

รวมบทความการตั้งครรภ์ ตั้งแต่สัญญาณการตั้งครรภ์ ไปจนก่อนคลอด
บทความ

ให้นมลูกย่อมผมได้ไหม คุณแม่ต้อง คลอดลูกก็เดือนย่อมผมได้

เม.ย. 24, 2025

5 นาที

หลังจากที่คลอดลูกแล้ว คุณแม่อาจต้องการดูแลสุขภาพความงาม ให้กลับมาสวยสดใสอีกครั้ง การ
ย่อมผมหรือทำสีผมโดยใช้สารเคมี อาจทำให้คุณแม่กังวลใจว่า คลอดลูกก็เดือนย่อมผมได้ ให้นมลูก
ย่อมผมได้ไหม หรือช่วงที่ยังให้นมลูกทำสีผมได้ไหม จริง ๆ แล้วคุณแม่ให้นมลูกสามารถย่อมผมได้
เพียงแค่ต้องระมัดระวังในการเลือกผลิตภัณฑ์ และทำตามคำแนะนำในการย่อมผม

สรุป

- คุณแม่ให้นมลูกสามารถย่อมผมได้ แต่อาจเลือกผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีกลิ่นฉุนรุนแรง ระมัดระวัง
ไม่ให้ยาย่อมผมเป็นรูปร่าง โดยเฉพาะบริเวณหน้าอก หรือเลือกใช้ยาย่อมผมออร์แกนิก
- ก่อนการย่อมผมทุกครั้ง คุณแม่ควรทดสอบการแพ้ โดยทายาย่อมผมจำนวนเล็กน้อยไว้
บริเวณท้องแขนหรือหลังใบหู และหากมีอาการผื่นปฏิกิริยา ไม่ควรใช้ยาย่อมผมเด็ดขาด

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- แม่หลังคลอดให้นมลูกอยู่ ย่อมผมได้ไหม
- หลังคลอดก็เดือนถึงย่อมผมได้
- การทำสีผมส่งผลต่อน้ำนมของคุณแม่ไหม
- สารเคมีในยาย่อมผมอันตรายหรือไม่
- ข้อควรระวังเมื่อทำสีผมช่วงให้นมลูก
- วิธีย่อมผมให้ปลอดภัยสำหรับคุณแม่ให้นมลูก

แม่หลังคลอดให้นมลูกอยู่ ย่อมผมได้ไหม

ช่วงเวลาหลังคลอด คุณแม่อาจรู้สึกอยากเสริมสวย ดูแลตัวเองมากขึ้น ขณะเดียวกันอาจรู้สึกกังวลว่าให้นมลูกย่อมผมได้ไหม เพราะยาย่อมผมมีสารเคมีจะส่งผลกระทบต่อทารก หรือผ่านไปยั้งนานนมหรือไม่ แต่คุณแม่สบายใจได้เลยค่ะ แม้จะให้นมลูกอยู่ก็สามารถย่อมผม ทำสีผม ยืดผม และตัดผมได้

หลังคลอดก็เดือนถึงย่อมผมได้

คุณแม่อาจสงสัยว่า คลอดลูกก็เดือนย่อมผมได้ จริง ๆ แล้วควรเว้นอย่างน้อย 3 เดือนหลังคลอด หรือปรึกษาแพทย์ก่อนทำการย้อมสีผม คุณแม่จะได้สบายใจว่า สุขภาพร่างกายแข็งแรงดีแล้ว พร้อมที่จะใช้สารเคมีย้อมผม

การทำสีผมส่งผลต่อน้ำนมของคุณแม่ไหม

สารเคมีที่ใช้กับเส้นผมจะอยู่ภายนอกร่างกาย ซึ่งจะสัมผัสกับเส้นผมและหนังศีรษะเท่านั้น จึงซึมเข้าสู่กระแสเลือดได้น้อยมาก ๆ คุณแม่หมดห่วงได้ว่า สารเคมีในน้ำยาย่อมผมจะมีผลต่อน้ำนมของคุณแม่ และยังไม่มียาหลักฐานหรืองานวิจัยที่ห้ามใช้น้ำยาย่อมผมอีกด้วยค่ะ

