



Anti-Aging Medicine Vol. 2
Beauty from inside to outside

เวชศาสตร์ ชะลอวัย

เล่ม
2

ผิวสวย หน้าใส
ด้วยศาสตร์ชะลอวัย

พิมพ์ครั้งที่ 1

ราคา 400 บาท



ศ.ดร.นพ.ธัมม์ทีวีตต์ นรารัตน์วันชัย

สำนักวิชาเวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

เวชศาสตร์ชะลอวัย เล่ม 2

ผิวสวย หน้าใส ด้วยศาสตร์ชะลอวัย

Anti-Aging Medicine Vol. 2
Beauty from inside to outside

หมายเลขมาตรฐานสากลประจำหนังสือ 978-616-423-321-8

ข้อมูลบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

ISBN 978-616-423-321-8

ผู้เขียน

ศ.ดร.นพ.ธัมม์ทิวัตต์ นรรัตน์วันชัย
และคณาจารย์สำนักวิชาเวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ
มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

บรรณาธิการ

ศ.ดร.นพ.ธัมม์ทิวัตต์ นรรัตน์วันชัย

ผู้จัดพิมพ์

ศ.ดร.นพ.ธัมม์ทิวัตต์ นรรัตน์วันชัย

ออกแบบรูปเล่ม/ปก

บมจ.อมรินทร์ พรินติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง

พิมพ์ที่

บมจ.อมรินทร์ พรินติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง

ราคาเล่มละ

400 บาท

คำนำ

หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นเพื่อให้คุณรู้จักดูแลผิวพรรณของตนเอง ถ้าผิวพรรณของคุณดีอยู่แล้ว หนังสือเล่มนี้จะแนะนำวิธีถนอม ดูแล รักษา แนะนำวิธีการเพื่อคงสภาพที่ดีให้นานที่สุด ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของผมร่วง ผมบาง ผิวมัน รอยเหี่ยวย่น จุดด่างดำ สิว รุขุมขนโต ฝ้า เล็บ กลิ่นตัว รวมทั้งเลเซอร์ และเทคโนโลยีใหม่ทางเวชศาสตร์ผิวพรรณและความงาม ทั้งหมดเป็นหัวข้อความรู้ที่กำลังอยู่ในกระแสของผู้คนในยุคปัจจุบันเลยทีเดียว

ท่านสามารถนำข้อมูลที่ได้รับจากหนังสือเล่มนี้ไปใช้ประยุกต์ในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ทุกๆ วันของท่านได้ปฏิบัติ ดูแล ป้องกัน แก้ไขสุขภาพของผิวหนังอย่างคนที่ “รู้จริง และรู้ลึก” นอกจากนี้ในเล่มนี้ยังมีข้อปลีกย่อยต่างๆ เช่น การเลือกใช้เครื่องสำอาง เพื่อให้คุณรู้ถึงสิ่งดี-ไม่ดี เหมาะสม-ไม่เหมาะสม ทั้งนี้เพื่อประโยชน์สำหรับตัวท่านเอง ครอบครัว และคนรอบข้างในการดูแลผิวพรรณโดยอาศัยหลักเวชศาสตร์ชะลอวัย

หนังสือเล่มนี้ข้าพเจ้าได้รวบรวมบทความที่เหล่าคณาจารย์ของสำนักวิชาได้ช่วยกันสอนนักศึกษาเวชศาสตร์-วิทยาศาสตร์ชะลอวัย และตจวิทยา เป็นบทความที่ได้รับการเผยแพร่ตามวารสารวิชาการต่างๆ มาเรียบเรียงรวมเป็นเล่มเพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอนในวิชา 2002709 : Cosmetic dermatology and aging skin, 2003709 : Basic knowledge of aesthetic dermatology and aging skin care, 2003707 : Laboratory in anti aging and regenerative science clinic I, 2003708 : Laboratory in anti aging and regenerative science clinic II, 2002707 : Anti-Aging

and regenerative medicine clinic I, 2002708 : Anti-Aging and regenerative medicine clinic II, 1703402 : Anti-Aging and Rejuvenation Medicine ของนักศึกษา Beauty Technology และใช้เป็นคู่มือค้นคว้าของนักศึกษาตจวทยา เป็นต้น

