



The Naturalist Co., Ltd.

ผิวแห้ง ผิวแตก ผิวลอก ไม่ใช่เรื่องเล่นๆ

ผิวแห้ง แตก ลอก เป็นสัญญาณจากผิวที่กำลังขาดสมดุล ผิวของเราเปรียบเหมือน “ **กำแพงป้องกัน** ” ที่คอยกักเก็บความชุ่มชื้นและป้องกันสิ่งแปลกปลอมจากภายนอก แต่เมื่อเกราะป้องกันผิว (Skin Barrier) เสียสมดุล หรือ ความชุ่มชื้นภายในจะระเหยออกไปง่าย ทำให้ผิว แห้ง ตึง ลอก และแตก ได้ในที่สุด

ทำไมผิวถึงแห้ง แตก ลอก?

1. สูญเสียความชุ่มชื้นตามธรรมชาติ

ผิวที่มีไขมันเคลือบน้อยเกินไปจะไม่สามารถกักเก็บน้ำไว้ได้ ส่งผลให้ผิวขาดน้ำและเกิดการลอกเป็นขุย

2. ขาดสารอาหารสำคัญในการสร้างเกราะผิว

โดยเฉพาะกรดไขมันจำเป็น (Omega-3, Omega-6), เซราไมด์ (Ceramide), วิตามิน A, E, B3 และ B5

ซึ่งสารเหล่านี้ช่วยซ่อมแซมเซลล์ผิวและรักษาความแข็งแรงของเกราะป้องกัน

3. สภาพอากาศและพฤติกรรมการใช้ชีวิต

- อยู่ในห้องแอร์นาน
- อาบน้ำอุ่นจัด
- ใช้สบู่หรือคลีนเซอร์ที่มีสารลดแรงตึงผิวแรง (เช่น SLS)
- ดื่มน้ำน้อย
- สิ่งเหล่านี้ทำให้ผิวสูญเสียน้ำและน้ำมันอย่างต่อเนื่อง

4. อายุที่เพิ่มขึ้น

เมื่ออายุเกิน 30 ปี ผิวจะผลิตน้ำมันและเซราไมด์น้อยลง จึงแห้งง่ายและฟื้นฟูช้ากว่าช่วงวัยรุ่น

