



งานวิจัยความสุขความงาม

Research Story ประจำเดือน เมษายน ผู้เขียนขอแนะนำ เรื่อง “งานวิจัยความสุขความงาม” เดือนนี้เดือนเมษายนแล้วประเทศไทยของเราเข้าสู่หน้าร้อนเต็มตัว อากาศร้อนมาก แสงแดดแผดเผาจนใบหน้าเกรียมไหม้ ทำให้เสียงเป็นมะเร็งผิวหนังง่าย อีกทั้ง ทัวโลกกำลังก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงวัย” ดังนั้น เรื่องผิวพรรณก็สำคัญ มันจึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องสร้างองค์ความรู้ใหม่ ผู้เขียนจึงเลือกงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขความงามของไทยมาแนะนำประจำเดือนนี้

พัฒนาศาสตร์บ่งชี้ความเสื่อมสภาพของผิวหนัง

หน้าโทรมหมองคล้ำหรือแก่ก่อนวัย ใครที่ถูกเรียกว่า ‘ป้า’ ตั้งแต่หัววัน ก็อาจทำให้อารมณ์เสียไปได้ทั้งวัน และทำให้ขาดความมั่นใจไปเลย สำหรับแวดวงวิจัยเรื่องผิวพรรณ ยังคงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ เพราะเรื่องผิว ๆ ที่ไม่ผิวเผินนั้น กำลังเป็นความท้าทายทางสาธารณสุขที่สำคัญ เพราะทัวโลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงวัย ดังนั้น เรื่องผิวจะละเลยไม่ได้เป็นอันขาด มันจึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องสร้างองค์ความรู้ใหม่เพื่อชะลอวัย และส่งเสริมคุณภาพชีวิต อย่างน้อยก็ไม่ให้ใครมานิยามคุณว่า “อ้อ พี่คนที่หน้าแก่ ๆ นะเธอ” ซึ่งเป็นการทำร้ายจิตใจขั้นสุด



Research Story



บทบาทของสารต้านออกซิเดชันจากธรรมชาติ

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้ คือ รังสียูวีเอ สามารถลดประสิทธิภาพของระบบต้านออกซิเดชันผ่านการลดการทำงานของโปรตีนชนิด Nuclear factor erythroid 2-related factor 2 (Nrf2) ที่ควบคุมการถอดรหัสของยีนที่ใช้สร้างเอนไซม์ต้านออกซิเดชัน ผลที่ได้คือ ผิวของเราจะเกิดริ้วรอยง่าย เหี่ยวเร็ว สีผิวไม่สม่ำเสมอ



แต่แทนที่เราจะรีบไปซื้อผลิตภัณฑ์ชะลอความเสื่อมจากต่างประเทศที่มีราคาแพงมหาโหด งานวิจัยยังพบว่า พืชพรรณของไทยกลับมีสรรพคุณยอดเยี่ยมที่ราคาไม่แพงเลยจากสารพฤกษเคมี hispidulin ที่พบในสมุนไพรรูป เช่น ดอกปีบและสมุนไพรรูปตำรับห้าราก หรือสารพฤกษเคมีชนิดกรดคาเฟอิก กรดเฟอรูลิก เคอซิทีน และรูติน ก็ยังพบในสมุนไพรรูป ผักและผลไม้ เช่น ผลไม้รสเปรี้ยว เปลือกแอปเปิ้ล ชาเขียว ฯลฯ มีฤทธิ์ลดการผลิตเม็ดสีเมลานินซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดสีผิวคล้ำและสีผิวไม่สม่ำเสมอผ่านกลไกยับยั้งภาวะเครียดออกซิเดชันและกระตุ้นการทำงานของ Nrf2

<https://thematter.co/byte/research-that-matters-๒๐๑๘/๔๓๗๕๐>

ข้องานวิจัย : บทบาทของสารต้านออกซิเดชันจากธรรมชาติสู่การพัฒนาสารยับยั้งความเสื่อมสภาพของผิวหนัง

โดย รองศาสตราจารย์ ดร.พญ.อุไรวรรณ พานิช เมธีวิจัย สกว. จากภาควิชาเภสัชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

งานวิจัยนี้ทำให้เราทราบว่าบ้านเรายังชุกซ่อนความลับของธรรมชาติอีกเพียบไม่ต้องไปไหนไกล อีกทั้งยังสามารถศึกษาพัฒนาต่อยอด และนำไปประยุกต์ใช้ในอนาคตต่อไปได้ และผู้เขียนขอแนะนำผู้อ่าน ในช่วงนี้อากาศของประเทศไทยร้อนแดดเผา ควรป้องกันผิวตัวเองจากแสงแดด และหลีกเลี่ยงการอยู่ในที่กลางแจ้งเป็นเวลานาน เพราะเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งและโรคผิวหนังต่าง ๆ



Cheer

แนะนำบทความโดย ปานวาด คำทิพย์โพธิ์ทอง 3583