



夏季愛美除毛 醫師提醒小心潛在風險

Aug 27, 2024

炎熱的夏天，輕薄的夏裝讓許多人開始關注毛髮管理，特別是女性為了保持清爽和美觀，常會選擇除毛。然而，除毛不僅僅涉及到外觀，還牽涉到健康與衛生問題。臺北市立萬芳醫院皮膚科沈孟暎醫師提醒，選擇合適的工具和產品是至關重要的，正確的除毛方式可以有效降低皮膚受損與感染的風險。

每當夏季來臨，肌膚大範圍暴露的時候，現代人對個人外觀的要求愈發講究。許多人會選擇除毛來提升自信和美感。市面上的除毛方式多樣，如剃刀、除毛膏、蜜蠟、雷射等，讓消費者眼花繚亂。沈孟暎建議，選擇除毛方式應根據個人的需求和預算。例如，若追求快速且經濟的處理方式，可以選擇剃刀或除毛膏。使用剃刀時，應先塗抹剃毛膏或刮鬍泡，並順著毛流方向輕輕刮除。除毛膏則是通過化學成分分解毛髮，使其易於擦拭，但敏感肌膚者應慎選，避免引發刺激。

市售的蜜蠟產品適合需要持久效果的小資族，能夠將毛髮連根拔除，維持效果約3至6周。然而，蜜蠟除毛伴隨著較強的疼痛感，並可能引起皮膚刺激、泛紅等副作用，特別是肌膚敏感者應謹慎選用。沈孟暎強調，進行除毛前，務必保持皮膚清潔，並遵照產品說明書操作，以減少潛在風險。除毛不當可能會引發皮膚刺激、過敏反應，甚至毛囊炎，後者常見於剃毛或蜜蠟除毛後，症狀包括紅腫、發癢或疼痛的小膿包。

若追求長效除毛，醫美雷射是一個不錯的選擇。雷射技術透過破壞毛囊達到長期除毛的效果，但需要多次治療才能達成永久性效果，這取決於個人體質和膚質反應。沈孟暎分享了一個案例，一名女性進行小腿毛雷射除毛後出現紅腫水泡，雖然經過治療已無大礙，但這凸顯了在治療前充分了解自身膚質並與醫師溝通的重要性，這樣才能避免不必要的風險，達到理想的除毛效果。

除毛後的護理也不可忽視。使用保濕乳液舒緩肌膚，並避免陽光直射，可以減少皮膚發炎和反黑的風險，保持皮膚健康狀態。沈孟暎醫師再次提醒，選

擇適合的除毛方法與產品，並注意使用前後的護理非常重要。如果自行除毛後出現皮膚異常或過敏反應，應立即停止使用相關產品，並及時就醫，以避免延誤病情，造成更嚴重的後果。



▲臺北市立萬芳醫院皮膚科沈孟暎醫師提醒民眾，選擇合適的工具和產品至關重要，通過正確的除毛方式，可以減少皮膚受損和感染風險。(圖/萬芳醫院提供)