**Meso Fat**

Meso Fat คือ การฉีดตัวยาที่ช่วยสลายไขมันลงในชั้นไขมัน เป็นวิธีการลดไขมันและลดเซลลูไลท์เฉพาะจุดแบบไม่ต้องผ่าตัด เพื่อช่วยลดและกระชับสัดส่วนให้ได้รูปตามต้องการ หลักการทำงานของการฉีดสลายไขมันเมโสแฟต คือการใช้ตัวยาช่วยให้ไขมันแตกตัว หรือสลายตัว หลังจากนั้นไขมันจะถูกขับออกทางระบบขับถ่าย ทำให้ไขมันบริเวณที่ฉีดลดลง โดยมีสารออกฤทธิ์หลัก ๆ คือ

Artichoke extract (Cynara scolymus) ทำหน้าที่กระตุ้นการสังเคราะห์ coenzyme ในกระบวนการ anabolism ลดเนื้อเยื่อไขมัน ลดการสังเคราะห์กรดไขมัน เหมาะกับคนที่น้ำหนักตัวเกิน ต้องการลดไขมันเฉพาะจุด ฉีดลดแก้ม หรือต้องการลดเซลลูไลท์

Mesostabyl (Polyunsaturated phosphatidylcholine) ทำหน้าที่กระตุ้นการทำงานของเอนไซม์ lipase, ลดการสร้าง triglyceride ยับยั้งการสร้าง cholessterol ในเนื้อเยื่อ

L-carnitine ทำให้ร่างกายดึงไขมันมาใช้เป็นพลังงานมากขึ้น เปลี่ยนไขมันเป็นพลังงาน (fat burn)

**เมโสแฟตที่มี L-carnitine จะดึงไขมันมาใช้เป็นพลังงาน**

1. triglyceride ช่วยเพิ่มการย่อยสลาย triglyceride
2. Tyrosine เพิ่ม fat metabolism ทำให้ไขมันแตกตัวเล็กลง และถูกขับออก
3. Aesculus hippocastanum (horse chestnut) ลดการบวมน้ำ
4. Juglans regia (Walnut) เพิ่มการไหลเวียนของเลือด เพิ่มการเผาผลาญ ลดอาการบวมน้ำ
5. Nicotiana tabacum กระตุ้น catecholamine ทำให้เกิด lipolysis

เมโสแฟต ช่วยในการสลายไขมัน จึงเหมาะสำหรับคนที่ต้องการลดสัดส่วนจุดต่าง ๆ ของร่างกาย ให้ลดลงเร็วขึ้นจากวิธีปกติ ฉีดลดแก้ม เหนียง ลดขนาดต้นแขน ต้นขา สะโพก และลดไขมันในจุดที่มีการสะสมมาก ๆ

**เมโสแฟตกับโบท็อก ต่างกันอย่างไร**

เมโสแฟตจะช่วยสลายไขมัน ส่วนโบท็อกเป็นโปรตีนที่ออกฤทธิ์ระงับการทำงานของกล้ามเนื้อ เมื่อกล้ามเนื้อไม่ได้ใช้งานสักระยะนึง จะฝ่อหดเล็กลงชั่วคราวประมาณ 6-8 เดือน ทำให้เนื้อยุบล ทั้งเมโสแฟต และ โบท็อก สามารถทำให้สัดส่วนของร่างกายบริเวณนั้นมีขนาดเล็กลงได้จากทั้งไขมันและกล้ามเนื้อที่เล็กลง ซึ่งแพทย์ก็จะช่วยประเมินว่าในบริเวณที่เราต้องการจะลดเป็นไขมันหรือกล้ามเนื้อมากกว่ากัน ทำให้เลือกแก้ไขได้ตรงจุด แต่เราก็สามารถเลือกทำทั้ง 2 อย่างคู่กัน เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ไวขึ้นได้

**เมโสแฟตสูตรที่อันตราย**มี 2 ชนิด คือ

**สเตียรอยด์**

ปกติแพทย์ผิวหนังจะใช้ในการฉีดสิว ฉีดคีลอยด์ ใช้ในปริมาณที่น้อยจะปลอดภัย แต่ถูกนำมาใช้ผิดวิธี มักผสมสเตียรอยด์ปริมาณมากในเมโสแฟตที่ไม่ผ่าน อย. เพราะต้นทุนต่ำ เห็นผลไว แต่ เมื่อฉีดหลายๆ ครั้งจะทำให้หน้าบวมกว่าเดิม และเสี่ยงต่อการอักเสบติดเชื้อง่ายขึ้น เนื่องจากกดภูมิคุ้มกันของร่ายกาย

