BMA กรุงเทพมหานคร
BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION
ข่าวสาร
ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
ปีที่ ๑๓ ฉบับที่ ๓๒๖ ประจำเดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๖๖

# ส้นเท้าแตก สาเหตุและการดูแล

**ส้นเท้าแตก** เป็นภาวะที่เกิดรอยแยกหรือรอยแตกในผิวหนังกำพร้าบริเวณส้นเท้า เกิดจากภาวะผิวขาดน้ำและอาจเกิดร่วมกับภาวะเคราตินหรือเส้นใยผิวหนังมากเกินไป

**การรักษา** การลดการเกิดความหนาตัวผิดปกติของผิวหนังชั้นนอกด้วยการขัดผิว ตะไบผิว หรือใช้สารที่มีฤทธิ์เร่งผลัดเซลล์ผิว ร่วมกับการให้สารเพิ่มความชุ่มชื้นและฟื้นฟูเกราะป้องกันผิว

- **สารให้ความนุ่มลื่นแก่ผิว(emollients)**

เป็นสารที่มีส่วนประกอบจากไขมัน ช่วยทำให้ผิวมีความชุ่มชื้น ปกคลุมผิวชั้นนอกป้องกันการสูญเสียน้ำจากผิว เช่น ceramides, cyclomethicone, dimethicone copolyol, glyceryl sterates เป็นต้น อาจอยู่ในรูปแบบของขี้ผึ้ง ครีม โลชั่น เจล และสเปรย์

- **สารดูดซับความชุ่มชื้นให้ผิว (humectant)**

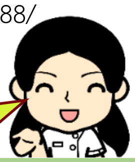
เช่น ยูเรีย กรดแลคติก และกลีเซอรีน ทำหน้าที่เป็นสารช่วยเสริมการรักษาความชุ่มชื้นผิวร่วมกับสาร emollients และช่วยดูดความชุ่มชื้นจากผิว ชั้นหนังแท้เข้าสู่ชั้นหนังกำพร้า ช่วยลดการสูญเสียน้ำจากผิวชั้นในสู่ชั้นนอกของผิวชั้นหนังกำพร้า โดยพบว่ายูเรียที่ความเข้มข้น 10% และ 25% มีฤทธิ์ในการเร่งผลัดเซลล์ผิว ลดการลอกเป็นขุยของผิวชั้นหนังกำพร้าได้ โดยความเข้มข้นของยูเรียที่ใช้ควรเลือกให้เหมาะสมกับความรุนแรงของรอยโรค

**เอกสารอ้างอิง**

1. บุญธิดา มระกูล. ส้นเท้าแตก การดูแลและป้องกัน [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/588/ส้นเท้าแตก/ (วันที่สืบค้นข้อมูล 23 ธันวาคม 2565)

**ผู้ตั้งบทความ** : ภญ.กุลธิดา เหลืองอ่อน E-mail : vck_rx@hotmail.com

ดาวน์โหลดข่าวสารนี้
ที่ QR CODE ด้านล่างค่ะ



กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
๓๒๐ ม.๖ ซ.เคหะชุมชนท่าทราย แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐ โทร. ๐ ๒๕๘๐ ๘๗๘๒