

มาใช้เครื่องสำอางจากครัวเรือนกันเถอะ

กุลยา จันทอรุณ

เครื่องสำอาง (Cosmetic) มีความเกี่ยวพันหรืออาจจะกล่าวได้ว่าเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวันของคุณ สุภาพสตรีและคุณสุภาพบุรุษไปแล้ว เริ่มตั้งแต่ในวิถีชีวิตประจำวันมีกิจกรรมตั้งแต่ตื่นนอน อาบน้ำ แปรงฟัน ล้างหน้า แต่งตัว ประกอบอาหาร ทำงาน พักผ่อน ท่องเที่ยว จนเข้านอน จำเป็นต้องใช้เครื่องสำอางทั้งสิ้น เช่น สบู่ ยาสีฟัน ยาสระผม ครีمل้างหน้า เครื่องสำอางแต่งหน้า โดยเฉพาะเครื่องสำอางประเภทบำรุงผิวหน้าต่างๆ ซึ่งบางชนิดแม้จะมีราคาแพงมาก แต่ก็ยังไม่สามารถหยุดความต้องการของผู้ใช้ได้ ซึ่งเครื่องสำอางประเภทนี้ส่วนมากจะผลิตขึ้นจากสารเคมี เพื่อนำมาใช้โดยวัตถุประสงค์ต่างๆ กันตามความต้องการของผู้ใช้เครื่องสำอางตามความหมายของพระราชบัญญัติเครื่องสำอาง หมายถึง วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้ทา ถู นวด โรย พ่น หยอด ใส่ อบ หรือกระทำโดยวิธีอื่นใดต่อส่วนหนึ่งของร่างกาย เพื่อความสะอาด ความสวยงาม หรือส่งเสริมให้เกิดความสวยงามรวมตลอดทั้งเครื่องประพินผิวต่างๆ ซึ่งเครื่องสำอางแบ่งตามความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อผู้บริโภคแบ่งได้เป็น 3 ประเภทคือ เครื่องสำอางควบคุมพิเศษ เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงจึงต้องควบคุมดูแลผู้ผลิต หรือผู้นำเข้าต้องขึ้นทะเบียนดำรับเมื่อได้รับใบสำคัญการขึ้นทะเบียน เครื่องสำอางควบคุมพิเศษและแสดงเครื่องหมายอย. จึงจะวางจำหน่ายได้ เช่น น้ำยาดัดผม ย้อมผม ถาวร แต่งสีผม ฟอกสีผม ยืดผม ยาสีฟันที่มี

ส่วนผสมของฟลูออไรด์ ประเภทที่ 2 เครื่องสำอางควบคุมมีความเสี่ยงปานกลางซึ่งอาจมีอันตรายจากการใช้ผู้ผลิตเพื่อการจำหน่ายต้องแจ้งรายละเอียดต่อสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาหรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดก่อน การผลิตไม่น้อยกว่า 15 วัน ต้องแสดงสลากภาษาไทย เช่น แป้งฝุ่นโรยตัว แป้งน้ำ ฟ้าเย็น ฟ้าอนามัย ผลิตภัณฑ์ขจัดรังแค เช่น มีสารซิงก์ไฮดรอกไซด์ คลิมาโซล และเครื่องสำอางทั่วไป เป็นเครื่องสำอางกลุ่มที่มีความเสี่ยงน้อยและอันตรายไม่รุนแรง ผู้ผลิตทั่วไปไม่ต้องขออนุญาต แต่ต้องไม่มีสารควบคุมพิเศษและ หรือสารควบคุมและไม่ใช้วัตถุห้ามใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตเครื่องสำอาง ตามรายละเอียดวัตถุห้ามใช้ในประเทศ กระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2536) และฉบับที่ 25 (พ.ศ. 2539) แสดงสลากภาษาไทย ให้ถูกต้องตามกฎหมาย เครื่องสำอางประเภทนี้ เช่น เจล มูส ยาย้อมผมชนิดกึ่งถาวร แชมพู ครีมนวดผม สเปรย์ฉีดและผลิตภัณฑ์ปรับสภาพผม ในปัจจุบันนี้เครื่องสำอางที่ใช้ส่วนมากจะเป็นเครื่องสำอางที่ได้จากการสังเคราะห์หรือมีส่วนผสมจากสารเคมีซึ่งเป็นเครื่องสำอางควบคุมพิเศษดังกล่าวแล้ว ซึ่งนอกจากจะมีราคาแพงแล้ว บางครั้งอาจเกิดอันตรายจากการใช้เครื่องสำอางชนิดนั้นๆ เช่นเกิดอาการแพ้เครื่องสำอาง หน้าเป็นสิว เป็นเม็ด ผื่น คัน เกิดความระคายเคืองบริเวณที่ใช้ แต่อย่างไรก็ตาม เครื่องสำอางก็จัดเป็นสิ่งจำเป็นควบคู่กับคุณสุภาพสตรีและ

