



กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

ข่าวเพื่อสื่อมวลชน

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการกรม กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000 โทร. 0-25918254 โทรสาร 0-2591-8266

e-mail : pr_dms@yahoo.co.th www.dms.moh.go.th



สถาบันโรคผิวหนังเตือน “ภัยจากแสงแดด”

สถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ ชี้ แสงแดดมีประโยชน์ต่อร่างกาย แต่ถ้าได้รับในปริมาณมากเกินไป ก่อให้เกิดอันตรายได้เช่นกัน แนะนำวิธีป้องกันและดูแลผิวหนังจากแสงแดดที่ถูกต้องวิธี

นายแพทย์ ณรงค์ อภิกุลวณิช รอง อธิบดีกรมการแพทย์ และโฆษกกรมการแพทย์ กล่าวว่า แสงแดด มีความสำคัญในการสร้างวิตามินดี ซึ่งเป็นวิตามินที่เกี่ยวข้องกับการสร้างกระดูก หากร่างกายไม่ได้รับแสงแดด อาจทำให้เกิดโรคกระดูกอ่อน แต่ถ้าได้รับแสงแดดน้อยเกินไปอาจมีปัญหาผิวหนังไหม้หรือภาวะซึมเศร้าได้ ช่วงเวลา ที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผิว หนักมากที่สุด คือช่วงแดดจัดๆ ตั้งแต่ ช่วงเวลา 10.00 – 15.00 น. ทั้งนี้ผลกระทบ จากแสงแดด จะทำให้ผิวหนังแดงขึ้น ผิวไหม้ บางคนผิวอาจจะคล้ำขึ้นทันที แต่บางคนต้อง โดนแดดต่อเนื่องแล้วผิวจะค่อยๆ คล้ำขึ้น ผิวคล้ำเกิดจากการที่ผิวหนัง โดนแสงแดดเป็นเวลานาน จะทำให้เกิด ความผิดปกติของผิวหนัง เกิดสิกระดากระด่าง กระ ฝ้า หรืออาจจะทำให้เป็นมะเร็งผิวหนังชนิดต่างๆ ได้ ดังนั้น การใช้ยากันแดดเพื่อป้องกันรังสีจากแสงแดดจะสามารถช่วยลดอัตราการเกิดมะเร็งผิวหนังได้

แพทย์หญิงมิ่งขวัญ วิชัยดิษฐ ผู้อำนวยการสถาบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ กล่าวเพิ่มเติมว่า ปัญหา ผิวหนังจากแสงแดด ได้แก่ ผด ผื่น คัน แพ้แสงแดด ผิวไหม้ ผิวคล้ำ กระ โดยเฉพาะฝ้าเป็นปัญหาผิวหนังสำคัญ ที่พบบ่อยทั้งผู้หญิงและผู้ชาย ฝ้าคือผื่นสีน้ำตาลที่ใบหน้า โดยเฉพาะที่บริเวณแก้ม จมูก หน้าผาก คาง ตลอดจน แขนและบริเวณที่ถูกแสงแดด โดยมักเป็นเท่ากันที่ 2 ข้างของใบหน้า พบมากในผู้หญิงวัย 30 – 40 ปี แต่ปัจจุบัน เริ่มพบมากขึ้นในผู้ชาย สาเหตุของการเกิดฝ้ายังไม่ทราบแน่ชัด แต่อาจจะเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน ปัจจัยสำคัญ ที่สุดคือแสงแดดเป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้ฝ้าเป็นมากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่าฮอร์โมนเป็นอีกปัจจัยที่สำคัญ โดยเฉพาะ ผู้หญิงตั้งครรภ์หรือรับประทานยาคุมกำเนิดจะเป็นฝ้าได้ง่าย ปัจจัยทางพันธุกรรมมีส่วนสำคัญกับการเกิดฝ้า เนื่องจากพบได้ร้อยละ 20 – 70 เครื่องสำอางและยาเป็นอีกปัจจัยที่ทำให้เกิดฝ้า การแพ้ส่วนผสมบางชนิดใน เครื่องสำอาง เช่น สารให้กลิ่นหอมหรือสี อาจทำให้เกิดฝ้าได้ ทั้งนี้ การดูแลผิวหนังเพื่อป้องกันภัยจากแสงแดด ควรหลีกเลี่ยงแสงแดดจัด หากจำเป็น ต้องป้องกันโดยกางร่ม สวมหมวกปีกกว้าง ใส่เสื้อแขนยาว และทายา กันแดดสม่ำเสมอก่อนออกจากบ้าน

-ขอขอบคุณ-

4 เมษายน 2561