



คนท้องยืดผมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า

ภาษา

คนท้องยืดผมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า

คุณแม่ตั้งครรภ์

บทความ

เม.ย. 2, 2024

6 นาที

ช่วงท้องอยากสวยจะเป็นไปได้ไหม? การยืดผมก็เป็นอีกหนึ่งการดูแลตัวเองที่ช่วยให้คุณแม่มีความมั่นใจ เพราะช่วงตั้งครรภ์นั้นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายหลายอย่าง เส้นผมก็เช่นกัน จากผมที่เคยสวย กลับซีฟูไร่น่าหนักและจัดทรงยากเหลือเกิน เมื่อการยืดผมคือทางออก แต่คุณแม่หลายคนก็ยังกังวลใจ ลองมาฟังคำตอบจากบทความนี้กัน

สรุป

- การยืดผมมีการสัมผัสกับสารเคมีก็จริง แต่มีผลต่อร่างกายหรือต่อการตั้งครรภ์ได้น้อยมาก
- แนะนำการหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารเคมีจากการยืดผมและทำสีผมภายในช่วงไตรมาสแรกของการตั้งครรภ์ไปก่อน
- คุณแม่ตั้งครรภ์ที่แพ้ท้อง ยังไม่ควรยืดผมเพราะช่วงแพ้ท้อง คุณแม่จะมีภาวะไวต่อกลิ่น อาจมีอาการเวียนหัว คลื่นไส้หนักขึ้น

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คนท้องยัดผมได้ไหม ส่งผลอะไรกับลูกในท้องบ้าง
- คุณแม่ตั้งครรภ์ที่แพ้ท้อง ยังไม่ควรยัดผมเพราะอะไร
- ปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้คุณแม่ตั้งครรภ์อยากไปยัดผม
- ตั้งครรภ์ไตรมาสไหน เหมาะกับการยัดผมมากที่สุด
- การยัดผม มีสารเคมีอะไรบ้าง
- อาการแพ้ยายัดผมรุนแรง ที่คุณแม่ตั้งครรภ์ควรระวัง

การยัดผม การทำสีผม รวมถึงการทำผมด้วยการใช้สารเคมีเป็นอีกหนึ่งข้อสงสัยของคุณแม่มาตลอด เพราะขึ้นชื่อว่าสารเคมี ก็ทำให้ไม่สบายใจแล้ว แต่ใจหนึ่งคุณแม่หลายคนก็ไม่อยากให้ช่วงตั้งครรภ์นั้นตัวเองดูโทรม ดูไม่สวย แต่การทำผมที่ต้องอยู่กับสารเคมีนาน ๆ อย่างการยัดผมนั้น จะเป็นอันตรายทั้งกับตัวเองและลูกในท้องหรือไม่ เรามีเหตุผลต่าง ๆ มาบอกกัน

คนท้องยัดผมได้ไหม ส่งผลอะไรกับลูกในท้องบ้าง

ในขั้นตอนการยัดผม ไม่ว่าจะคุณแม่จะทำเอง หรือช่างทำผมทำให้ก็ตาม ก็ต้องสัมผัสสารเคมี แต่สามารถป้องกันได้บางส่วน ด้วยการใส่ถุงมือเอาไว้ เพื่อลดการสัมผัสกับสารเคมีโดยตรง (นอกจากที่บริเวณหนังศีรษะ) ก็ลดความเสี่ยงที่สารเคมีจะซึมเข้าสู่ร่างกาย หรือซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้บ้าง อย่างไรก็ตามสารเคมีจากการยัดผมหรือทำสีผมมีผลต่อร่างกายหรือต่อการตั้งครรภ์ได้น้อยมาก แต่อย่างไรก็ตามหากคุณแม่ไม่สบายใจ ไม่แน่ใจว่าจะป้องกันตนจากสารเคมีได้ 100 เปอร์เซ็นต์หรือไม่ ก็แนะนำการหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารเคมีจากการยัดผมและทำสีผม รวมถึงสารเคมีรุนแรงอื่น ๆ ภายในช่วงตั้งครรภ์ไตรมาสแรกไปก่อน