สุภาพบุรุษมาตั้งแต่ครั้งโบราณกาล ดังนั้นเพื่อเป็นการสนองความต้องการในการใช้เครื่องสำอางหลายๆ ชนิดได้โดยปลอดภัย ปราศจากสารพิษจากเครื่องสำอางและมีราคา ย่อมเยาและทำได้เองอาจจะไม่ต้องเสียเงินซื้อใน ราคาแพงๆ คุณภาพของเครื่องสำอางที่ทำได้เองก็ มีคุณภาพดีเยี่ยมไม่แพ้หรือดีกว่าเครื่องสำอาง ประเภทเดียวกันที่ซื้อมาในราคาแพงๆ ผู้เขียนจึง ขอเสนอเครื่องสำอางที่หาได้ง่ายๆ จากใน ครัวเรือนของท่านเอง โดยไม่จำเป็นต้องเสียทรัพย์ จำนวนมากเพื่อซื้อใช้ซึ่งเป็นประเภทสารจาก ธรรมชาติที่ใช้เป็นเครื่องสำอางได้โดยเฉพาะพวก พืช เช่น ผัก ผลไม้ น้ำผึ้ง เบียร์ ชนิดต่างๆ ที่มีสาร ที่มีคุณค่านำมาบำรุงร่างกายผิวพรรณ ผมได้เพราะ มีคุณค่าที่จะนำมาใช้เป็นเครื่องสำอางได้โดยตรง เราลองมาศึกษาถึงคุณค่าผลิตภัณฑ์ที่ได้จาก ครัวเรือนที่นำมาใช้ทำเครื่องสำอาง และลองทำใช้ ดู ผู้เขียนคิดว่าน่าจะจะได้ผลดีน่าพอใจแน่นอน เพราะผัก ผลไม้ที่จะนำเสนอต่อไปนี้มีคุณค่าทาง เคมิใช้เพื่อการเสริมสวยได้อย่างแน่นอนคือ

ผลมะเขือเทศสุก จากการศึกษาพบว่า มี สารชื่อ ไลโคเพน ซิซิน หรือ โทมาติน (Lycopersicin or Tomatin) ซึ่งเป็นสารพวกอัลคา ลอยด์สเตียรอยด์ซึ่งรักษาบาดแผลได้ จึงใช้พอก หน้าเพื่อสมานผิว นอกจากนี้ มะเขือเทศยังมีเม็ดสี (Pigment) สีส้มแดง ใช้แล้วจะทำให้แก้มแดงสวย โดยไม่ต้องใช้สีทาแก้ม

ผลแตงกวา มีเอนไซม์ อีเรพซิน (Erepsin enzyme) ซึ่งจะย่อยสารพวกโปรตีนได้ ดังนั้นจะสามารถย่อยผิวหนังที่หยาบแห้งออกไป เพื่อให้ผิวหนังใหม่ที่อ่อนนุ่มเกิดขึ้นมาแทนที่ได้ วิธีใช้ โดยการฝานผลแตงกวาเป็นแว่นบาง วาง

เรียงบนผิวหนัง หรือตามหลังมือ แล้วทิ้งไว้สัก ครึ่งชั่วโมง ล้างออกจะช่วยสมานผิวและทำให้ ผิวหนังอ่อนนุ่ม

