



วารสารสมุนไพร

อัญชลี ภูทะพุทธิ*

ชยันต์ พิเชียรสุนทร†

สมชัย บวรกิตติ†

การจัดทำคอลัมน์วารสารสมุนไพรการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก มีจุดมุ่งหมายเพื่อนำเสนอเอกสารสิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวข้องของนักวิชาการไทย แล้วรวบรวมไปจัดพิมพ์เป็นเล่มสารานุกรมของหน่วยงาน ซึ่งหวังว่าจะเป็นประโยชน์ในการค้นเอกสารอ้างอิง และในการวางแผนวิจัยไม่ซ้ำซ้อน.

กินอย่างไทย - ไกลโรค

ศรีสมร คงพันธุ์

บรรณาธิการอำนวยการนิตยสารครัว

สารคดีราช ๒๕๔๐;๔๙:๑๐๒๘-๙.

อาหารไทยโดยรวมแต่ละมื้อมีส่วนประกอบที่ให้ประโยชน์ต่อร่างกาย โดยมีสารอาหารสำคัญครบในปริมาณที่ไม่มากเกินไป. ส่วนประกอบในอาหารไทยไม่เพียงแต่ให้คุณค่าครบในเชิงสารอาหารด้านโภชนาการ ส่วนประกอบบางชนิดยังมีคุณสมบัติเป็นยาด้วย.

สรรพคุณลดน้ำตาลในเลือดของพันธุ์ไม้ไทย

มาลี บรรจบ, สุริดา ไชยราช

สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

วารสารวิชาการสาธารณสุข ๒๕๔๒;๘:๕๘๖-๕๙.

บทความปฏิบัติการนี้เสนอข้อมูลจากการศึกษาวิจัยสรรพคุณลดน้ำตาลในเลือดของพันธุ์ไม้ในประเทศไทยต่างๆ ที่เผยแพร่ในเอกสารสิ่งพิมพ์ทั้งภายในและต่างประเทศในช่วง พ.ศ. ๒๕๒๕-๒๕๔๑ รวม ๘๑ รายการ พบพืช ๕๔ ชนิดใน ๓๖

*กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข

†สำนักวิทยาศาสตร์ ราชบัณฑิตยสถาน

วงศ์ มีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดในสัตว์ทดลองและ/หรือในคน; ได้คัดพืชที่มีศักยภาพที่อาจพัฒนาเป็นยาลดน้ำตาลในเลือดได้ ๑๐ ชนิด คือ นิโครธ, ตำลึง, มะระ, หอมใหญ่, บัวหลวง, บอระเพ็ด, มะตูม, กระเทียม, กะเพรา แลว่านหางจระเข้.

คุณสมบัติยับยั้งแบคทีเรียยาสีฟันสมุนไพร : การทดสอบเชื้อในห้องปฏิบัติการและเชื้อที่แยกจากผู้ป่วย

ชลธิชา อมรจันทร์*, วราภรณ์ จรรยาประเสริฐ**, กัลยา ตันตพูนท์*, สักวา นาคี*, ธนียา หมวดเชียงคะ*

*คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, **คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

วารสารวิชาการสาธารณสุข ๒๕๔๒;๘:๒๐๒

การศึกษาฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อสเตรปโตค็อกคัส มิวแทนส์ มาตรฐาน สายพันธุ์ GS-5 ของยาสีฟันสมุนไพรดอกบัวด้วยวิธีแพร่กระจายสารจากแผ่นกระดาษซับมาตรฐาน พบว่ามีประสิทธิภาพยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อสเตรปโตค็อกคัส มิวแทนส์ สายพันธุ์ GS-5 ได้.

