

“สมุนไพรไทย...ในการบำบัดมือเกลือ”

นิภาพร เมืองจันทร์, กลุ่มวิชาชีวเภสัชศาสตร์

การบำบัดมือเกลือ...คืออะไร หลายๆ ท่านอาจจะยังไม่รู้จัก การบำบัดมือเกลือ เป็นการให้ความร้อนผ่านหม้อที่ใส่เกลือ (ใช้เกลือสมุทร) วางบนสมุนไพร และห่อด้วยผ้า ประคบลงบนหน้าท้อง^{1,2} ในสมัยโบราณจะทำการบำบัดมือเกลือให้กับหญิงหลังคลอดเท่านั้น² โดยตัวสมุนไพรจะช่วยทำให้มดลูกแข็งและกลับเข้าอุ้งได้เร็วขึ้น ช่วยในการขับน้ำคาวปลา สลายไขมันส่วนเกิน ทำให้เลือดไหลเวียนได้ดี แก้อาการปวดเมื่อยเอว หลัง อาการปวดสะโพกทั้งสองข้าง และตามร่างกายบริเวณต่างๆ^{1,3} ในปัจจุบัน กระบวนการบำบัดมือเกลือได้กลับมานิยมกัน โดยเฉพาะในหญิงหลังคลอดเท่านั้น แต่ยังเป็นที่น่าสนใจสำหรับผู้ที่ต้องการลดส่วนเกิน ผิวพรรณเปล่งปลั่ง ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องกระชับ รวมทั้งคนที่มักจะมีอาการปวดเมื่อยตามตัวบ่อยๆ สำหรับหญิงหลังคลอด หากคลอดปกติ สามารถทำการบำบัดมือเกลือได้ประมาณวันที่ 12 หลังคลอด แต่ถ้าคลอดโดยวิธีการผ่าตัด จะต้องรอให้ครบเดือน หรือแผลแห้งสนิทดี ประมาณ 45 วัน จึงจะประคบหน้าท้องได้ **ข้อห้าม**ในการทำคือ **กรณีที่มีไข้** ห้ามทำเด็ดขาด

สมุนไพรสำหรับบำบัดมือเกลือ...สมุนไพรที่นิยมในการบำบัดมือเกลือ ส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรที่ให้น้ำมันหอมระเหย ได้แก่ ไพล ว่านนางคำ การบูร ใบพลับพลึง นอกจากนี้ ยังมีสมุนไพรชนิดอื่นๆ ที่สามารถนำมาใช้ได้ เช่น ว่านชักมดลูก ว่านสากเหล็ก ว่านร้อนทอง ขมิ้นอ้อย ขมิ้นชัน กำยาน พิมเสน ส่วนใบไม้ที่ใช้แทนใบพลับพลึง ได้แก่ ใบข่า ใบละหุ่ง หรือใบยอ² ในที่นี้จะขอกล่าวถึงสมุนไพรที่เป็นที่นิยม คือ **ไพล ว่านนางคำ และพลับพลึง**

....ไพล....

ไพล (*Zingiber cassumunar* Roxb.) เป็นสมุนไพรที่อยู่ในวงศ์ Zingiberaceae เป็นพืชล้มลุกขึ้นเป็นกอมีลำต้นใต้ดิน ลักษณะเป็นเหง้าใหญ่ เนื้อในสีเหลืองแกมเขียว มีกลิ่นเฉพาะ ใบเดี่ยวเรียงสลับ รูปรียาวปลายแหลม ดอกเป็นช่อรูปกรวย แทงออกจากเหง้าใต้ดิน กลีบดอกสีนวล ใบประดับสีม่วง มีฤทธิ์ลดการอักเสบ โดยการศึกษาทางด้านเภสัชวิทยาของไพล พบว่าสาร *cassumunarins* ที่พบในไพล มีฤทธิ์ต้านการอักเสบในสัตว์ทดลอง ซึ่งสารดังกล่าวมีฤทธิ์ดีกว่า *curcumin* สาร (E)-4-(3',4'-dimethylphenyl) but-3-en-1-ol จากไพลมีฤทธิ์แก้ปวดเมื่อทดสอบในสัตว์ทดลอง การศึกษาเบื้องต้นทางคลินิกพบว่าไพลเจลให้ผลในการรักษาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดข้อ และอาการเคล็ดต่างๆ^{4,5} นอกจากนี้ ไพลยังใช้เป็นยาชาเฉพาะที่ และมีฤทธิ์ต้านฮีสตามีน ต้านแบคทีเรีย และเชื้อรา ต้านการหดเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบ และไม่ทำให้เกิดพิษ และการก่อกลายพันธุ์ในสัตว์ทดลอง^{4,5,6}



....พลับพลึง....