**ยาสลายฟิลเลอร์ ชื่อว่า Hyaluronidase**

Hyaluronidase ปกติจะใช้ในการฉีดสลายฟิลเลอร์ได้อย่างปลอดภัย แต่บางคลินิกนำมาใช้ผิดวิธี โดยการฉีดปริมาณมาก ๆ ทำให้คอลลาเจนในผิวถูกย่อยสลายออกไป ทำให้เนื้อยุบลงอย่างรวดเร็ว จึงเป็นที่นิยมเนื่องจาก ต้นทุนต่ำ และเห็นผลไว เมื่อฉีดหลาย ๆ ครั้ง จะทำให้เกิดริ้วรอยก่อนวัย และผิวหย่อนลงเนื่องจากคอลลาเจนเสื่อมลง

**บริเวณที่สามารถฉีดเมโสแฟต**

เมโสแฟต สามารถฉีดสลายไขมันได้หลายจุดที่นิยมคือการฉีดลดไขมันหน้า ฉีดสลายไขมันแก้ม ใต้คาง เหนียง จะช่วยปรับรูปหน้าให้ดูเรียวขึ้น และจุดอื่นๆ ที่สามารถฉีดสลายไขมันได้เช่นกัน ได้แก่ หน้าท้อง ต้นแขน ต้นขา น่อง สะโพก

**ฉีดเมโสแฟตเหนียง**

เหนียงเกิดจากการสะสมของไขมันที่อยู่ใต้คาง และการหย่อนคล้อยของผิวเมื่ออายุมากขึ้นครับ หากไม่ดูแลตัวเอง ขาดการออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่มีไขมันมากๆ จึงทำให้เกิดไขมันสะสมได้ง่าย

**ฉีดเมโสแฟตหน้าท้อง**

ฉีดลดไขมันหน้าท้อง ด้วยเมโสแฟต จะช่วยลดไขมันส่วนเกินและลดสัดส่วนบริเวณหน้าท้อง แต่การฉีดเมโสแฟตต้องทำควบคู่กับการดูแลสุขภาพ ทั้งเรื่องของอาหารและการออกกำลังกาย เพื่อป้องกันไม่ให้ไขมันกลับมาสะสมได้ใหม่

**ฉีดเมโสแฟต ต้นแขน ต้นขา**

ในการลดต้นแขน ต้นขา ต้องดูว่าจุดที่คนไข้ต้องการลดเป็นกล้ามเนื้อหรือไขมัน สามารถใช้ได้ทั้งโบท็อกและเมโสแฟต

**ฉีดเมโสแฟตน่อง**

สำหรับน่องไม่แนะนำให้ทำเมโสแฟต แนะนำโบท็อกจะเห็นผลชัดเจนกว่า เพราะบริเวณน่องของเคสส่วนมากจะเป็นกล้ามเนื้อ มีไขมันน้อยมาก พบในคนที่ชอบปั่นจักรยาน วิ่ง ชอบใส่ส้นสูง และเดินเยอะ สามารถใช้โบท็อกลดน่องได้

**เมโสแฟต ข้อดี**

1. หลังฉีดไม่ต้องพักฟื้น
2. บวมช้ำน้อย (อาจบวมเป็นปริมาณยาได้ ใน 3 - 4 ชั่วโมงแรก)
3. ใช้เวลาในการฉีดไม่นาน
4. เห็นผลเร็ว
5. ปลอดภัยสูง
6. ราคาไม่แพง

ข้อดี ของการฉีด Meso fat คือ ช่วยขจัดไขมันส่วนเกิน ทั้งบริเวณใบหน้าและอวัยวะอื่นๆ ให้ได้สัดส่วนที่ต้องการอย่างรวดเร็ว เหมาะกับคนที่ไม่อยากผ่าตัดและไม่มีเวลาพักฟื้น

