

รู้จัก...ครีมหรือโลชั่นบำรุงผิว

เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นผิว...ให้มากขึ้น



โดย... พค.ดร.กนก ลกนา คงคาเนตร

เมื่อผิวของเราต้องการการดูแลเอาใจใส่ มักจะมาจากการสังเกตของเจ้าตัวว่าผิวเริ่มแห้งหรือดูไม่สดใสเอ้าเสียเลย และยังไม่ใช่ผิวของผู้สูงอายุที่อาจจะมีปัญหาที่ซับซ้อนกว่า ดังนั้นหลังจากอาบน้ำทำความสะอาดแล้ว ถ้ามักจะตามด้วยการทาครีมหรือโลชั่นบำรุงผิวเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นผิว พลิตภัณฑ์กลุ่มนี้เป็นเครื่องสำอางขั้นต้นหรือพื้นฐานที่คนทั่วไปควรใช้ในชีวิตประจำวัน ในที่นี้ยังไม่ได้กล่าวถึงเครื่องสำอางสำหรับต้านริ้วรอยหรือเครื่องสำอางที่มีสารไวท์เทนนิ่งที่มีวัตถุประสงค์เฉพาะหรือสำหรับใช้ในคนบางกลุ่ม

ครีมหรือโลชั่นบำรุงผิวเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นผิวนี้มีอยู่หลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็น膏霜 ครีม หรือเจล ที่มีส่วนประกอบของสารสำคัญและสารที่ใช้เป็นส่วนประกอบที่คล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกันบ้าง และมีหลายระดับราคา ซึ่งเราอาจจะเลือกซื้อมาใช้ด้วยเคยได้รับคำแนะนำจากคนใกล้ชิด จากโฆษณาทางสื่อต่างๆ จากการอ่านรีวิวประสบการณ์การใช้สินค้านั้นๆ เป็นต้น อย่างไรก็ตามในการเลือกซื้อ เลือกใช้ สำหรับผู้ที่มีประสบการณ์การใช้เครื่องสำอางแล้ว บวกให้การระวังในเรื่องของการแพ้หรือระคายเคือง โดยเฉพาะในคนที่มีปัญหารี่องผิวบอบบางแพ้ง่าย ซึ่งจะต้องทราบสาเหตุหรือสารที่ทำให้แพ้หรือระคายเคืองจึงจะสามารถเลี่ยงได้ ในการค้นหาสาเหตุนั้นควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

บทความนี้จะให้ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับองค์ประกอบของครีมหรือโลชั่นบำรุงผิว และสารที่ช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นผิว คาดหวังว่าจะช่วยท่านผู้อ่านให้สามารถเลือกซื้อผลิตภัณฑ์กลุ่มนี้มาใช้ได้คุ้มค่าสมราคายิ่งขึ้น ดังนั้นเรามารู้จักรีมหรือโลชั่นกันก่อน ลักษณะของครีมนั้นมีความหนืดสูง ค่อนข้างคงรูป สามารถบรรจุในกระปุกหรือหลอดได้ เนื้อครีมนี้มีความกึบแสง ส่วนโลชั่นบำรุงผิวที่มักจะมีเนื้อกึบแสง เช่นเดียวกัน มีความหนืดต่ำจึงทำให้ดูเหลว ไม่เหมะบรรจุในกระปุก เพราะหากເອີ້ນกระปุก ก็จะหกออกมากง่าย เมื่อจะบรรจุในขวดที่มีหัวปืนเพื่อสะดวกในการใช้งาน หรือบรรจุในหลอดกึบพบได้เช่นกัน ซึ่งหากบรรจุเนื้อสารที่เหลวมาก หลอดกึบจะไม่สามารถรับแรงดันของสารได้ แต่หากบรรจุในขวดที่มีหัวปืน สามารถรับแรงดันของสารที่เหลวได้ แต่ต้องระวังไม่ให้สารหลุดรอดจากช่องรูที่หัวปืน ทำให้สารหลุดรอดออกจากขวด