สำหรับการศึกษาทางคลินิกได้ทดสอบฤทธิ์ของยาสีฟันสมุนไพรในการยับยั้งมิวแทนส์ สเตรปโตค็อกคัส ที่แยกจากน้ำลายผู้ป่วยจำนวน ๕๐ ราย หลังจากนั้นให้ผู้ป่วยแปรงฟัน

ด้วยยาสิฟันสมุนไพรนาน ๑ นาที วันละ ๒ ครั้ง เป็นเวลา ๓ เดือน เมื่อครบกำหนดเวลา ๓ เดือน แยกเชื้อจากน้ำลายผู้ป่วยแล้วนำมาทดสอบอีกครั้ง พบว่า ยาสิฟันสมุนไพรดอกบัวคุ่มีประสิทธิภาพยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อไมวแทนส์สเตร็ปโตค็อกคัส จากน้ำลายผู้ป่วยได้ และเมื่อผู้ป่วยใช้ยาสิฟันไปนาน ๓ เดือน ยาสิฟันนี้ยังสามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อได้ในความเข้มข้นเท่าเดิม ไม่มีการดื้อยาเกิดขึ้น.

การศึกษาประสิทธิภาพของครีมน้ำมันตะไคร้ในการรักษาโรคกลาก

พรรณแข มโหสิริยะ*, อังคณา ฉายประเสริฐ**, ทวีศักดิ์ สุนทรธนาศาสตร์***, รัมภา หลินปิยวรรณ*, ไฉน เหมือนประสาท*, พรพรรณ หัวหาญ**

*ภาควิชาตจวิทยา และ**ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะแพทย-ศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, กทม. ๑๐๗๐๐, ***สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, กรุงเทพมหานคร

สารคิรราช ๒๕๔๔;๕๓:๖๔๗-๕๑.

การศึกษาน้ำมันตะไคร้ (*Cymbopogon citratus*) ในการรักษาโรคกลากผิวหนัง ในผู้ป่วย ๘๑ ราย โดยสุ่มแบ่งผู้ป่วยออกเป็น ๒ กลุ่ม. กลุ่มหนึ่ง ๔๓ รายได้รับยาครีม คลอไทรมาโซล และอีกกลุ่ม ๓๘ รายได้รับครีมน้ำมันตะไคร้ความเข้มข้นร้อยละ ๒.๕ ทาวันละ ๒ ครั้ง (เช้า-เย็น) ต่อต่อกัน ๔ สัปดาห์. ผู้ป่วยทุกรายได้รับการตรวจและบันทึกรอยโรคและจุดตรวจเชื้อราโดยวิธี KOH preparation และเพาะเชื้อราก่อนรักษาและหลังรักษา ๒ และ ๔ สัปดาห์ตามลำดับ. ผู้ป่วย ๒๕ ราย (ร้อยละ ๓๐.๙) ได้รับการรักษาไม่ครบกำหนด (๒๔ รายไม่มาตามนัด และ ๑ รายเกิดผิวหนังอักเสบบริเวณทายา). กลุ่มที่รักษาครบด้วยคลอไทรมาโซล ๓๐ ราย รักษาหายร้อยละ ๕๓.๓ และกลุ่มที่รักษาด้วยครีมน้ำมันตะไคร้ ๒๖ รายรักษาหายร้อยละ ๒๖.๙ ไม่พบพิษและผลข้างเคียงจากการรักษา แต่ยังคงพบเชื้อ. ผู้ทำการศึกษารายว่า citral ที่เป็นสารออกฤทธิ์ของน้ำมันตะไคร้ ซึ่งอุณหภูมิสูงของอากาศในประเทศไทยอาจทำให้ความเข้มข้นลดลงเมื่อใช้เป็นยาทารักษา ทำให้ได้ประสิทธิภาพไม่ดี ซึ่งจะต้องทำการศึกษาต่อไป.

ลักษณะทางเภสัชเวชของเห้้ม

ประนอม เดชวิศิษฐ์กุล*, รพีพล ภโวาท†, ไพริน ทองคุ่ม*, ตถาพร ไม้สน*

*สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์, †คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วารสารกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ๒๕๔๕;๔๔:๑-๑๐.