ผลมะกรูด มีกรดซิตริก (Citric acid) จะ ช่วยขจัดคราบสบู่ (ค่า) ที่หลงเหลืออยู่ในน้ำยา สระผม หรือสบู่ นำมะกรูดมาเผาไฟแล้วนำมาผ่า ผสมกับน้ำอุ่นเพื่อสระ และล้างผมหลังจากสระ ผมด้วยแชมพูหรือสบู่แล้ว จะทำให้ผมหวีง่ายไม่ พันกัน นอกจากนี้ น้ำมันจากผิวมะกรูดยังช่วยให้ ผมดกเป็นเงางามอีกด้วย

ผลไม้จำพวกมะนาว ผิวส้ม มีวิตามินซี สารสมานผิว (Astringent) และน้ำมันบำรุงผิว ถ้า ใช้ผสมกับสมุนไพรชนิดอื่นในการพอกหน้า เพื่อให้ผิวหนังตึงไม่เหี่ยวย่น และจะช่วยทำให้ ผิวหนังสดชื่น

ผลกล้วยสุก ใช้พอกหน้าได้ เพราะ กล้วยมีวิตามิน เอ ซึ่งดูดซึมเข้าสู่ผิวหนังได้ช่วย ปกป้องมิให้ผิวหนังแห้งแข็ง หยาบกระด้าง และ จะทำให้ผิวหนังสดชื่น นุ่มนวล

น้ำมันมะกอกฝรั่ง (Olive oil) ใช้ใส่ผม เพื่อชดเชยน้ำมันธรรมชาติที่เสียไปถ้าผมกรอบ แห้งจะทำให้ผมเป็นเงางามและทำให้ผิวหนัง อ่อนนุ่ม ใช้ผสมในเครื่องสำอางหลายชนิด เช่น สบู่ ครีมล้างหน้า โคลด์ครีม

น้ำผึ้ง มีฮอร์โมนเอสโตรเจน ใช้พอก หน้าและใส่ผมได้ แต่ต้องระวังพวกแมลงมาได้ ตอม ทิ้งไว้สักครู่ ล้างออกให้หมด ในสมัยก่อน นิยมใช้น้ำผึ้งเป็นเครื่องสำอาง ปัจจุบันน้ำผึ้งก็ใช้ เป็นส่วนประกอบของเครื่องสำอาง หลายชนิด เช่น สบู่ ครีมบำรุงผิว น้ำมันบำรุงผิว

เบียร์ นำมาใช้ล้างหน้า บำรุงผิว หรือจะ ใส่ผมบำรุงเส้นผม ในเบียร์มีฮอป (Hop) ในฮอป

มี เอสโตรเจน เอสโตรเจน (Estrogen) ซึ่งจะช่วยบำรุงผิวให้เต่งตึงเปล่งปลั่งไม่เหี่ยวแห้งอ่อนกว่าวัย ช่วยกระตุ้นการงอกของเส้นผม บำรุงหนังศีรษะ บรรเทาอาการผมร่วง นอกจากนี้ในเบียร์ยังมี วิตามินบีรวม (Vitamin B Complex) ซึ่งจะช่วยบำรุงผิวด้วย

ไข่ขาว มีสารพวโปรตีนที่เรียกว่า อัลบูมิน (Albumin) สารนี้จะมีคุณสมบัติในการดูดซับ และเมื่อแห้งจะแข็งเป็นแผ่นเคลือบ เมื่อลอกออกจะพาเอาสิ่งสกปรกออกจากผิวหนัง ทำให้ผิวหนังสะอาด และอัลบูมินยังช่วยลดการระคายเคืองได้ด้วย

โสม รับประทานเป็นยาบำรุง มี เอสโตรเจน เอสโตรเจน แต่มีราคาแพง

นอกจากที่กล่าวมาแล้วยังมีผักผลไม้และสมุนไพรอีกมากมายหลายชนิดที่นำมาใช้ทำเครื่องสำอางได้

เอกสารอ้างอิง

จดหมายข่าว ผลิตภัณฑ์สุขภาพชุมชน,

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข. ปีที่ 3 ฉบับที่ 1
เดือนมกราคม-กุมภาพันธ์ 2545.