ข้าพเจ้าเชื่อมั่นว่า หนังสือ “เวชศาสตร์ชะลอวัย เล่ม 2” จะมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อนักศึกษาตจวทยา เวชศาสตร์-วิทยาศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ และนักศึกษาหลักสูตร Beauty Technology สำนักวิชาเวชศาสตร์เครื่องสำอาง มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง รวมทั้งประชาชนผู้สนใจในการดูแลผิวพรรณเป็นอย่างดี และขอรับรองว่า ถ้าท่านปฏิบัติตาม ท่านจะมีผิวพรรณงดงามและปราศจากโรคผิวหนังต่างๆ อย่างแน่นอน

ศ.ดร.นพ.ธัมม์ทิวัตต์ นรรัตน์วันชัย (ปิติ พลังวชิรา)

สำนักวิชาเวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
38/11-13 อาคารอโศกเพลส ถ.อโศกมนตรี ซ.สุขุมวิท 21
แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110
ตุลาคม 2559



คำนิยม

อาตมาได้อ่านหนังสือเล่มนี้ อ่านแล้วก็ทราบได้ทันทีว่าผู้เขียน (อาจารย์หมอบิติ) มีจุดประสงค์หลักเพื่อให้ทุกท่านได้รับความรู้เบื้องต้นในการดูแลผิวพรรณตามหลักวิชา เวชศาสตร์ชะลอวัย ทั้งนี้เพื่อวัตถุประสงค์ในการดูแลป้องกัน รักษาผิวพรรณได้อย่างครอบคลุม เพื่อผลลัพธ์สุดท้ายคือการมีสุขภาพผิวที่ดีจากภายในสู่ภายนอก

มนุษย์เราทุกคนจริงอยู่มีอาจหลุดพ้นจากความทุกข์ทรมาน อันเกิดจากความเจ็บป่วย การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ซึ่งเป็นสัจธรรมแห่งชีวิต แต่ก่อนจะถึงบที่สุดท้ายแห่งสัจธรรมดังกล่าว ท่านควรต้องต่อสู้กับสรรพสิ่งต่างๆ ด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง อดทน ด้วยกำลังใจที่มี รวมทั้งการมีความรู้ด้านศาสตร์ชะลอวัยเพิ่มขึ้น ทั้งหมดจะทำให้ท่านสามารถดูแลตัวเองได้ดีขึ้น เพื่อให้คุ้มกับการเกิดมาเป็นมนุษย์ การดูแลรักษาตัวเองนั้น ไม่ใช่เพื่อตัวเองแต่เพื่อบุคคลที่ท่านรักและคนที่รักท่าน

หนังสือเล่มนี้อาจารย์หมอบิติ ซึ่งเป็นปรมาจารย์ทางด้านผิวหนังมายาวนาน และเหล่าคณาจารย์ในสำนักวิชาเวชศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงหลายท่านได้ร่วมเขียนเพื่อเป็นมรดกตกทอดให้กับลูกหลานชาวไทยไว้ศึกษา เพื่อการดูแลตัวเองด้านสุขภาพร่างกายและผิวพรรณให้แข็งแรงเพื่อตัวเองจะได้อยู่อย่าง เป็นสุข อาตมาขอชื่นชมทากับอาจารย์หมอบิติอีกครั้ง และหวังว่าหนังสือเล่มนี้ คงเป็นประโยชน์แก่นักศึกษาและประชาชนชาวไทยตลอดกาลนาน

พระมหาอารมย์ ฐิริปัญโญ

ประธานสงฆ์วัดป่าเส้า ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่



Thaidham Alliance Ltd.
The Innovation of Health & Beauty



*Feel Good
&
Look Good*



ผู้นำนวัตกรรมสุขภาพและความงาม

THE INNOVATION *of* HEALTH & BEAUTY

NIA

สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ
www.nia.or.th

New Entrepreneurs' Creative
NEC
Innovation Awards 2014

บริษัทรางวัลนวัตกรรมแห่งชาติ ปี 2012 รางวัลผู้ประกอบการใหม่ยอดเยี่ยม
โดยสำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ
กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

NEC AWARD ปี 2014
กระทรวงอุตสาหกรรม

Facebook: Thaidham Alliance
Fanpage: Thaidham Alliance fanpage
Email: thaidhamalliance@hotmail.com
ID Line : thaidham
www.thaidham.com

Tel. 02-363-7699, 085-920-6609

คิดถึงสุขภาพและความงาม คิดถึงไทยธรรม อัลโลแอนซ์