



# ระบบผิวหนัง

นายวรัทภพ ศรวิรรณะ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เราจะถูกคุกคามไปถึงเมื่อไหร่?



Jackson Wang

We Love My Skin?

เราจะเพิกเฉยได้หรือไม่?



jacksonwang852g7  
23.7M followers

[View Profile](#)

**#STOP ASIAN HATE**

Please donate at:  
**GOFUNDME.COM/AAPI**

[View More on Instagram](#)

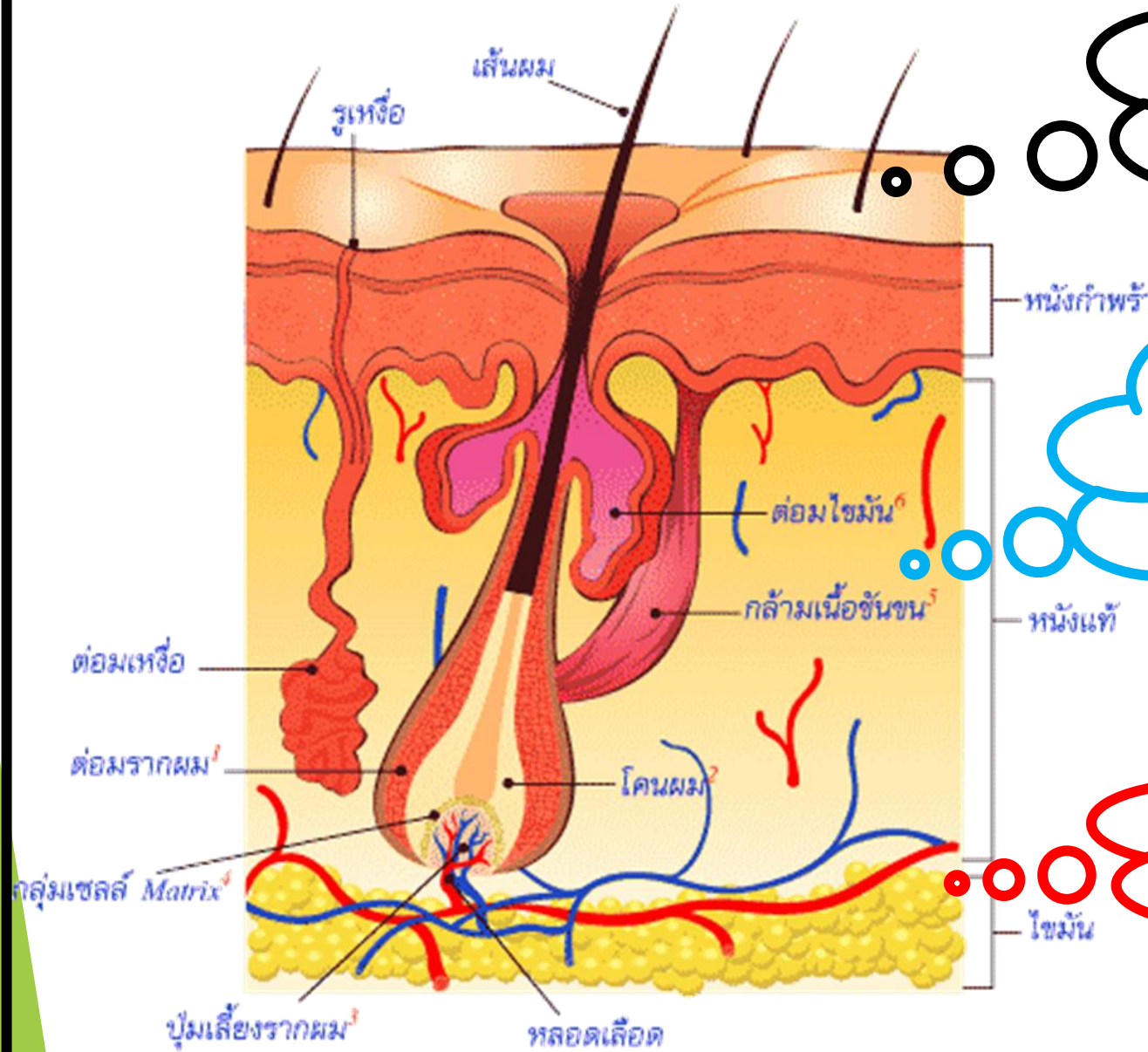


ผิวหนัง  
มีพื้นที่ 1-2 ตารางเมตร  
หนัก 4-5 kg.