เห้้มเป็นสมุนไพรที่มีการนำมาใช้อย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะชายแดนเขตติดต่อกับประเทศลาว โดยอ้างว่าเป็นสมุนไพรนำเข้ามาจากประเทศลาว มีการกล่าวอ้างสรรพคุณอย่างมากมาย จึงมีผู้นำมาทดลองใช้เป็นจำนวนมาก เห้้มมีลักษณะภายนอกคล้ายกับลำต้นของพืชที่มีชื่อเรียกว่ามันเครือ ซึ่งมีผู้รายงานว่าเป็น *Arcangelisia flava* (L.) Merr. วงศ์ Menispermaceae ด้วยความสับสนในการเรียกชื่อ สมุนไพรเห้้มได้ถูกนำไปใช้ภายใต้ชื่อสมุนไพรมันเครือ ซึ่งเป็นพืชพื้นเมืองของไทยที่ใช้กันมานาน เพื่อแก้ความสับสนดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้ติดตามพืชเพื่อให้ทราบแหล่งกำเนิด ตรวจสอบชื่อชนิดทางวิทยาศาสตร์ และศึกษาลักษณะทางเภสัชเวช เพื่อใช้เป็นเอกลักษณ์ในการตรวจสอบชื่อชนิดสมุนไพร ผลการตรวจสอบลักษณะพืชตามหลักพฤกษอนุกรมวิธาน และการศึกษาลักษณะทางเภสัชเวชของสมุนไพร พบว่าเห้้มเป็นสมุนไพรที่ได้จากลำต้นของพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Coscinium fenestratum* (Gaertn.) Colebr. วงศ์ Menispermaceae เอกลักษณ์ทางเภสัชเวชของลำต้นและใบเห้้มได้จัดทำเป็นภาพวาดพร้อมคำบรรยาย ซึ่งส่วนใดส่วนหนึ่งไม่ว่าจะเป็นลำต้นหรือใบ สามารถนำไปเป็นข้อมูลจำเพาะสำหรับการตรวจสอบชื่อของชนิดสมุนไพรได้ ตัวอย่างลำต้นแห้งของเห้้มได้จัดเก็บและกำกับชื่อสำหรับเป็นสมุนไพรอ้างอิง (authentic crude drug) ไว้ที่สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์.

ข้อกำหนดทางเคมีและกายภาพของเถาว์ลิ้งเปี๊ยะประไพ วงศ์ลินคัมมัน*, เย็นจิตร เตชะดำรงสิน**, ปราณี ชวลิต-ธำรง*, ธิติรัตน์ บุญรอด*, จารีย์ บันสิทธิ์*

*สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ และ**สถาบันการแพทย์ไทย-จีน เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรี ๑๑๐๐๐

วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
๒๕๔๗;๒:๑๘-๓๔.

เถาวัลย์เปรียง (*Derris scandens* (Roxb.) Benth. เป็นสมุนไพรที่ใช้เถาเป็นยาขับปัสสาวะ แก้ปวด แก้ไข้ และบรรเทาอาการปวดกล้ามเนื้อ. เนื่องจากสมุนไพรชนิดนี้ยังไม่มีข้อกำหนดด้านมาตรฐานคุณภาพ จึงทำการศึกษาองค์ประกอบทางเคมีและกายภาพของเถาวัลย์เปรียงที่เก็บจากแหล่งธรรมชาติในภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลางจำนวน ๑๖ ตัวอย่าง โดยการตรวจวิเคราะห์ปริมาณเถ้ารวม, ปริมาณเถ้าที่ไม่ละลายในกรด, ปริมาณสารสกัดด้วยน้ำ, ปริมาณสารสกัดด้วยเอทานอลร้อยละ ๕๐, ปริมาณสารสกัดด้วยเอทานอลร้อยละ ๙๕, ปริมาณความชื้น, และดัชนีการเกิดฟอง, รวมทั้งได้พิสูจน์เอกลักษณ์ทางเคมีด้วยวิธีรังสีเลเซอร์และวิธีโครมาโทกราฟีที่สมรรถนะสูง. ผลการศึกษาทำให้สามารถจัดทำข้อกำหนดทางเคมีและกายภาพของสมุนไพรชนิดนี้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการควบคุมคุณภาพของวัตถุดิบและผลิตภัณฑ์สุขภาพจากสมุนไพรเถาวัลย์เปรียง.

