Dermatology and Aesthetic Centre

Laser Tattoo / Pigment Removal

လေဆာဖြင့် တက်တူး (သို့) အမည်းစက် ဖယ်ရှားခြင်း

လေဆာဖြင့် တက်တူးဖယ်ရှားခြင်းဆိုသည်မှာ

Q-switch Laser အလင်းလှိုင်း (၁၀၆၄ နာနိုမီတာ နှင့် ၅၃၂ နာနိုမီတာ) ကိုအသုံးပြုကာ အရေပြားထဲရှိ အရောင်ခြယ်မှုန့်များကို ဖယ်ရှားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပစ်လွှတ်လိုက်သော လေဆာအလင်းစွမ်းအင်ကို အရေပြားထဲတွင်ရှိနေသော တက်တူးမင်များမှ ရွေးချယ်စုပ်ယူစေခြင်းဖြင့် အရောင်ခြယ်မှုန့်များအား တစစီ ပြိုကွဲစေကာ ဖယ်ရှားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အမဲရောင် တက်တူးသည် လေဆာစွမ်းအင်အားလုံးကို စုပ်ယူသော ကြောင့် ဖယ်ရှားရာတွင် အလွယ်ကူဆုံး ဖြစ်သည်။ လေဆာဖြင့် ကုသမှုခံယူပြီး ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အကြာတွင် တစစီ ပြိုကွဲသွား သော အရောင်ခြယ်မှုန့်များအား ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံအားစနစ် မှ တဖြည်းဖြည်းဖယ်ရှားကာ တက်တူးအရောင်အား မှေးမှိန်လာစေပါသည်။

တက်တူးပျက်ဖို့အချိန်ဘယ်လောက်ကြာကြာလိုလဲ?

တက်တူးဖျက်ခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ စွမ်းဆောင်ရည်ပေါ် မူတည်ကာ လူတဦးနှင့်တဦး အနည်းငယ်ကွဲပြားပါသည်။ ယေဘုယျ အားဖြင့် တက်တူး လုံးဝပျက်ရန် အနည်းဆုံး အချိန်တစ်နှစ်ကျော်လိုအပ်ပါသည်။ အရေပြားအသားသေရန်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် ခုခံအားစနစ်မှ တက်တူး အရောင်ခြယ်မှုန့် များအား တိုက်ထုတ်နိုင်ရန် ကုသမှု (၁)ကြိမ် နှင့် (၁)ကြိမ် ကြားတွင် အနည်းဆုံးအချိန် (၆)ပတ် မှ (၈)ပတ် စောင့်ဆိုင်းရန်လိုအပ်ပါသည်။

ကုသမှုဘယ်နကြိမ်လိုအပ်သလဲ?

များသောအားဖြင့် ခန့်မှန်းခြေ ကုသမှုအကြိမ်ရေ (၅)ကြိမ် မှ (၈)ကြိမ် လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် အချို့တက်တူးများမှာ (၃)ကြိမ် မှ (၄)ကြိမ် ခန့်သာလိုအပ်၍ အချို့မှာမူ (၁၀)ကြိမ် နှင့်အထက်လိုအပ်ပါသည်။ အောက်ပါအကြောင်းအရာများအပေါ် မူတည်၍ လိုအပ်သောကုသမှု အကြိမ်ရေ ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။

- တက်တူး အတိမ်အနက်
- အသုံးပြုထားသော မင်အမျိုးအစားနှင့် အရောင်
- ခန္ဓာကိုယ်၏စွမ်းဆောင်ရည်
- တက်တူးအမျိုးအစား
- ယခင်ရှိထားဖူးသော တက်တူး အမာရွတ် (သို့မဟုတ်) ထပ်၍ထိုးထားသော တက်တူး

တက်တူးဖျက်လျှင် နာကျင်မှုရှိပါသလား?

သားရေကွင်းနှင့်ပစ်လျှင် စပ်သကဲ့သို့ နာကျင်မှုမျိုး ရရှိပါသည်။ ကုသမှုမစမီ ထုံဆေးလိမ်းထားခြင်းဖြင့် ကုသမှုခံယူနေစဉ် နာကျင်မှုသက်သာစေပါသည်။

အမာရွတ်ကျန်နိုင်ပါသလား?

နည်းစနစ်မှန်ကန်စွာကုသမှုခံယူပြီး ဆရာဝန် ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း သေချာစွာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါက အမာရွတ်ကျန်ဖို့ ခဲယဉ်းပါသည်။ သို့သော် တက်တူးထိုးစဉ်အခါမှ ရရှိခဲ့သော အမာရွတ် နှင့် နေလောင်ဒဏ်ကြောင့်ရှိနေသော အမာရွတ်များသည် တက်တူးရှိနေစဉ်အခါ၌ မသိသာသော်လည်း တက်တူးများ အရှင်း ပယ်ပျက်သွားသည့်အခါတွင်မှ ထင်ရှားလာတတ်ပါ သည်။ Keloid ဖြစ်တတ်သောသူများတွင် အမာရွတ်ကျန်နိုင်ချေပိုများပါသည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးဘာတွေရှိနိုင်ပါသလဲ?

