญยังช่วยตับในการทำลายและกำจัดสารพิษออกจากร่างกาย กรณีการนำกลูตาไธโอนไปฉีดเพื่อให้ผิวขาวนั้นถือว่าการประยุกต์ใช้ขึ้นมาเอง เนื่องจากคุณสมบัติของกลูตาไธโอนสามารถยับยั้งการสร้างเม็ดสีหรือที่เรียกว่าเมลานิน จึงมีการนำสารชนิดนี้ไปใช้ในการดูแลผิวให้ขาวขึ้นซึ่งปัจจุบันทางการแพทย์ยังไม่มีการศึกษาที่น่าเชื่อถือยืนยันหรือรับรองประสิทธิภาพและประโยชน์ของกลูตาไธโอนในการทำให้ผิวขาวได้อย่างแท้จริงแต่ด้วยรุ่น กลับหลงเชื่อคำโฆษณา อดอ้างสรรพคุณต่างๆทางสื่ออินเทอร์เน็ต จึงพากันไปฉีดสารดังกล่าวเพียงเพื่อความสวยงามโดยไม่คำนึงถึงอันตรายที่มีต่อร่างกายในระยะยาว

นายแพทย์จินดา โรจนเมธินทร์ รองผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง กล่าวว่า ผลิตภัณฑ์กลูตาไธโอนในท้องตลาดส่วนใหญ่อยู่ในรูปยาเม็ดสำหรับรับประทาน ซึ่งกลูตาไธโอนนี้สามารถถูกทำลายได้ในทางเดินอาหาร ดังนั้นประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการรับประทานกลูตาไธโอนในรูปแบบของยารับประทานนั้นแทบจะไม่มีเลย จึงมีผู้พยายามนำกลูตาไธโอนในรูปแบบยาฉีดมาใช้แทนการรับประทาน เนื่องจากเชื่อว่ามีประสิทธิภาพในการทำให้ผิวขาวได้ดีกว่า แต่ประเด็นสำคัญของการใช้ยาฉีดกลูตาไธโอน คือ ความปลอดภัยจากการฉีดยา เนื่องจากบางคนฉีดเป็นประจำทุก 1-2 สัปดาห์และฉีดในปริมาณที่เกินขนาด 2-3 เท่าตัว เพราะเข้าใจว่ายิ่งทำให้ได้ผลลัพธ์ผิวขาวรวดเร็ว ทำให้เกิดผลข้างเคียงที่อันตราย เพราะเมื่อฉีดสารดังกล่าวเข้าเส้นเลือดดำ คนไข้มีโอกาสที่จะแพ้ตัวยา สารปนเปื้อน ทำให้มีอาการช็อก ความดันต่ำ หายใจไม่ออก และเสียชีวิตได้ นอกจากนี้การที่ร่างกายได้รับสารกลูตาไธโอน เป็นเวลานานๆ จะทำให้เม็ดสีเมลานินบริเวณผิวหนังและที่จดตามีปริมาณลดลง ทำให้จอตารับแสงได้น้อยลงและเสี่ยงต่อการมองเห็นในอนาคต ส่วนเม็ดสีเมลานินที่ผิวหนังที่ทำหน้าที่เหมือนฟิล์มกรองแสง หากใช้ในปริมาณมากและติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้เม็ดสีผิวลดลง ส่งผลให้ร่างกายขาดเกราะป้องกันแสงอัลตราไวโอเล็ต ผิวหนังก็จะเกิดการระคายเคือง มีริ้วรอย เหี่ยวย่น แก่เร็ว และเพิ่มความเสี่ยงการเกิดโรคมะเร็งผิวหนังอีกด้วย

อภิติกรมการแพทย์กล่าวทิ้งท้ายว่า กลูตาไธโอนเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่ร่างกายสามารถสร้างขึ้นเองได้จากอาหารจำพวกโปรตีน ไข่ นม รวมถึงผักผลไม้ประเภทหน่อไม้ฝรั่ง อะโวคาโดและวอลนัท ดังนั้นหากต้องการ มีผิวพรรณที่ดี ให้กินอาหารครบ 5 หมู่ เน้นอาหารจำพวกที่กล่าวมาข้างต้นและผลไม้ที่มีวิตามินซีสูงเช่น ฝรั่ง ส้ม มะเขือเทศ ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และหากต้องเผชิญกับแสงแดดระหว่างวัน สามารถใช้ครีมบำรุงผิวที่มีส่วนผสมสารป้องกันแสงอัลตราไวโอเล็ต เพราะแสงแดดก็เป็นตัวการทำลายผิวได้

-ขอขอบคุณ-

12 ตุลาคม 255