การศึกษาความเป็นพิษของสมุนไพรบัวบก

ทรงพล ชีวะพัฒน์*, ปรานี ขวลิตร่าง*, เอมมนัส อัดติวิชญ์*, ธิรัตน์ บุญรอด*, จารีย์ บันสิทธิ์*, ทรงพล ผดุงพัฒน์*, สมเกียรติ ปัญญาเมือง*, จิราญ มิ่งเมือง*

*สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรี ๑๑๐๐๐

วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ๒๕๔๗;
๒:๓-๑๗.

การศึกษาพิษเฉียบพลันของสมุนไพรบัวบก (*Centella asiatica* (L.) Urban) ในหนูถีบจักร พันธุ์ ICR ๒๐ ตัวพบว่าผงบัวบกที่ทำให้หนูถีบจักรตายร้อยละ ๕๐ มีขนาดสูงกว่า ๘ กก./กก. และตรวจไม่พบความผิดปกติของเนื้อเยื่ออวัยวะภายใน. การศึกษาพิษเรื้อรังในหนูแรดพันธุ์วิสตา ๖ กลุ่ม ๆ ละ ๓๐ ตัว (เพศละ ๑๕ ตัว): กลุ่มที่ ๑ เป็นกลุ่มควบคุมด้วยน้ำ; กลุ่มที่ ๒ - ๕ เป็นกลุ่มทดลองได้กินผงบัวบกวันละ ๒๐, ๒๐๐, ๖๐๐ และ ๑,๒๐๐ มก./กก. เป็นเวลา ๖ เดือน; กลุ่มที่ ๖ เป็นกลุ่มศึกษาการฟื้นตัวโดยได้รับผงบัวบกวันละ ๑,๒๐๐ มก./กก. และเจาะเลือดตรวจหลังหยุดยา ๒ สัปดาห์. หนูทุกกลุ่มหลังกินยาครบ ๖ เดือน มีน้ำหนักตัว การกินอาหาร และ

สุขภาพไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม; ผลการเจาะเลือดตรวจพบว่าหนูที่ได้รับผงบัวบกวันละ ๖๐๐ และ ๑,๒๐๐ มก./กก. มีจำนวนเม็ดเลือดขาวน้อยกว่าหนูกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ค่า $P < 0.05$) และพบระดับโซเดียมและคลอไรด์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ค่า $P < 0.05$) แต่การเปลี่ยนแปลงมีค่าอยู่ในเกณฑ์ปกติ; เลือดเจาะหลังหยุดกินบัวบก ๒ สัปดาห์พบจำนวนเม็ดเลือดขาวเพิ่มขึ้น. ผลการตรวจเนื้อเยื่ออวัยวะไม่พบการเปลี่ยนแปลงที่บ่งชี้ความเป็นพิษ จึงสรุปว่าผงบัวบกไม่มีพิษต่อหนูแรดพันธุ์วิสตา.

ผลการใช้น้ำมันหอมระเหยลาเวนเดอร์ต่อการนอนไม่หลับในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า

กฤษณ์ จริยาปยุตต์เลิศ*, เวทีส ประทุมศรี**

*คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี

**กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลเมืองฉะเชิงเทรา

วารสารสาธารณสุข ม.บูรพา ๒๕๔๙;๑:๔๗-๕๑

การศึกษากาใช้น้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากยอดดอกของต้นลาเวนเดอร์ (*Lavandula angustifolia*) เพื่อบรรเทาการนอนไม่หลับแบบการศึกษาควบคุมทางเดียว (single-blind) ในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ๓๓ คน (กลุ่มควบคุม ๑๕ คน กลุ่มรักษา ๑๘ คน) โดยใช้แบบสอบถามการนอนหลับฉะเชิงเทรา ที่พัฒนาจากแบบสอบถามการนอนหลับของโรงพยาบาลเซนต์แมรี (SMH sleep) แสดงว่ากลุ่มรักษามีค่าคะแนนเฉลี่ยลดลงจากค่าฐาน คือจาก ๒๗.๗๘ เหลือ ๑๑.๗๒ และ ๙.๓๙ ในวันที่ ๒ และ ๓ ตามลำดับ. ค่าเฉลี่ยต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ค่า P เท่ากับ ๐.๐๔๑ และ ๐.๐๒๕). ผู้วิจัยสรุปว่าน้ำมันหอมระเหยลาเวนเดอร์สามารถช่วยเพิ่มปริมาณและคุณภาพการนอนหลับของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า.

คุณภาพด้านจุลชีววิทยาของผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางผสมสมุนไพร ระหว่างปี ๒๕๔๕-๒๕๔๘

สิรินันท์ ไทยตระกูลพานิช, สิริมา สายรวมญาติ, สุวรรณ เอียรอังกูร

กองเครื่องสำอางและวัตถุอันตราย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

วารสารวิชาการสาธารณสุข ๒๕๔๙;๑๕:๗๗๘-๗๖.

ผลสำรวจคุณภาพด้านจุลชีววิทยาของผลิตภัณฑ์เครื่อง

ลำอาจผสมสมุนไพรชนิดต่าง ๆ ของกองเครื่องสำอางและวัตถุอันตราย กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ซึ่งดำเนินการระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๔๘ โดยใช้เกณฑ์มาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม มอก. ๑๕๒-๒๕๓๙ พบว่า จากผลิตภัณฑ์ที่สำรวจรวมทั้งสิ้น ๘๘๑ ตัวอย่าง พบไม่เข้ามาตรฐาน ๒๓๖ ตัวอย่าง (ร้อยละ ๒๖.๘) โดยมีสาเหตุจากปริมาณจุลินทรีย์ปนเปื้อนเกินมาตรฐาน (๑,๐๐๐ โคโลนี) รวม ๒๒๙ ตัวอย่าง โดยพบแบคทีเรีย *Clostridium* spp. ปนเปื้อนถึง ๔๕ ตัวอย่าง เครื่องสำอางผสมสมุนไพรที่พบไม่เข้ามาตรฐานมากที่สุด คือ ผลิตภัณฑ์ประเภทผง ครีม โคลน พอก/ขัดสำหรับบริเวณใบหน้า จำนวน ๑๒๑ จาก ๒๐๑ ตัวอย่าง (ร้อยละ ๖๐.๒) และสำหรับบริเวณลำตัว จำนวน ๕๔ จาก ๑๑๑ ตัวอย่าง (ร้อยละ ๔๘.๖) เครื่องสำอางผสมสมุนไพรที่ไม่เข้ามาตรฐานร้อยละ ๒๖.๑ (๑๕๐/๕๗๕ ตัวอย่าง) ผลิตจากบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนจำกัด และร้อยละ ๒๘.๖ (๕๕/๑๙๒ ตัวอย่าง) ไม่ทราบแหล่งผลิต ผู้บริโภคจึงควรเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางที่มีรายละเอียดฉลากสินค้าครบถ้วนจากผู้ผลิตและผู้จำหน่ายที่น่าเชื่อถือ.

การลดความเจ็บปวดด้วยการนวดสัมผัสในผู้ป่วยผ่าตัดยึดตรึงกระดูกหน้าแข้งด้วยแผ่นโลหะโรงพยาบาลบ้านโป่ง

พิชาติ ดลเฉลิมยุทธนา, สมสมัย ภัทรดิตรัตน์, วณิดา อินทรสันติ, พรพชร จันทาภิรมย์, อัญชลี ทองกระจาย
โรงพยาบาลบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี

วารสารวิชาการสาธารณสุข ๒๕๕๐;๑๖:๒๓๔-๔๔.

การวิจัยเชิงกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดผลก่อน - หลัง ทดลอง เพื่อลดความเจ็บปวดแผลผ่าตัดด้วยการนวดสัมผัสในผู้ป่วยผ่าตัดยึดตรึงกระดูกหน้าแข้งด้วยแผ่นโลหะ ตั้งแต่เดือนเมษายนถึงสิงหาคม ๒๕๔๘. กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยในเพศชาย อายุ ๑๗ ปีขึ้นไป สัญชาติไทย มีกระดูกหน้าแข้งหัก ๑ ตำแหน่ง ไม่มีการบาดเจ็บรุนแรงที่ส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย มีสติสัมปชัญญะดี และอ่านเขียนหนังสือไทยได้ จำนวน ๓๐ ราย. เก็บข้อมูลด้วยแบบวัดความเจ็บปวด BS-11 ของ Jansen และคณะ โดยให้ผู้ป่วยประเมินระดับความเจ็บปวดของตนเอง.

