



'สฟิงโกโมอีลิน'

สำคัญสำหรับลูกน้อยยุค5จี

ด้วยความก้าวหน้าของเทคโนโลยีในปัจจุบันทำให้การเสริมสร้างพัฒนาการของลูกน้อยดูมีทางเลือกที่หลากหลายกว่าในยุคก่อน ทำให้คุณพ่อคุณแม่หลายคนตั้งคำถามว่าอะไรคือปัจจัยสำคัญที่สร้างความแตกต่าง



ดร.นพ.เวียง สัจจรัตน์-
ผศ.นพ.วรสิทธิ์ ศิริพรพาณิชย์

ให้แก่การพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็ก และควรจะให้ความสำคัญกับอะไรบ้างเพื่อให้ลูกรักเติบโตมามีสติปัญญาที่ชาญฉลาดทันโลก และการเปลี่ยนแปลงในอนาคต

ก่อนจะหาสารพัดวิธีมาสร้างเสริมพัฒนาการให้ลูกนั้น คุณพ่อคุณแม่ควรเริ่มทำความเข้าใจเกี่ยวกับระบบการทำงานของสมองกันซะก่อน เพราะสมองนั้นถือว่าเป็นส่วนที่สำคัญที่สุดที่ช่วยควบคุม สร้างพัฒนาการ การเรียนรู้ จนไปสู่ความสำเร็จในอนาคตของเด็กทุกคน

ผศ.นพ.วรสิทธิ์ ศิริพรพาณิชย์ กุมารแพทย์ โรคระบบประสาท อาจารย์ประจำศูนย์วิจัยประสาทวิทยาศาสตร์ สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล มหาวิทยาลัยมหิดล เผยว่า การเชื่อมโยงการทำงาน

ของเซลล์ประสาทในสมองแต่ละส่วน อันเป็นกลไกที่สำคัญที่สุดในการทำงานของสมอง ต้องเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว การทำงานของสมองจึงจะมีประสิทธิภาพ และสิ่งที่จะช่วยให้การส่งสัญญาณเพื่อเชื่อมโยงสมองในแต่ละส่วนเกิดขึ้นได้ดีนั้นมิตัวด้วยกันหลายวิธี

เริ่มตั้งแต่การดูแลเอาใจใส่และการเลี้ยงดูของพ่อแม่อย่างใกล้ชิด ให้เด็กเรียนรู้ผ่านการศึกษาทำกิจกรรมนั้นๆ เป็นประจำ รวมถึงตัวแปรสำคัญที่เป็นส่วนประกอบสำคัญ



ของสมอง ซึ่งก็คือ โมนีลิน โดยร่างกายจะเริ่มสร้างตั้งแต่อยู่ในครรภ์และสร้างอย่างต่อเนื่องอย่างรวดเร็วภายใน 2 ปีแรกหลังคลอด ซึ่งหนึ่งสารอาหารสำคัญในการสร้างโมนีลิน คือสารอาหารในกลุ่มไขมัน โดยเฉพาะสฟิงโกโมอีลิน ซึ่งพบมากในนมแม่ ผลิตภัณฑ์จากพวคนม และไข่

“เพราะสมองของลูกนั้นทำงานเชื่อมโยงกันเป็นระบบ แม้แต่แต่ละส่วนจะมีหน้าที่ที่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นส่วนของความคิด ส่วนควบคุมการเคลื่อนไหว หรือส่วนของอารมณ์ แต่กิจกรรมต่างๆ ของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นการคลาน เดิน การพูด การวิ่งเล่น หัวเราะ หรือร้องไห้ นั้น สมองแต่ละส่วนจะต้องมาทำงานร่วมกันเพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตั้งเป้าไว้ โดยเซลล์ประสาทในสมองแต่ละส่วนจะทำงานเชื่อมโยงกันผ่านวงจรประสาทในสมองที่เชื่อมต่อการทำงานของสมองแต่ละส่วนเข้าด้วยกัน ซึ่งยิ่งถ้าสมองสามารถติดต่อสื่อสารกันได้รวดเร็วขึ้นเท่าไร จะทำให้การเรียนรู้และพัฒนาการต่างๆ เป็นไปอย่างมี

**“สฟิงโกโมอีลิน” พบมาก
ในนมแม่ นม ผลิตภัณฑ์นม
จะมีส่วนช่วยในการสร้าง
พลาสมาอีลิน ซึ่งมีผลต่อการทำงานของ
สมอง**

คม ชัด ลึก

Khom Chad Luek
Circulation: 300,000
Ad Rate: 1,760

Section: First Section/-

วันที่: จันทร์ 20 พฤษภาคม 2562

ปีที่: 18

ฉบับที่: 6327

หน้า: 12(บน)

Col.Inch: 67.04

Ad Value: 117,990.40

PRValue (x3): 353,971.20

คลิป: สีสี่

หัวข้อข่าว: 'สปิงโกไมอีลิน' สำคัญสำหรับลูกนอญยุค5จี

ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น” ผู้เชี่ยวชาญแนะนำ
ด้าน ดร.นพ.วิทยา สังขรัตน์ อาจารย์
ประจำภาควิชารังสีวิทยา และศูนย์รังสี
วินิจฉัยก้าวหน้า คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัย
มหิดล ให้ข้อมูลว่า ปัจจุบันการตรวจ
สมองสามารถทำได้ถึง 5 มิติ เช่น ใน
การตรวจการทำงานของสมอง พบว่าถ้ามี
กิจกรรมหนึ่งเกิดขึ้น สมองจะมีการทำงาน
และเชื่อมโยงกันในหลายๆ ส่วนและ
ทำงานประสานกันเป็นเครือข่าย อีกด้าน
หนึ่งเราก็สามารถตรวจหาเครือข่ายใย
สมองและความสมบูรณ์ของมันได้ อนึ่ง
ใยสมองมีไมอีลินเป็นส่วนประกอบที่สำคัญ



และเราก็สามารถวัดค่าสร้างภาพได้ด้วย
เทคนิคใหม่ๆ ของเอ็มอาร์ไอแล้ว
“การเพิ่มความเร็วในการส่งสัญญาณ
ของสมองต้องอาศัยการสร้างปลอกไมอีลิน
ซึ่งเริ่มสร้างตั้งแต่อยู่ในครรภ์และสร้าง
อย่างต่อเนื่องอย่างรวดเร็วภายใน 2 ปีแรก
หลังคลอด และถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
และหนึ่งในสารอาหารสำคัญในการสร้าง
ไมอีลิน คือ “สปิงโกไมอีลิน” ที่พบมากใน
นมแม่ นม ผลิตภัณฑ์นม โดยการรับประทาน
อาหารให้ครบ 5 หมู่ ประกอบกับการเลี้ยงดู
เปิดโอกาสในการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับ
ช่วงวัย จะมีส่วนช่วยในการสร้างปลอก
ไมอีลิน ซึ่งมีผลต่อการทำงานของสมอง”
ดร.นพ.วิทยา กล่าว