



เชื้อแม่แคร่หมอ EP.5 - CoolSculpting ลดไขมันเฉพาะส่วนได้ ไม่เจ็บ ไม่ต้องผ่าตัด

ศูนย์ : ศูนย์ผิวหนังและความงาม

บทความโดยแพทย์ : พญ. ศิเรมอร ทองสิมา

ปัญหาเรื่องไขมันเฉพาะส่วนที่กวนใจสาว ๆทั้งหลาย ออกกำลังกายก็แล้ว คุมอาหารก็แล้ว บางส่วนเล็กลง แต่บางส่วนก็ยังใหญ่ อยากกระชับสัดส่วน แต่เวลาจำกัด จะทำอย่างไรดี? แม่ ๆทั้งหลายก็แนะนำว่า ให้ใส่ชุดกระชับสัดส่วนบ้าง ดูดไขมันออกบ้าง หรืออดอาหารบ้าง วิธีแบบนี้จะได้ผลจริงหรือไม่ เราไปถามคุณหมอกันค่ะ

ออกกำลังกาย แต่ทำไมยังงอสัดส่วนก็ไม่ลดซักที

จากวิธีที่แม่ ๆทั้งหลายแนะนำมา แต่หมอบอกว่าไม่โอเคเนะคะ เนื่องจากร่างกายของคนเรานั้น มักจะมีบางจุดที่มีไขมันมาตั้งแต่เกิด ต่อให้ลดน้ำหนักยังไง จุดนั้นก็จะมีไขมันอยู่ดี ไม่หายไป

CoolSculpting ตัวช่วยลดไขมันเฉพาะส่วน ไม่เจ็บ ไม่ต้องผ่าตัด

เครื่อง CoolSculpting นั้นเป็นเทคโนโลยีที่สามารถช่วยลดไขมัน ทำให้รูปร่างกระชับได้เฉพาะส่วน โดยการใช้เทคโนโลยีความเย็นเข้าไปทำให้เซลล์ไขมันตายโดยการติดเครื่องมือไว้ยังบริเวณที่ต้องการ แล้ว freeze ที่ไว้ 35 นาที แล้วเซลล์ไขมันบริเวณนั้นจะตายไปเองประมาณ 25% เนื่องจากเซลล์ไขมันจะไวต่ออุณหภูมิมาก ไม่เจ็บ ไม่ต้องผ่าตัด

CoolSculpting สามารถทำได้ส่วนไหนบ้าง?

CoolSculpting สามารถทำได้เกือบทุกส่วน เช่น ส่วนของ Bra Fat ส่วนหลัง หน้าท้อง เอว ต้นขาด้านใน/ด้านนอก ต้นแขน สามารถทำได้พร้อมกันได้หลายจุด โดยแพทย์จะแนะนำให้เริ่มต้นที่ 2 จุดเป็นอย่างน้อย เช่น แขน 2 ข้าง ซึ่งในการทำแต่ละครั้งจะเห็นได้ชัดเจนว่าไขมันมีการยุบตัวลง หากต้องการให้บางลงไปอีก ก็สามารถทำซ้ำได้

การทำ CoolSculpting เจ็บหรือไม่?

ในขณะที่ทำก็จะรู้สึกถึงความเย็น บางท่านอาจจะชาเล็กน้อย ไม่เจ็บ การลดสัดส่วนด้วย CoolSculpting จะช่วยให้สัดส่วนของคุณลดลงแบบมีประสิทธิภาพ และปลอดภัย

ขั้นตอนการลดสัดส่วนด้วย CoolSculpting

- โดยเริ่มต้นด้วยการ Mark Area ที่ต้องการวางเครื่องลงบนร่างกาย เพื่อให้ได้พื้นที่ที่ถูกต้องในการวางเครื่องมือ
- หลังจากนั้น จะมีคุณพยาบาล ทำความสะอาดผิวหนังที่ต้องการวางเครื่อง Coolsculpting
- จากนั้น ก็จะมีแผ่น Linerแปะลงบนผิวหนัง ซึ่งมีหน้าที่ปกป้องผิว และเป็นสื่อในการส่งความเย็นให้ไปถึงชั้นไขมัน

โดยการติดเครื่องมือบนร่างกาย ในช่วงแรกๆ เครื่องมือจะดูดผิวหนังเรา อาจทำให้ตกใจได้ แต่ไม่อันตรายต่อร่างกาย ความเย็นที่ได้รับคืออยู่ในระดับสบายๆ ความเย็นที่ใช้คือ -11 องศาเซลเซียส โดยที่หัวของเครื่อง CoolSculpting จะมีตัววัดอุณหภูมิ ทำให้ความเย็นที่ออกมาคงที่

แล้วจะรู้อย่างใดได้ว่า ส่วนไหนทำได้ ส่วนไหนทำไม่ได้?

หลักในการประเมินว่าสัดส่วนใดสามารถใช้เครื่อง CoolSculpting ได้บ้างนั้น คือ

- แพทย์จะประเมินโดยการดูว่าบริเวณไหนที่มีไขมันส่วนเกินหรือย่อย
- อีกส่วนคือ แพทย์จะทำการสอบถามคนไข้ เนื่องจากคนไข้แต่ละคนอาจจะมีบริเวณที่รู้สึกไม่มั่นใจแตกต่างกันไป

ความเย็น -11 องศา ทำไมผิวของเราถึงไม่เป็นอะไร?

เพราะความเย็นระดับนี้ทำให้ไขมันตาย แต่ผิวหนังไม่ตาย โดยนักวิจัยของ มหาวิทยาลัย Harvard คิดค้นขึ้นมาจากแรงบันดาลใจที่เห็นเด็กทานไอศกรีม จะทำให้แก้มแดงและไขมันฝ่อลง จึงทราบว่าความเย็นนี้สามารถทำให้เซลล์ไขมันตายได้

Coolsculpting จึงเป็นนวัตกรรมสำหรับการลดน้ำหนักเฉพาะส่วน เข้ามาช่วยการลดน้ำหนักที่ไม่ตอบโจทย์ เช่น ลดอาหาร และออกกำลังกาย ซึ่งเครื่องนี้ ทำได้ง่าย และปลอดภัย