การศึกษาพบว่า ภายใน ๓ วันแรก ผู้ป่วยเจ็บปวดแผลผ่าตัด (๓-๕ ครั้ง) เฉลี่ย ๔ ครั้ง เจ็บปวดรุนแรง ๓๕ ครั้ง

(ร้อยละ ๒๙.๒), ปานกลาง ๓๑ ครั้ง (ร้อยละ ๒๕.๘) และเจ็บปวดเล็กน้อย ๕๔ ครั้ง (ร้อยละ ๔๕.๐). หลังนวดเสร็จทันทีความเจ็บปวดลดลงเฉลี่ย ๓.๑๒ คะแนน (เฉลี่ยระหว่าง ๒.๘๓ - ๓.๔๑ คะแนน) ซึ่งลดลงอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับค่า $p < 0.001$. หลังนวด ๓๐ นาที และหลังการนวดสัมผัสแล้ว มีผู้ป่วยขอใช้ยาแก้ปวด ๒๘ ครั้ง (ร้อยละ ๔๒.๔๒). หลังนวดสัมผัสภายใน ๓ วันแรกยังไม่พบภาวะแทรกซ้อนใด ๆ เกิดขึ้นเลย. ผู้ป่วยมากกว่าร้อยละ ๙๗ เห็นว่า การนวดสัมผัสช่วยลดความเจ็บปวดแผลผ่าตัดได้ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อคลายเครียดและลดความวิตกกังวล.

ประสิทธิผลของการนวดแผนไทยแบบราชสำนักในผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อ

เจตน์ จอห์น เทพทรงวัฒน์, รจวรรณ ศุภกุล, ศิรดา ภาณุพัฒน์พงศ์, จันทนัฐ วิทวัสกุล, พัฒนเกติ ชีวะก้องเกียรติ, วัชรพงษ์คำ, จิรยุทธ เมธาสิทธิ์, อรรถพล จิระดีพลัง, สุรวรรณ วงศ์จิตรภาพร, วิษณุ ธรรมลิขิตกุล

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

สารศิริราช ๒๕๔๙;๕๘:๗๐๒-๔

วัตถุประสงค์ : เพื่อทราบประสิทธิผลของการรักษาผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณไหล่ หลัง และคอด้วยการนวดแผนไทยแบบราชสำนัก.

วิธีการ: ผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณไหล่ หลัง และคอจำนวน ๑๑๕ คนได้รับการนวดแผนไทยแบบราชสำนักที่คลินิกอายุรเวช โรงพยาบาลศิริราช และโรงเรียนอายุรเวช พหุโยธิน ระหว่างเดือนเมษายนถึงพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๗ ประเมินประสิทธิผลของการรักษาโดยสอบถามความรุนแรงของการปวดก่อนและหลังการรักษาด้วยการนวด ด้วยคะแนนความปวดตั้งแต่ ๐ (ไม่ปวด) จนถึง ๑๐ (ปวดมากที่สุดจนทนไม่ได้).

ผลการศึกษา : ผู้ป่วยจำนวน ๑๑๕ คน เป็นหญิง ๘๘ คน (ร้อยละ ๗๖.๕) อายุเฉลี่ย ๔๗.๙ ปี ผู้ป่วยร้อยละ ๔๕.๒, ๔๐.๙, และ ๒๖.๑ มีอาการปวดไหล่ หลัง และคอตามลำดับระยะเวลาที่มีอาการเฉลี่ย ๔ เดือน คะแนนความรุนแรงของอาการปวดโดยเฉลี่ยก่อนการนวดมีค่า ๗ และคะแนนความรุนแรงของการปวดโดยเฉลี่ยภายหลังการนวดมีค่า ๓ ($p < 0.001$), ผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อก่อนได้รับการนวดมี

คะแนนความรุนแรงของอาการปวดเท่ากับหรือน้อยกว่า ๓ (ปวดเล็กน้อย) เพียงร้อยละ ๓.๕ ในขณะที่คะแนนความรุนแรงของการปวดเท่ากับหรือน้อยกว่า ๓ ภายหลังได้รับการนวดมีเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๗๙.๑ ($p < 0.001$), ไม่พบผลข้างเคียงและภาวะแทรกซ้อนจากการนวด.