สารเคมีในน้ำยาย่อมผมอันตรายหรือไม่

ปัจจุบันผลิตภัณฑ์ย้อมสีผมที่พบบ่อย แบ่งได้ 3 ชนิด ได้แก่

1. ผลิตภัณฑ์ย้อมผมชนิดชั่วคราว
2. ผลิตภัณฑ์ย้อมผมชนิดกึ่งถาวร
3. ผลิตภัณฑ์ย้อมผมชนิดถาวร แบ่งออกเป็น ประเภทเคลือบสีผม และประเภทซึมเข้าไปในเส้นผม

สำหรับสารเคมีในน้ำยาย่อมผมนั้นมีหลากหลายชนิด โดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ตรวจสอบยาย่อมผมยืนยันว่า ยาย่อมผมที่มีเลขที่ใบรับจดทะเบียน ใช้ชนิดของสารเคมี และปริมาณที่เหมาะสม เป็นไปตามมาตรฐานสากล มีความปลอดภัยในการใช้ย้อมสีผม

ข้อควรระวังเมื่อทำสีผมช่วงให้นมลูก

1. กลิ่นแอมโมเนียบนเส้นผม

ยาย้อมผมบางชนิดมีส่วนผสมแอมโมเนีย กลิ่นที่ฉุนแรงอาจส่งผลต่อสุขภาพของคุณแม่เมื่อสูดดมเข้าไปได้ จึงควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพของคุณแม่ และระมัดระวังไม่ให้น้ำยาย้อมผมเปื้อนร่างกาย โดยเฉพาะบริเวณหน้าอก

2. สารเคมีตกค้างบนผม

สิ่งที่ต้องระวังเมื่อใช้น้ำยาย้อมผม ต้องล้างทำความสะอาดให้ดี ชะล้างสารเคมีออกจากผมให้หมดจด เพื่อป้องกันสารเคมีตกค้างบนเส้นผม

3. กลิ่นน้ำยาย้อมผม

น้ำยาย้อมผมบางชนิดอาจมีกลิ่นที่รุนแรง หรือส่งผลต่อสุขภาพของลูกน้อยได้ คุณแม่จึงควรเลือกน้ำยาที่กลิ่นไม่ฉุนแรง หรือเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ออร์แกนิกแทน

นอกจากนี้ คุณแม่ให้นมลูกที่ต้องการย้อมผมหรือทำสีผม ควรเช็กสุขภาพหนังศีรษะก่อนใช้น้ำยาย้อมผม ไม่ควรใช้เมื่อเป็นโรคผิวหนัง หรือช่วงที่หนังศีรษะเป็นแผล มีรอยถลอก

วิธีย้อมผมให้ปลอดภัยสำหรับคุณแม่ให้นมลูก

1. คุณแม่ให้นมลูกที่ต้องการทำสีผมหรือย้อมผม

ทำได้ทั้งที่ร้านเสริมสวยหรือร้านทำผม หรือหากต้องการย้อมผมด้วยตัวเอง ก็สามารถทำได้ แต่ต้องเลือกสถานที่โปร่ง โล่ง อากาศถ่ายเทได้สะดวก เนื่องจากผลิตภัณฑ์ย้อมผมหรือทำสีผมมักจะมีกลิ่นแรง และควรอยู่ให้ห่างจากเจ้าตัวน้อย

2. เลือกผลิตภัณฑ์ออร์แกนิก หรือผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ

แม้ว่าคุณแม่จะใช้น้ำยาย้อมผมได้ แต่เพื่อความปลอดภัย ควรเลือกผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ หลีกเลี่ยงการใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีกลิ่นฉุนรุนแรง

3. ตรวจสอบให้แน่ใจ ป้องกันการแพ้

ก่อนย้อมผมหรือทำสีผมทุกครั้ง ควรทดสอบการแพ้ โดยทาน้ำยาย้อมผมจำนวนเล็กน้อยไว้บริเวณท้องแขนหรือหลังใบหู และทิ้งไว้ 24-48 ชั่วโมง หากพบความผิดปกติ เกิดการระคายเคือง หรือผื่นคัน ให้หยุดใช้ผลิตภัณฑ์ชนิดนั้น