พลับพลึงมีชื่อทางวิทยาศาสตร์คือ *Crinum asiaticum* L. อยู่ในวงศ์ Amaryllidaceae เป็นพืชล้มลุกหัวใต้ดินเป็นหัวกลม ลำต้นเหนือดินอวบกลม สูงประมาณ 0.5 เมตร ประกอบด้วยกาบสีขาวหุ้มซ้อนกันเป็นชั้นๆ ใบออกรอบๆ ลำต้น ปลายใบแหลม ขอบใบเป็นคลื่น ใบอวบน้ำหนา ออกดอกเป็นกระจุกขนาดใหญ่ที่ปลายก้าน

มีดอกย่อยสีขาวประมาณ 12-40 ดอก แต่ละดอกยาวประมาณ 15 เซนติเมตร ผลค่อนข้างกลม สีเขียวอ่อน

สรรพคุณทางยาของพลับพลึง....ส่วนต่างๆ ของพลับพลึงมีคุณสมบัติในการรักษาคือ^{7,8}

ใบ...สามารถรักษาอาการปวดเมื่อย กล้ามเนื้ออักเสบ แก้อาการฟกช้ำปวดบวมได้ ในหญิงหลังคลอดเชื่อว่าช่วยทำให้มดลูกเข้าอู่ ขับน้ำคาวปลา และขับของเสียต่างๆ ออกจากร่างกาย จึงนิยมใช้ในการทับหม้อเกลือ

เมล็ด....สามารถขับเลือดประจำเดือนได้

ราก...สามารถนำมาตำพอกแผลได้

หัว...ส่วนหัวของพลับพลึงมีพิษ หากรับประทานจะทำให้เกิดอาการท้องเสียได้

...ว่านนางคำ.....

ว่านนางคำ (*Curcuma aromatic* Salisb.) จัดอยู่ในวงศ์ขิง (Zingiberaceae)

เป็นไม้ล้มลุก เหง้า และหัวสีเหลืองมีกลิ่นหอม ใบเดี่ยวออกเป็นกระจุกใกล้ราก

ประมาณ 5-7 ใบ รูปใบหอกกว้าง ปลายเรียวแหลม ท้องใบมีขน ในว่านนางคำ

มีสาร curcuminoid ที่ช่วยลดอนุมูลอิสระ และช่วยปรับสภาพผิวให้ขาวขึ้น

และมีสาร phytochemicals อื่นๆ ที่ช่วยบำรุงผิวให้เนียนนุ่มขาวนวล

ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาอื่นๆ ของว่านนางคำ พบว่า สามารถยับยั้งเนื้องอก

ทำให้เกิดการสร้างแอนติบอดี ด้านเชื้อแบคทีเรีย ยีสต์ เชื้อรา และไวรัส

ยับยั้งการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ ด้านการชัก ยับยั้งคอเลสเทอรอลใน

เลือด และเร่งการสมานแผลได้ดีด้วย

การทดสอบความเป็นพิษในสัตว์ทดลองพบว่า น้ำมันหอมระเหยจากส่วนเหง้าของว่าน

นางคำ มีค่า LC_{50} เท่ากับ 655 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัวหนึ่งกิโลกรัม ถ้าสกัดด้วยเอทานอล 90% ค่า LD_{50} จะ

เท่ากับ 1 กรัม ต่อน้ำหนักตัวหนึ่งกิโลกรัม



จะเห็นว่า ภูมิปัญญาไทย และสมุนไพรไทยนั้นมีคุณค่าอันกอปรด้วยคุณค่าแก่การอนุรักษ์รักษาให้อยู่เคียงคู่กับชนชาติไทย นอกจากเราจะได้ใช้ของดีในราคาที่เหมาะสมกับสภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันแล้ว ยังเป็นการส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น และสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสมุนไพรไทยด้วย⁴

เอกสารอ้างอิง

1. การทับหม้อเกลือด้วยสมุนไพรให้หน้าท้องยุบ. 2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://www.mohnapa.com/index.php?lay=show&ac=article&Id=385458&Ntype=777>. Accessed December 18, 2008.
2. ทับหม้อเกลือ ทบึงหลังคลอด. 2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://thaiherbclinic.com/node/27>. Accessed December 18, 2008.
3. การทับหม้อเกลือ.2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://www.lukprakobthai.com/mcontents/marticle.php?Ntype=1&id=69960>. Accessed December 19, 2008.

4. ไผ. 2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://www.greenfieldnature.com/index.php?lay=show&ac=article>. Accessed December 19, 2008.
5. ประโยชน์ของไผ. 2008; [7 screen]. Available at : URL : <http://www.loeidoae.go.th/thali/Data/ไผ.doc>. Accessed December 19, 2008.
6. ครีมน้ำมันขมิ้นชันจากน้ำมันหอมระเหยไผ. 2008; [1 screen]. Available at : URL : http://www.home.kku.ac.th/info/month_06june_50.htm. Accessed December 19, 2008.
7. พลับพลึง. 2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://www.thaigoodview.com/library/studentshow/st2545/5-5/no25/plumpong.html>. Accessed December 19, 2008.
8. พลับพลึง. 2008; [1 screen]. Available at : URL : <http://images.google.co.th/imgres?imgurl=http://www.it49decha.th.gs/web-i/t49decha/image/plub-plueng-thisone>. Accessed December 19, 2008.