แบ่งออกเป็น 3 ชั้น

1. ชั้นหนังกำพร้า (มองเห็นได้)
2. ชั้นหนังแท้ (ใต้หนังกำพร้า)
3. ชั้นใต้หนัง (ชั้นไขมัน)

# ภาพตัดตามขวางของเส้นผม



ชั้นหนังกำพร้า  
หนา 0.1 มม.  
มีเซลล์สร้างเม็ดสี **Melanin**  
ชั้นบนสุดมีเคราติน

ชั้นหนังแท้ **\*\*องค์ประกอบเยื่อใย**  
หนา 1-4 มม.  
ชั้นบนยื่นเข้าไปในหนังกำพร้า

ชั้นใต้หนัง (ชั้นไขมัน)  
ทำหน้าที่ **เชื่อมผิวหนังเข้ากับโครงสร้างใน**  
**ร่างกาย**



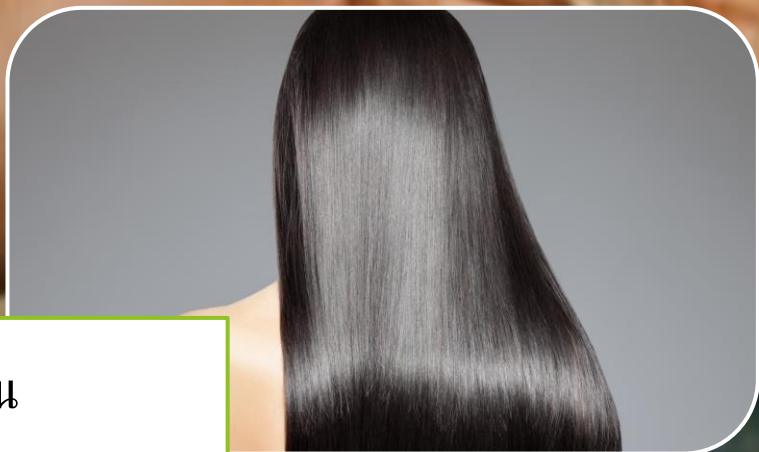
ปกคลุมห่อหุ้มร่างกาย  
ป้องกันแสงแดดและเชื้อโรค



รักษาอุณหภูมิ กระตุ้นต่อมเหงื่อ  
(อารมณ์/ผิวหนัง) ชับน้ำและเกลือแร่



สังเคราะห์วิตามินดี



ขับไขมัน  
เส้นขนเงางาม



แสดงอาการผิดปกติของ  
ร่างกาย

## ผิวหนังกับการให้ยา

### ▶ ทายาบนผิวหนัง



### ▶ ฉีดเข้าหลอดเลือดดำ



### ▶ ฉีดยาเข้าไปในผิวหนัง

เล็บ



เกิดจากหนังกำพร้าชั้นล่างสุด  
เล็บที่เราเห็นจะวางอยู่บนหนังแท้

เล็บขบ



เกิดจาก**ความผิดปกติ**ของเล็บ  
\*\*\***นิ้วหัวแม่เท้า**เป็นบ่อยมาก

เช่น การตัดเล็บ  
การบีบอัดของนิ้ว  
พันธุกรรม

เกิดจากเซลล์ของหนังกำพร้า  
ที่**ออก** ลึกลงไปในชั้นหนังแท้  
กลายเป็น**รูขุมขน**



**ผมและขน**

มีหน้าที่กระจาก  
ความร้อน, ชับเหงื่อ

ผม **หงอก**

เกิดจากการสร้าง**เม็ดสีเมลานิน**ลดลงตามอายุ  
**ฟองอากาศ**แทรกโคนผมมากขึ้น  
**พันธุกรรม**





# วิธีการดูแลสุขภาพผิว



**Gyeol**  
**Gyeol Lemona Collagen**  
 (453 Kcal / 2 g X 60 Pouches)

**2 nano**  
 Small molecule fish collagen 500mg (25%)  
 +  
 Vitamin C 120mg (6%)

collagen  
Lemon flavor



# ใบงานที่ 1 ผิวหนังน่าจับ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนสังเกตผิวหนังของบุคคลในครอบครัว และกรอกข้อมูลตามหัวข้อต่อไปนี้

\*\*\*ทำใส่กระดาษ A4 ตกแต่งให้สวยงาม (10 คะแนน)

ตารางตรวจสอบสุขภาพผิว ของ (ชื่อ-สกุล).....(ใครในครอบครัว).....อายุ.....ปี

ประเภทผิว	มีลักษณะอย่างไร	ใส่ / ในช่อง ที่เลือก		หมายเหตุ : หากเลือก (ดี) ให้เขียนแนวทางสร้างเสริม สุขภาพผิวในแต่ละข้อ หากเลือก (เสีย) ให้เขียนแนวทางแก้ไขสุขภาพผิว
		สุขภาพ ดี	สุขภาพ เสีย	
ผิวหน้า				
ผิวกาย				
เล็บ				
ผม				

THANK YOU