อัมลชันจะประกอบด้วย 3 สิ่งหลักๆ ได้แก่ น้ำมัน (oil) น้ำ และสารทำอัมลชัน (emulsifier, เป็นสารที่ช่วยประสานให้น้ำมันและน้ำเข้ากันได้ระดับนึง ไม่แยกออกจากกันโดยเร็ว) โดยทั่วไปในการผลิตมักจะให้ความร้อนกับส่วนของน้ำและน้ำมันที่แยกกันอยู่ คนละถัง สารทำอัมลชันก็อาจเลือกใช้ในถังน้ำหรือน้ำมันขึ้นกับสูตรนั้นๆ เมื่อได้อุณหภูมิก่อการเกิดฟองอากาศ เนื้อสารจะมีไบพัดที่ช่วยควบหรือตีผสม และอาจใช้เครื่องผสมเพื่อลดขนาดที่เรียกว่า เครื่องโอมิจินซ์ (homogenizer) ทำให้ได้เป็นหยดขนาดเล็กกระจายทั่ว



รู้จัก...ครีมหรือโลชั่นบำรุงผิว

เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นผิว...ให้มากขึ้น



โดย... พค.ดร.กนก ลekนara คงคาเนรนตร

อีมัลชันนี้มีอยู่ 2 ชนิดกี่เจอบ่อย คือ ชนิดน้ำมันในน้ำ (oil in water, o/w) และชนิดน้ำในน้ำมัน (water in oil, w/o) สูตรกี่แตกต่างกันนี้มีผลมาจากชนิดสารทำอีมัลชันกี่ใช้ และสัดส่วนของน้ำและน้ำมันกี่ใช้ในสูตร สูตรกี่เป็นชนิดน้ำมันในน้ำจะล้างออกได้ง่ายกว่า มีความเหนอะหนะน้อยกว่าสูตรกี่เป็นชนิดน้ำในน้ำมัน ถึงแม้สูตรน้ำในน้ำมันอาจจะให้ความรู้สึกเหนอะหนะพิเศษกว่า แต่จะมีประสิทธิภาพในการเคลือบคลุมผิวหรือปกป้องไม่ให้น้ำระเหยออกจากผิวได้ดีกว่า ซึ่งเป็นกลไกอันหนึ่งกี่ช่วยให้ผิวชุ่มชื้นอยู่ได้ ผู้บริโภcmักเลือกซื้อด้วยการทดลองใช้และซึ่งความรู้สึกถึงความชอบเนื้อสัมผัส การซึมซาบผิว กลืน และประโยชน์กี่จะได้รับ

สารกี่ช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นในอีมัลชันดังกี่กล่าวถึงในตอนต้น คือ น้ำมัน จีช่วยทำให้ผิวเรียบและบุ่ม โดยปกติแกนไขมันกี่สูญเสียไปจากการอาบน้ำหรือชำระล้าง และเพิ่มความชุ่มชื้นโดยเคลือบคลุมผิวไว้ ปกป้องไม่ให้น้ำระเหยออกจากผิว ตัวอย่างของน้ำมันกี่ใช้ เช่น mineral oil, petrolatum, squalene, isopropyl palmitate, jojoba oil, avocado oil, shea butter, steric acid, lecithin และยังมีน้ำมันอีกหลายชนิดกี่ยังไม่ได้กล่าวถึง สารในกลุ่มนี้ หากสังเกตจากลักษณะเครื่องสำอางในหัวข้อส่วนประกอบ (ingredients) นั้น พบว่าผู้คิดคันสูตรทำรับ (formulator) จะใช้น้ำมันหลายชนิดมาผสมกัน ให้ได้คุณสมบัติกี่เกี่ยวข้องกับประสิทธิภาพ การให้ความรู้สึกสัมผัส หรือความคงสภาพตามกี่ต้องการ นอกจากนี้ยังมีสารกี่เพิ่มความชุ่มชื้นผิวโดยคุณสมบัติของการอุ่มน้ำเอาไว้ในผิว สารเหล่านี้เป็นสารกี่ละลายในน้ำได้ เช่น glycerin, propylene glycol, sorbitol, honey และยังมีสารอีกมากมายเช่นกันกี่ยังไม่ได้กล่าวถึง สารกี่ละลายได้ในน้ำเหล่านี้จะละลายเข้ากับน้ำ ก่อนกี่จะนำไปผสมกับส่วนผสมของน้ำมัน ดังในขั้นตอนการผลิตกี่ได้กล่าวถึงในตอนต้น หากเป็นสารกี่ไม่ทนความร้อน คือ เมื่อโดนความร้อนแล้วจะเกิดการสลายตัว จึงแก้ปัญหาโดยผสมสารนั้นๆ เข้าไปในขั้นตอนกี่หลังจากส่วนน้ำและส่วนน้ำมันผสมกันเป็นอีมัลชันแล้ว และยึดลิ้งแล้วจึงผสมเข้าไปในเวลานั้น