โดยปกติแล้วร่างกายมีกลไกขับสารเคมีออกทางปัสสาวะอยู่แล้ว แต่สารเคมีที่ใช้ในการย้อมผมหรือยัดผมนั้นไม่ได้มีปริมาณมากจึงถูกขับออกได้ตามปกติ และจะไม่ส่งผลต่อลูกน้อยในครรภ์ รวมถึงนายาทาเล็บก็ไม่ส่งผลอันตรายเช่นกัน แต่อาจจะมีวิงเวียนศีรษะในเรื่องของกลิ่นบ้าง โดยเฉพาะพาราคุณแม่ในไตรมาสแรก ที่ยังคงมีอาการแพ้ท้องอยู่

อย่างไรก็ตาม การยัดผมเป็นการทำเคมีที่ใช้เวลานานประมาณ 4-5 ชั่วโมง เพื่อให้ยายัดผมซึมเข้าสู่เส้นผม และมักมีกลิ่นฉุนของสารเคมีที่รุนแรง ดังนั้นอันตรายจากการยัดผมก็ยังคงมีอยู่ ซึ่งการสูดดมกลิ่นของสารเคมีเป็นเวลานานอาจทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจได้ เช่น หายใจติด ๆ ขัด ๆ รู้สึกแสบคอหรือระคายเคืองจมูก ในบางกรณีอาจทำให้เกิดอาการระคายเคืองตา ร่วมด้วย

คุณแม่ตั้งครรภ์ที่แพ้ท้อง ยังไม่ควรยึดผมเพราะอะไร

เพราะอาการแพ้ท้อง คุณแม่จะมีภาวะไวต่อกลิ่น (Acute sense of smell) ที่จะทำให้รู้สึกเหม็นและไม่สามารถทนต่อกลิ่นที่เคยคุ้นเคยบางกลิ่นได้ บางคนอาจมีอาการเวียนหัว คลื่นไส้ อาเจียนเมื่อได้กลิ่นบางอย่าง เช่น อาหาร น้ำหอม หรือกลิ่นของผลิตภัณฑ์ข้าวของเครื่องใช้บางชนิด ซึ่งนำมายึดผมนั้นเป็นสารเคมีและมีกลิ่นแรง จะยิ่งไปกระตุ้นภาวะนี้ และทำให้คุณแม่มีอาการแพ้ท้องหนักขึ้น

ปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้คุณแม่ตั้งครรภ์อยากไปยึดผม

1. **ผมชี้ฟู** จัดทรงยาก ทำให้คุณแม่ต้องมัดหรือรวบผมตลอดเวลา
2. **ผมหยิก** ผมหยิกฟูดูแลยาก และการใส่ครีมจัดแต่งทรงผมมาก ๆ ก็ยิ่งทำให้ผมดูแลรักษายากมากขึ้นไปอีก
3. **ผมไม่มีน้ำหนัก** ทำให้ผมชี้ฟูง่ายและดูไม่เป็นทรง
4. **รู้สึกไม่มั่นใจในตัวเอง** เนื่องจากทรงผมที่ไม่เป็นทรงนั้นทำให้ดูเหนื่อย ดูโทรม ทำให้คุณแม่ขาดความมั่นใจ
5. **หวีผมยาก สระผมยาก** เนื่องจากสระที่เปลี่ยนไป รวมถึงสภาพเส้นผมที่ชี้ฟู ยิ่งทำให้การดูแลเส้นผมเป็นเรื่องที่ยากและใช้เวลามากขึ้น