အနာကျက်ရန် အချိန် (၅)ရက် မှ (၁)ပတ်လိုအပ်ပါသည်။ သို့သော် နေ့စဉ် လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ထိခိုက်မှု မရှိစေပါ။ ဘေးထွက် ဆိုးကျိုးများ ဖြစ်လျှင် များသောအားဖြင့် ယာယီသာဖြစ်လေ့ရှိပါသည်။ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးအများစုမှာ ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံအားစနစ်မှ အရောင်ခြယ်မှုန့် များအား တိုက်ထုတ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။

- နီမြန်းခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း (၁)ရက် (၂)ရက်အတွင်း သက်သာပါသည်
- ရေကြည်ဖုထခြင်း (ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသည်၊ စိတ်ပူရန်မလိုပါ၊ (၁)ပတ် မှ (၂)ပတ်အတွင်းသက်သာပါသည်။)
- သွေးခြေဉခြင်း (၁) ပတ်ခန့်အကြာတွင် မှေးမှိန်သွားမည်။

- အမဲကွက်များဖြစ်ပေါ်ခြင်း (လေဆာနှင့် အရေပြားဆဲလ်တစ်မျိုးမှ ထွက်သော မယ်လနင် ဓာတ်ပြုခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းဖြစ်သည်။ အချိန်အနည်းငယ်ကြာလျှင်ပြန်လည်ပျောက်ကင်းသွားသည်)
- ပုံမှန်အရေပြားထက်ဖြူသော အကွက်များဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း
(လေဆာနှင့် အရေပြားဆဲလ်တစ်မျိုးမှ ထွက်သော မယ်လနင် ဓာတ်ပြုခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ အချိန်အနည်းငယ်ကြာလျှင် ပြန်လည်ပျောက်ကင်းသွားမည်။ အသားရောင် ညိုသောသူများတွင် ပိုမိုဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။)
- အသားမာတက်ခြင်း၊ အနာဖေးတက်ခြင်း၊ အမဲစက်လေးများဖြစ်ပေါ်ခြင်း
(အနာကျက်ခြင်းဖြစ်စဉ်၏ အဆင့်များဖြစ်သည်။ (၇) ရက်မှ (၁၀) ရက်အတွင်း သက်သာပျောက်ကင်းမည်။ စိတ်ပူရန်မလိုပါ။)
- အနာပိုးဝင်ခြင်း (ဘက်တီးရီးယား၊ မှို၊ ဗိုင်းရက်စ်)
- အမာရွတ်ကျန်ခြင်း (Isotretinoin သောက်နေသောသူများတွင် ဖြစ်နိုင်ချေပိုများပါသည်။)
- အကယ်၍ ကုသမှု ခံယူသောသူသည် တက်တူးမင်နှင့် ဓာတ်မတည့်ခြင်းရှိခဲ့လျှင် ကုသမှုခံယူသည့်အခါ လေဆာစွမ်းအင်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော တက်တူးအမှုန့်များနှင့် ပြန်လည်ထိတွေ့ကာ ဓာတ်မတည့်မှု ပြန်လည်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

လေဆာ ကုသမှုကို မခံယူသင့်သူ

လက်ရှိ (သို့) လွန်ခဲ့သော (၆)လအတွင်း Retinol ပါသောလိမ်းဆေး သောက်ဆေး သုံးစွဲထားသူများ၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်များ၊ နို့တိုက်မိခင်များ၊ ပိုးသတ်ဆေးသောက်သုံးနေသူများ၊ Keloid ဖြစ်တတ်သောသူများနှင့် အမာရွတ်ဖြစ်လွယ်သူများ၊ အလွန်အမင်းနေလောင်ထားသူများ။

လေဆာကုသမှုမခံယူခင် ဘာတွေကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်သလဲ?

- နေလောင်မှုကို အားပေးသော ဆေးဝါးများသုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။
(ဥပမာ - Doxycycline နှင့် Retinol ပါသောဆေးများကို အနည်းဆုံး (၁)ပတ်ကြို၍ ရပ်တန့်ထားရပါမည်။)
- ရေယုန်ပေါက်ဖူးသောသူများသည် ဆရာဝန်ကို အသိပေးရပါမည်။ သို့မှသာ ဆရာဝန်မှ ကြိုတင်၍ဆေးဝါးများသောက်သုံးရန် ညွှန်ကြား ပေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။
- ကုသမှုမခံယူစဉ် နာကျင်မှုသက်သာစေရန် Tylenol ကဲ့သို့သော အနာသက်သာဆေးများ ကြိုတင်၍ သောက်သုံးနိုင်ပါသည်။
- Asprin နှင့် Ibuprofen ဆေးများသည် သွေးခြေဥခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေတတ်သောကြောင့် ကုသမှုမခံယူမီ ထိုဆေးများ သောက်သုံးခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။
- နေရောင်ခြည်ထိတွေ့ခြင်းနှင့် နေလောင်ခြင်းကို လေဆာဖြင့်ကုသမှု ပထမအကြိမ်မတိုင်မီ (၄)ပတ်ကြို၍ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။
- ကုသမှုခံယူမည့်နေရာအား မိတ်ကပ်၊ လိုးရှင်းနှင့်ရေမွှေးများ သုံးစွဲထားပါက သေချာစွာသန့်စင်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကုသမှုအပြီး ဘာတွေလိုက်နာရမလဲ?