นอกจากนี้ยังมีสารให้ความชุ่มชื้นผิวกี่ใช้กดแทบการสูญเสียไปของสารกี่มีอยู่ในผิวชั้นบนสุดของชั้นหนังกำพร้า (stratum corneum) เช่น ceramide, cholesterol, natural moisturizing factor (NMF เช่น free amino acids, pyrrolidone carboxylic acid, lactates, peptides, urea) โดยสามารถกี่จะผสมเข้าไปในขั้นตอนต่างๆ ของการผลิตได้เช่นกัน

สารช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นผิว โดยกลไกต่างๆ

สารช่วยทำให้ผิวเรียบและบุ่ม
เคลือบคลุมผิว ปกป้องไม่ให้น้ำระเหยออกจากผิว

สารกี่เพิ่มความชุ่มชื้นผิว
โดยช่วยอุ่มน้ำเอาไว้ในผิว

สารกี่ใช้กดแทบ
สารกี่มีอยู่ในผิวชั้นบนสุด
ของชั้นหนังกำพร้า



รู้จัก...ครีมหรือโลชั่นบำรุงผิว

เพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นผิว...ให้มากขึ้น



โดย... พค.ดร.กนกุล ลกนา คงคาเนรนิตร

สารบางชนิดที่ก่อตัวมาได้ เช่น lecithin, cholesterol, ceramide, peptides ที่เป็นสารที่มีราคาปานกลางจนถึงสูง ที่จะเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อราคาของผลิตภัณฑ์ นอกจากชนิดของสารที่ใช้แล้วปัจจัยอื่นๆ ที่มีผลต่อราคาก็มี ปริมาณที่ใช้สารปฐุนต์แต่งต่างกัน เช่น สี กันน้ำ กระบวนการผลิต บรรจุภัณฑ์ การโฆษณาและการตลาด หากก้านไม่ได้มีปัญหาของผิวพรรณ ก็ซับซ้อน มีผิวแห้งเสียก็ต้อง สามารถเลือกใช้ผลิตภัณฑ์บำรุงผิวที่ไม่ต้องมีราคาสูงก็อาจช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นของผิวได้แล้ว นอกจากนี้ก้านอาจค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติม หรือปรึกษาเภสัชกรในเรื่องของผิวและสารสำคัญในผลิตภัณฑ์ได้

อย่างไรก็ตามนอกจากราคาและประสิทธิภาพแล้ว ในการเลือกซื้อเครื่องสำอางให้ปลอดภัย ควรอ่านฉลากเครื่องสำอางให้ละเอียด ฉลากต้องมีชื่อเครื่องสำอาง เลขที่ใบอนุญาต (สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาเป็นหน่วยงานที่ตรวจสอบและออกเลขให้) ชื่อผู้ผลิตและสถานที่ผลิต วันเดือนปีที่ผลิต วิธีใช้ ส่วนประกอบ และปริมาณสุกติ สุดท้ายนี้ก้านผู้อ่านคงมองได้ กะลุปุรุโปร่งมากขึ้นในผลิตภัณฑ์กลุ่มนี้ มีความไว้วางใจในการใช้งานมากขึ้น และเลือกซื้อได้ตรงตามวัตถุประสงค์และงบประมาณที่กำหนด



เอกสารอ้างอิง

1. Draeholos ZD, The sciences behind skin care: moisturizer. J Cosmet Dermatol 2018; 17:138–144. DOI: 10.1111/jocd.12490
2. ลกนา คงคาเนรนิตร เครื่องสำอางดูแลผิวที่มีส่วนผสมของสารกันแดด ใน Advances in Natural Products and Cosmeceuticals for Anti-aging/ความก้าวหน้าทางผลิตภัณฑ์ธรรมชาติและเวชสำอางเพื่อการชะลอวัย อรลักษณ์ แพรตคุล และคณะ บรรณาธิการ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ 2563 หน้า 93-116.