ตั้งครรภ์ไตรมาสไหน เหมาะกับการยึดผมมากที่สุด

หากคุณแม่ท่านไหนอยากจะทำสีผมหรือยึดผม ก็สามารถทำได้เช่นกัน แต่แนะนำว่าควรทำตั้งแต่อายุครรภ์ 4 เดือนเป็นต้นไปหรือเข้าสู่ไตรมาสที่ 2 จะเหมาะสมมากกว่า เพราะในช่วง 3 เดือนแรกหรือไตรมาสแรกเป็นช่วงที่สำคัญของทารก เนื่องจากช่วงนี้เป็นช่วงที่ทารกจะเริ่มสร้างอวัยวะที่สำคัญขึ้นมาเช่นกัน จึงควรทำร่างกายให้สมบูรณ์พร้อมให้ลูกน้อยได้สร้างอวัยวะอย่างเต็มที่



การยืดผม มีสารเคมีอะไรบ้าง

ในน้ำยายืดผม หรือน้ำยาย้อมสีผม มีส่วนผสมของสารเคมีหลายชนิด รวมถึงสารฟอร์มัลดีไฮด์ สารพาราเบน สารบิสฟีนอลเอ (Bisphenol A: BPA) ส่วนมากในน้ำยายืดผมจะมีสารฟอร์มัลดีไฮด์ (Formaldehyde) ซึ่งทำให้ผมตรงร่วมกับการใช้ที่หนีบผมในการยืดผมให้ตรง เพื่อให้ผมตรงได้เป็นเวลานานหลายเดือน อยากรู้ก็ตาม อย. (สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา FOOD AND DRUG ADMINISTRATION) ตรวจสอบไม่พบการใช้สารฟอร์มัลดีไฮด์และเมทิลีน ไกลคอล เป็นส่วนผสมในสูตรน้ำยายืดผมในประเทศ เนื่องจากในประเทศไทยได้มีการประกาศห้ามใช้สารเคมีนี้ ซึ่งเป็นสารห้ามใช้ในเครื่องสำอางมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2565 เนื่องจากมีกลิ่นที่รุนแรง หากโดนหรือดมเข้าไป จะทำให้เกิดการเคืองตา จมูกและผิว โดยประกาศให้สารฟอร์มัลดีไฮด์ รวมถึงสารเมทิลีน ไกลคอล (Methylene glycol) ซึ่งสามารถปลดปล่อยสารฟอร์มัลดีไฮด์ได้ เป็นสารที่ห้ามใช้ เพราะอาจทำให้เกิดสารก่อมะเร็ง ซึ่งสอดคล้องกับมาตรฐานอาเซียนและยุโรป

อาการแพ้ น้ำยายืดผมรุนแรง ที่คุณแม่ตั้งครรภ์ ควรระวัง

สารเคมีจากน้ำยายืดผมอาจก่อให้เกิดการแพ้รุนแรงหรือ อนุาพิยแลกซีส (anaphylaxis) ได้ ซึ่งอาการนี้ก็คืออาการแพ้ ที่เกิดขึ้นกับระบบในร่างกายมากกว่า 1 ระบบ ในเวลาเดียวกันหรือเวลา

ใกล้เคียงกัน และมีอาการรุนแรงจนถึงขั้นเสียชีวิต โดยส่วนใหญ่เกิดขึ้นไม่เกิน 2 ชั่วโมงหลังจากได้รับยา อาหาร หรือสาร

- อาการทางผิวหนัง เช่น เกิดผื่นคัน ลมพิษ ตา ปาก ใบหน้าบวมแดง
- อาการทางระบบทางเดินหายใจ เช่น หายใจลำบาก แน่นหน้าอก เสียงแหบเจ็บปอด
- อาการทางระบบทางเดินอาหาร เช่น ปวดท้อง อาเจียน ท้องเสีย
- อาการทางระบบหัวใจและหลอดเลือด เช่น หน้ามืด เป็นลม หหมดสติ ความดันต่ำ เป็นต้น