**เมโสแฟต ข้อเสีย**

ข้อเสีย ของการฉีด Meso fat คือ ไม่สามารถเห็นผลได้ทันทีเหมือนการดูดไขมันครับ ต้องอาศัยระยะเวลาประมาณ 1-2 สัปดาห์ จึงจะเห็นผลลัพธ์ของตัวยาที่ฉีดเข้าไปและเมโสแฟตไม่เหมาะกับคนที่มีปริมาณไขมันมากๆ อาจต้องฉีดประมาณ 4-5 ครั้ง จึงจะเห็นผลที่ชัดเจน ทั้งนี้ควรให้แพทย์ประเมินว่าปริมาณไขมันในจุดนั้นเหมาะกับการฉีดเมโสแฟตหรือไม่

นอกจากนี้ตัวยา Meso fat หลายตัวยังไม่ได้ผ่านการรับรองจากองค์การอาหารและยาในประเทศไทย และยังไม่มีผลวิจัยใดๆ รับรองว่าสารเหล่านั้นจะสามารถสลายไขมันให้ร่างกายได้จริง เพื่อความปลอดภัยควรเลือกคลินิกฉีดเมโสแฟตที่ได้มาตรฐาน ใช้ตัวยาที่ผ่านการรับรองจากอย.แล้วเท่านั้น

**ข้อปฏิบัติและข้อห้ามหลังฉีดเมโสแฟตแก้ม/เหนียง**

1. หลังทำแฟตแก้มไม่ควรกดหรือนวดในบริเวณที่ฉีด ตัวยาจะค่อยๆซึมยุบไปเอง
2. ควรดื่มน้ำให้เพียงพอ อย่างน้อยวันละ 2 ลิตร การดื่มน้ำจะช่วยให้ไขมันถูกขับออกจากร่างกายได้มากขึ้น
3. เปลี่ยนพฤติกรรมการทานอาหาร เพื่อไม่ให้ไขมันกลับมาอีก
4. หลังทำแฟตแก้มควรหลีกเลี่ยงการอบซาวหน้า นวดหน้า หรือทำเลเซอร์อย่างน้อย 1 สัปดาห์
5. หลังจากทำแฟตแก้มควรหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์

**ฉีดเมโสแฟตลดเหนียง บวมกี่วัน**

อาการบวมหลังฉีดเมโสแฟตจะยุบลงได้เองในระยะเวลาประมาณ 3-4 ชั่วโมง บางเคสที่เคยฉีดแก้มอาจจะบอกว่ารู้สึกหน้าบวมมาก บวมเหมือนอมลูกอมหลายๆ เม็ดพร้อมกัน เป็นเรื่องปกติ ไม่อันตรายและสามารถยุบหายไปได้เอง เนื่องจากทำงานของตัวยา Meso fat จะทำปฏิกิริยาให้ไขมันแตกตัว

**เมโสแฟต ต้องฉีดกี่ครั้ง**

ฉีดเมโสแฟตในครั้งแรก จะเห็นผลว่าบริเวณที่ฉีดเริ่มยุบลงภายใน 5-7 วัน หลังจากนั้น 2-3 สัปดาห์ จึงจะเห็นผลลัพธ์อย่างเต็มที่ สามารถกลับมาฉีดเมโสแฟตซ้ำได้ตามคำแนะนำของแพทย์ หากคนไข้ต้องการผลลัพธ์ที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะเคสที่มีไขมันมาก อาจฉีด 4-5 ครั้ง และการฉีดต่อเนื่องจะช่วยให้ผลลัพธ์อยู่ได้นานขึ้น

**เมโสแฟตอยู่ได้นานกี่เดือน**

Meso Fat อยู่ได้นานแค่ไหน จะขึ้นอยู่กับการใช้ชีวิตประจำวัน การรับประทานอาหารด้วยเช่นกันครับ แต่ปกติแล้วจะสามารถรักษาผลลัพธ์ได้นาน 2-3 เดือน ถ้าดูแลตัวเอง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หลีกเลี่ยงของทอด ของมัน ไม่เพิ่มไขมันให้ตัวเองก็จะช่วยรักษาผลลัพธ์ให้อยู่ได้นานขึ้น

**ฉีดเมโสแฟตยี่ห้อไหนดี**

ตัวยาเมโสแฟตมีหลายยี่ห้อครับ แต่ละยี่ห้อมีคุณสมบัติที่แตกต่างกัน โดยปกติหมอจะประเมินปัญหาและความต้องการของคนไข้ก่อน จากนั้นถึงจะแนะนำยี่ห้อเมโสแฟตที่เหมาะสมให้ เพื่อผลลัพธ์ดีที่สุด