4. สวมถุงมือทุกครั้งก่อนสัมผัสกับน้ำยาย้อมผม

เมื่อใช้น้ำยาย้อมผมลงบนศีรษะแล้ว ไม่ควรเกาศีรษะแรง ๆ และไม่ควรปล่อยทิ้งน้ำยาย้อมผมให้นานเกินกว่าคำแนะนำ ระหว่างที่ใช้น้ำยาย้อมผม หากเกิดอาการคัน แสบ ร้อน ให้หยุดใช้ทันที แล้วล้างออก

5. ระวังไม่ให้หน้ายาโดนหน้าอก

คุณแม่ควรระวังไม่ให้หน้ายาย้อมผมมาโดนบริเวณหน้าอกและเต้านม เมื่อย้อมผมเสร็จเรียบร้อยแล้ว ควรล้างทำความสะอาดเส้นผมอย่างหมดจดไม่ให้เหลือสารเคมีตกค้าง โดยเฉพาะบริเวณหนังศีรษะ

6. ระวังไม่ให้ลูกจับผม

หลังทำความสะอาดเส้นผมดีแล้ว ในช่วงวันแรก ๆ ควรระวังไม่ให้ลูกจับผม เพราะอาจมีสารเคมีตกค้างได้

7. ใช้หมวกครอบ ลดกลิ่นน้ำยาย้อมผม

หากน้ำยาย้อมผมยังมีกลิ่นแรงอยู่ สามารถใช้หมวกครอบผมเพื่อลดกลิ่นของน้ำยา ในระหว่างให้นมลูก

ที่สำคัญ คุณแม่ให้หมควรใช้น้ำยาย้อมผมอย่างระมัดระวัง ปฏิบัติตามคู่มือและวิธีใช้ ที่สำคัญ ควรเลือกผลิตภัณฑ์คุณภาพ มีฉลากภาษาไทย แจ้งรายละเอียดครบถ้วน เช่น สารทุกชนิดที่ใช้เป็นส่วนผสม ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิต มีแจ้งวันผลิตและวันหมดอายุอย่างชัดเจน และเลือกซื้อจากร้านค้าที่น่าเชื่อถือ

ในช่วงที่คุณแม่ย้อมผม ก็ยังสามารถให้นมลูกได้ตามปกตินะคะ ไม่ควรหยุดให้นมหรือปั๊มนมทิ้ง เพราะน้ำนมแม่ทุกหยดมีค่า ในนมแม่มีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิด เช่น ดีเอชเอ วิตามิน แคลเซียม แอลฟา-แล็คตัลบูมิน และสฟิงโกไมอีลิน ซึ่งช่วยในพัฒนาการสมอง สติปัญญา และการเจริญเติบโตของลูก เจ้าตัวน้อยจึงจำเป็นต้องได้รับนมแม่อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เติบโตขึ้นอย่างแข็งแรง

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่มือใหม่

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- 12 เมนูอาหารคนท้อง คนท้องกินอะไรได้บ้าง ดีต่อสุขภาพครรภ์
- ผ่าคลอดกินข้าวเหนียวได้ไหม แผลจะหายช้าหรือเปล่า
- คนท้องกินกาแฟได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินแตงโมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินเผ็ดได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินชาเย็นได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินโซดาได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า

- คนท้องกินทุเรียนได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินวิตามินซีได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องย้อมผมได้ไหม อันตรายกับลูกในท้องหรือเปล่า
- คนท้องกินยาพาราได้ไหม ทำไมก่อนกินยาคนท้องต้องปรึกษาหมอ

อ้างอิง:

1. ให้นมลูกทำอะไรได้บ้าง ทำฟัน ถอนฟัน ทำสีผม ยืดผม กินอาหารเสริมวิตามิน ใช้ครีมแก้ฝ้า โลชันบำรุงหน้า, ฟักกิลนมแม่ Pekannommae mother and child care
2. แม่ให้นมทำสีผมได้ไหม ยืดผม ตัดผม ได้ไหม, แม่โบ พยาบาลนมแม่และเด็ก หญิงตั้งครรภ์ และหลังคลอด NurseKids
3. Is it safe to use hair dye when I'm pregnant or breastfeeding?, NHS Choices
4. Does postpartum hair dyeing affect breast milk?, Vinmec healthcare system
5. อย. แจง ยาย้อมผมมีความปลอดภัย, อย.

อ้างอิง ณ วันที่ 1 พฤศจิกายน 2567

แชร่ตอนนี่