สรุปแล้วการยืดผมหรือทำสีผมนั้นสามารถทำได้ โดยคุณแม่ควรเลือกร้านทำผมและน้ำยายืดผมที่ได้มาตรฐาน ไม่ควรยืดผมบ่อยจนเกินไป และควรระมัดระวังไม่ให้ผมโดนน้ำหรือสารเคมีอื่น ๆ เช่น นยาย้อมผม หลังจากการยืดผมภายในระยะเวลาที่กำหนดด้วย เพื่อไม่เป็นการทำร้ายเส้นผมมากเกินไป รวมถึงไม่ทำร้ายสุขภาพของคุณแม่และเจ้าตัวเล็กในท้องด้วย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- พัฒนาการทารกในครรภ์ 1-40 สัปดาห์ ที่แม่มือใหม่ห้ามพลาด
- อาการแพ้ท้องของคุณแม่ แพ้ท้องพะอืดพะอม แก่ยังไง พร้อมวิธีรับมือ
- น้าคำ คืออะไร น้าคำร้าย อาการแบบไหน สัญญาณใกล้คลอดที่ต้องรับมือ
- อาการท้องแข็งบ่อย ลูกโก่งตัวบ่อย อันตรายหรือไม่ ทำไมคุณแม่ต้องรู้
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- ตั้งครรภ์ มีเลือดออก ไม่ปวดท้อง คืออะไร อันตรายไหม สำหรับแม่ตั้งครรภ์
- อาการคนท้องระยะแรก สัญญาณการตั้งครรภ์เป็นแบบนี้
- เมนูคนท้อง อาหารคนท้องบำรุงคุณแม่ท้อง ดีต่อลูกในครรภ์
- คนท้องห้ามกินอะไร อาหารที่ส่งผลเสียต่อคุณแม่ตั้งครรภ์
- อาหารคนท้องไตรมาสแรก โภชนาการที่สำคัญสำหรับคุณแม่และทารกในครรภ์
- วิธีนับอายุครรภ์ คำนวณอายุครรภ์ด้วยตัวเอง ก่อนคลอด
- สัญญาณอาการใกล้คลอด เจ็บท้องคลอด อาการก่อนคลอดของคุณแม่
- ของใช้เตรียมคลอด ที่คุณแม่มือใหม่ควรเตรียมของไปคลอด
- การผ่าคลอดและคลอดธรรมชาติ ต่างกันยังไง พร้อมขั้นตอนเตรียมผ่าคลอด
- ผ่าคลอดใช้เวลากี่นาที พร้อมข้อดี-ข้อเสีย คลอดเองกับผ่าคลอด
- แผลผ่าคลอดกี่วันหาย พร้อมวิธีดูแลรอยแผลผ่าคลอดให้ฟื้นตัวไว
- แผลฝีเย็บหลังคลอด แผลคลอดธรรมชาติ ดูแลยังไงให้ปลอดภัย
- หลังผ่าคลอดกินอะไรได้บ้าง คนผ่าคลอดห้ามกินอะไรบ้างช่วยให้แผลหายเร็ว
- ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดเกิดจากอะไร พร้อมวิธีรับมืออาการซึมเศร้าหลังคลอด
- ฤกษ์คลอด ฤกษ์ผ่าคลอด วันมงคล เวลาดี สำหรับลูกรัก

อ้างอิง:

1. คนท้องทำการยืดผมให้ได้ไหม อันตรายหรือเปล่า, POPOAD
2. 18 อาการคนท้องเริ่มแรก ข้อสังเกต วิธียืนยันการตั้งครรภ์, โรงพยาบาลเมตพาร์ค
3. คุณแม่ท้องอยากสวย...เราจะทาเล็บ ทำสีผมได้ไหมนะ, โรงพยาบาลพญาไท

4. 4 ความเสี่ยงจากการยึดผมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพ, POPOAD
5. อย.ขอผู้บริโภควางใจ นายายึดผมในประเทศไทยไม่พบสารก่อมะเร็ง, สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา FOOD AND DRUG ADMINISTRATION
6. โรคมุมิแพ้ว รับมืออย่างไรเมื่อมีอาการรุนแรง, โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์

อ้างอิง ณ วันที่ 29 มกราคม 2567



คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย



ภูมิแพ้ในเด็ก



สปิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การถ่ายภาพลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์