

รู้จักกับอาการ ขนคุด

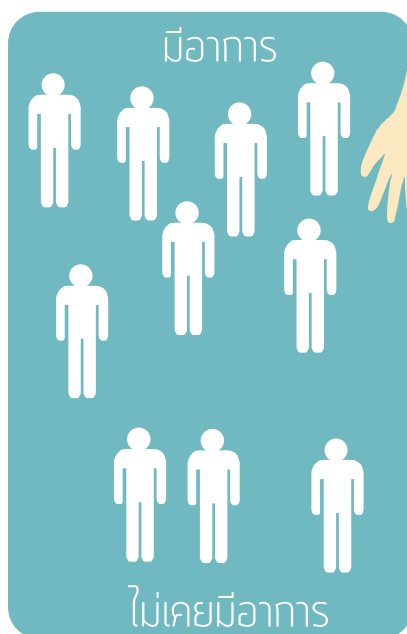
Keratosis Pilaris (KP) หรือโรคขนคุด เป็นอาการที่เกิดเป็นตุ่มเล็กๆ ทำให้ผิวสากไม่เรียบเหมือนกระดาษทรายหรือหนังไก่ (chicken skin) ในคนผิวขาวตุ่มเล็กๆ เหล่านั้นอาจมีลักษณะแดงล้อมรอบไปด้วยสีชมพูหรือเรื่อ ในคนที่ผิวสีเข้มตุ่มจะมีสีเข้มกว่า อาจจะพบอาการคันหรืออักเสบ และในบางรายตุ่มนี้จะมีลักษณะคล้ายสิวโดยจะพบ comedone อยู่ในตุ่มนั้น พร้อมกับเส้นขนที่ไม่สามารถงอกออกมาได้บริเวณมักเป็น ได้แก่ ต้นแขน ต้นขา แผ่นหลัง แก้ม ก้น สะโพก และสามารถเกิดที่ใบหน้าได้อีกด้วย



ประชากรมากกว่า

50%

มีอาการขนคุด ส่วนมากจะบรรเทาหลังอายุเลยวัยกลางคน



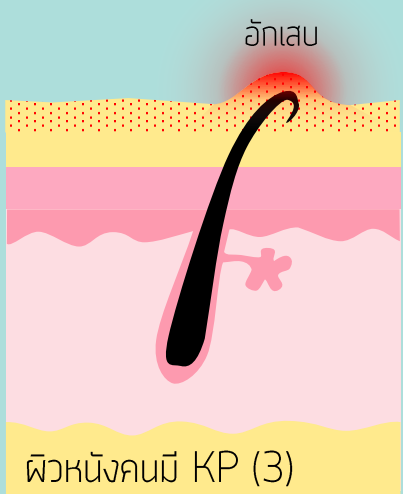
KP ไม่มีอันตรายและไม่ติดต่อ มีมันน่ารำคาญใจ



ขนเส้นจิ๋วที่ซ่อนตัวอยู่ใต้ชั้นผิว



พันธุกรรมที่กำหนดให้เซลล์ผิวหนังมีการสังเคราะห์โปรตีนเคราติน (keratin) ออกมามากกว่าปกติ (hyperkeratinization) ทำให้ผิวเกิดตุ่มเล็กๆ ไม่เนียนเรียบ และมีรอยสีแดงจากการอักเสบ นอกจากนี้เคราตินที่มีมากเกินไปจะอุดตันรูขุมขน ให้เส้นขนไม่สามารถงอกออกมาได้และขดอยู่ภายในตุ่มนั้น



ภาพตัวอย่างเบื้องต้น



พบคุณพบใน
ผู้หญิง
มากกว่า
ผู้ชาย

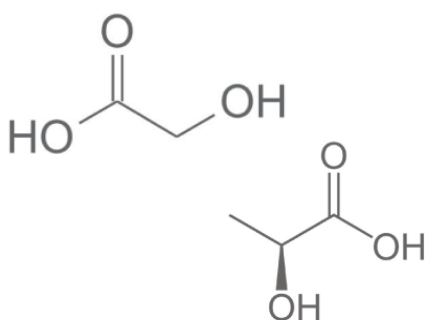


บรรเทาอาการได้
แต่ไม่หายขาด



เพราะเกิดจาก
พันธุกรรม

การบรรเทาอาการบนคุณ



กำจัดเซลล์ผิวที่เสื่อมสภาพ

ทาครีมหรือโลชั่นที่มีส่วนประกอบของสารให้ความชุ่มชื้นและผลัดเซลล์ผิวอุดตัน (Keratolytic) เช่น

- Urea
- Alpha hydroxyl acid (AHA) เช่น Lactic acid และ/หรือ Glycolic acid
- Salicylic acid



เลเซอร์กำจัดขน

ใช้เพื่อลดปริมาณตุ่มบนคุณจากขนที่ไม่สามารถงอกได้ตามปกติ โดยต้องทำภายใต้การดูแลจากแพทย์ผิวหนังที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะ มีราคาสูงมาก



รักษาความชุ่มชื้นของผิวหนัง

หลีกเลี่ยงการใช้ สบู่ที่เป็นด่างรุนแรง หลีกเลี่ยงการฟอกสบู่เป็นเวลานาน งดอาบน้ำอุ่นหรือน้ำร้อน งดการขัดผิวอย่างรุนแรงเนื่องจากจะทำให้ผิวแห้งมากขึ้น หรืออาจกระตุ้นการอักเสบ



ทายาหากอาการรุนแรงมาก

ในรายที่อาการมาก แพทย์จะสั่งให้ใช้ยาทา เช่น อนุพันธ์ของวิตามิน-เอ ชินิดทา (Isotretinoin) ช่วยผลัดโปรตีนเคราตินที่อุดตันออก แต่อาจมีผลข้างเคียงเป็นอาการระคายเคืองต่อผิวหนัง และ/หรือผิวหนังอักเสบ หรือใช้ยาทาสเตียรอยด์ ใช้ในช่วงที่ตุ่มของโรคบนคุณมีอาการ แดง คัน อักเสบในช่วงเวลาสั้นๆ