- ရောင်ရမ်းမှုဖြစ်ပေါ်ပါက (၁)နာရီ (၁)ခါ (၁၀) မိနစ်ခန့် ရေခဲကပ်ပေးနိုင်ပါသည်။
- နာကျင်မှုသက်သာစေရန် Paracetamol (သို့မဟုတ်) Ibuprofen အစရှိသော အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများ သောက်သုံးနိုင်ပါသည်။
- အရေကြည်ဖုများဖြစ်ပေါ်လာပါက ထိုနေရာကို ထိခိုက်မှုမရှိစေရန် ကာကွယ်ပြီး အဆီတမျိုးမျိုးလိမ်းထားနိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ အနာဖြစ်ခဲ့ပါက Bactoban (သို့မဟုတ်) Bacitracin ပိုးသတ်ဆေးအဆီများ လိမ်းပေးနိုင်ပါသည်။ ပတ်တီးမစီးရပါ။ အနာကိုပိတ်လှောင်မထားရပါ။ မကုပ်ရပါ။
- ကုသမှုခံယူပြီး (၂) နာရီအကြာတွင် ရေချိုးနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ရေနွေးဖြင့်ရေချိုးခြင်း၊ ရေနွေးစိမ်ခြင်း၊ ရေပူစိမ်ခြင်း၊ ကုသမှုခံယူထားသော နေရာအား ရေပူနှင့်ထိခြင်း၊ ရေကူးခြင်းများကို ရေကြည်ဖုများ၊ အနာဖေး နှင့် အနာများအရှင်း ပျောက်ကင်းသွားမှသာ လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။
- အရေပြားအား အပူချိန်မြင့်တက်စေသော အပြင်းအထန် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း၊ ရေနွေးပူစိမ်ခြင်း၊ Jacuzzi (ရေပန်းဖြင့်ရေနွေးငွေ့ပေးသော ရေချိုးကန်တွင်ရေချိုးခြင်း)၊ Sauna (ပေါင်းခံချွေးထုတ်ခြင်း) များ ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ လေဆာကုသမှုအပြီး တခါတရံတွင် ယာယီ ရေဓါတ်ခန်းခြောက်ခြင်းကြောင့် အရေပြားခြောက်ကာ ယားယံခြင်းဖြစ်ပေါ်ပါက ဗီတာမင် E ခရင်မ် (သို့မဟုတ်) Hydrocortizone (Steroid အပျော့စား) ခရင်မ်များ လိမ်းနိုင်ပါသည်။
- ကုသမှုခံယူထားသောနေရာတွင် ပိုးဝင်သော လက္ခဏာများ (နီမြန်းခြင်း၊ သားငံရည်စိမ့်ထွက်ခြင်း နှင့် အဝါရောင် သို့မဟုတ် ပြည်ရောင် အနာဖေးများ) တွေ့ရှိရပါက ဆရာဝန်နှင့် အမြန်ဆုံးဆက်သွယ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ကုသမှုခံယူပြီး (၁)ပတ်အတွင်း ဓာတုပစ္စည်းနည်းပါးသော၊ ချွေးပေါက်မပိတ်စေသော Skin Care များကိုသာ အသုံးပြုရပါမည်။ Scrubs, Toners, Glycolic Acid, Retinoids (Retin-A or Retinol) ပါသောဆေးများနှင့် Bleaching Creams (အရောင်ချွတ်ခရင်မ်) များကို (၁) ပတ်တိတိမသုံးရပါ။
- ကုသမှုခံယူပြီး (၂၄)နာရီအတွင်းမိတ်ကပ်မလိမ်းရပါ။
- လေဆာကုသမှုအပြီး (၇)ရက်အတွင်း နေရောင်ခြည် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုကို တတ်နိုင်သမျှရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။
- နေလောင်ခံလိမ်းဆေး (SPF 30 or more) အသုံးပြုရန် မှာ အင်မတန်အရေးကြီးသည်။ အပြင်မသွားခင် မိနစ် (၂၀)ကြိုတင်၍ လိမ်းပေးရမည်။ ပြီးလျှင် (၂)နာရီ မှ (၄)နာရီခြား တစ်ခါပြန်လည်၍ ခဏခဏ လိမ်းပေးရမည်။ နေပူထဲသို့တိုက်ရိုက်ထွက်ရမည်ဆိုပါက ဦးထုပ် ဆောင်းပါ။ ကုသမှု ခံယူထားသော နေရာကို လုံခြုံစွာဖုံးအုပ်ပါ။ ယခုအတိုင်း ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အထိ လိုက်နာပါ။