

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและเหตุผลของงานศึกษาวิจัย

เพราะความสดใส แข็งแรง คู่อ่อนเยาว์เป็นความปรารถนาของมนุษย์ทั่วไปไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย ในปัจจุบัน สภาพแวดล้อมทั่วโลก มลภาวะที่เป็นพิษทั้งอากาศ น้ำ เป็นสิ่งที่เราหลีกเลี่ยงไม่ได้ รวมถึงมลพิษทางสังคมที่ก่อให้เกิดความเครียดทั้งทางกายและจิตใจ การขาดการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม

การดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม ได้แก่ การทานอาหารและดื่มน้ำที่ดีมีประโยชน์ การออกกำลังกายที่เหมาะสมตามวัยอย่างสม่ำเสมอ การพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอและมีคุณภาพ แต่เมื่อละเลยการดูแลเอาใจใส่ต่อสุขภาพก็เท่ากับเป็นการสะสมผลผลิตของความเสื่อมไว้ อาการเสื่อมถอยของสุขภาพนั้นเริ่มจากระดับเซลล์ และเมื่อความเสื่อมถูกสะสมมากขึ้นเรื่อยๆ ประกอบกับอายุที่เพิ่มขึ้น จากที่ร่างกายไม่แสดงอาการผิดปกติใดๆ จนในที่สุดร่างกายก็ไม่อาจฟื้นทนต่อความเสื่อมที่เราเป็นผู้ผลิตขึ้นเองได้ ด้วยอาการของโรคต่างๆ

ความเสื่อมเกิดขึ้นจากหลายปัจจัย ได้แก่ อายุที่เพิ่มขึ้น ฮอร์โมนที่บกพร่อง รังสีจากแสงแดด ความบกพร่องทางโภชนาการ ฯ สัญญาณหนึ่งที่บ่งชี้ความเสื่อมและความชราที่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาคือผิวหนังที่เริ่มแห้งกร้าน หยิบกระด้าง รูขุมขนกว้าง ปรากฏริ้วรอยร่องลึก ขาดความชุ่มชื้น ขาดความยืดหยุ่น ผิวบางและเกิดผื่นแพ้ง่าย

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลก รวมทั้งประเทศไทย ได้ให้ความสนใจและมีความเชื่อว่าผลิตภัณฑ์เสริมอาหารคอลลาเจนสามารถช่วยฟื้นฟูสภาพผิวหนังให้กลับมาชุ่มชื้น ยืดหยุ่น และมีสุขภาพดี ซึ่งคอลลาเจนจัดเป็นสารอาหารประเภทโปรตีน จะถูกย่อยเป็นกรดอะมิโนในที่สุด มีผลการวิจัยเกี่ยวกับการรับประทานคอลลาเจนมากมาย แต่ยังไม่มีการศึกษาในคนที่แน่ชัด มีเพียงการศึกษาในสัตว์ทดลองเท่านั้น มีนักวิจัยที่รายงานถึงปริมาณที่ปลอดภัยสูงสุดในการรับประทานไฮโดรไลเซตคอลลาเจนในสัตว์ทดลองคือ 1.66 กรัมต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม ในหนึ่งวัน (Dybka K. and P. Walczak, 2009)¹ แต่อย่างไรก็ตาม ปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้อย่างปลอดภัยตาม

ข้อกำหนดของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาของประเทศไทย ได้อนุญาตให้บริโภคได้ไม่เกิน 10 กรัมต่อวัน

จากอดีตจนถึงปัจจุบัน มนุษย์จึงพยายามคิดค้นนวัตกรรมใหม่ๆ เทคโนโลยีและสารอาหารใหม่ๆ ได้ถูกค้นพบบนโลกใบนี้อย่างมากมาย เพื่อลดหรือชะลอความเสื่อมในร่างกายที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งที่ได้ผลและยังรอการพิสูจน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเทคโนโลยีหรือสารอาหารที่ช่วยส่งเสริมในเรื่องผิวพรรณให้คงความอ่อนเยาว์ หรือฟื้นฟูให้ผิวกลับมาดีมีสุขภาพที่ดีได้ยาวนาน จึงทำให้เป็นที่ต้องการของทุกเพศทุกวัยและมีมูลค่าทางการตลาดที่สูงมาก

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย

เพื่อประเมินผลของการรับประทานคอลลาเจนเสริมต่อความยืดหยุ่นและความชุ่มชื้นของผิว

1.3 สมมุติฐานของการศึกษาวิจัย

1. สมมุติฐานหลัก

- 1.1 ความยืดหยุ่นของผิว หลังการรับประทานคอลลาเจนเสริมมากกว่าความยืดหยุ่นของผวก่อนรับประทานคอลลาเจนเสริม
- 1.2 ความชุ่มชื้นของผิว หลังการรับประทานคอลลาเจนเสริมมากกว่าความชุ่มชื้นของผวก่อนรับประทานคอลลาเจนเสริม

2. สมมุติฐานรอง

อายุที่แตกต่างกันมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของผิวที่แตกต่างกัน เมื่อเปรียบเทียบความยืดหยุ่นและความชุ่มชื้นของผิวหลังการรับประทานคอลลาเจนเสริม

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนจะมีความมั่นใจในการรับประทานคอลลาเจนเสริมว่าจะสามารถช่วยฟื้นฟูสภาพผิวให้ดีขึ้นได้จริง
2. สามารถเป็นแนวทางในการพัฒนาผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อช่วยส่งเสริมในเรื่องผิวพรรณให้คงความอ่อนเยาว์ หรือฟื้นฟูให้ผิวกลับมาดีมีสุขภาพที่ดีขึ้น