สรุป: การนวดแผนไทยแบบราชสำนักน่าจะมีประสิทธิผลในการรักษาผู้ที่มีอาการปวดกล้ามเนื้อบริเวณไหล่ หลัง และคอ.

การดูแลสุขภาพหญิงหลังคลอดด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน : กรณีศึกษาชุมชนมอญ วัดหงส์ปทุมวาส จังหวัดปทุมธานี

กฤษมา ศรียากุล

ศูนย์การแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ธรรมศาสตร์เวชสาร ๒๕๔๙;๖:๔๒๕-๓๓.

การดูแลสุขภาพหญิงหลังคลอดเป็นวัฒนธรรมสุขภาพอีกวัฒนธรรมหนึ่งที่สืบทอดภูมิปัญญาจากบรรพบุรุษ ซึ่งวิถีการปฏิบัติที่ใช้นอกจากจะช่วยบำรุงรักษาสุขภาพหญิงหลังคลอดแล้ว ยังมีผลทางจิตใจทำให้รู้สึกอบอุ่นปลอดภัย.

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาองค์ความรู้วิธีการปฏิบัติตนของหญิงหลังคลอด และวิเคราะห์ วิธีการดูแลสุขภาพหญิงหลังคลอดด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านอย่างเป็นเหตุเป็นผล โดยเลือกพื้นที่ชุมชนมอญ วัดหงส์ปทุมวาส จังหวัดปทุมธานี เนื่องจากเป็นชุมชนเมืองแต่ยังมีการดูแลสุขภาพหลังคลอดด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านโดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน.

วิธีการ : เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เจาะลึกและการสังเกตแบบมีส่วนร่วม แบ่งเป็นสองกลุ่ม คือ ๑) หญิงหลังคลอด ๖-๘ สัปดาห์ จำนวน ๘ ราย และ ๒) ผู้ดูแลหลังคลอดที่ได้รับความเชื่อถือจากชุมชน จำนวน ๑ ราย ผลการศึกษา พบว่าหญิงหลังคลอดทั้ง ๘ มีความเชื่อและได้รับคำแนะนำจากบรรพบุรุษเรื่องการดูแลสุขภาพหลังคลอดด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้าน โดยการอยู่ไฟ หรือ นึ่งหม้อเกลือหลังคลอด จะช่วยให้ผิวพรรณดี ร่างกายแข็งแรง สดส่วนร่างกายได้รูปทรงไม่เจ็บป่วยง่ายและสามารถทำงานหนักได้ ส่วนผู้ดูแลหญิงหลังคลอดมีความรู้ความเข้าใจในวัตถุประสงค์ของวิธีการและประโยชน์อย่างชัดเจน โดยรับรองความรู้จากบรรพบุรุษและยังคงถือปฏิบัติมาจนถึงปัจจุบัน โดยได้ประยุกต์วิธีการบางขั้น

ตอนให้สะดวกยิ่งขึ้น เพื่อให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตในสังคมปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม แต่หลักการยังคงเดิม.

เมื่อนำวิธีการในการดูแลสุขภาพหลังคลอดด้วยภูมิปัญญาพื้นบ้านมาวิเคราะห์เชิงเหตุผลสามารถอธิบายได้ว่า การนวดตัวช่วยเพิ่มขบวนการเมตาบอลิซึมในร่างกาย อาจสามารถลดการคั่งของของเสียและไขมันได้ การประคบร้อนด้วยสมุนไพร ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ลดอาการคัดของเต้านม การทาผิวและประคบสมุนไพรสมุนไพรในลูกประคบ เช่น โพล ขมิ้นชัน มีสารเคอร์คูมินอยด์ช่วยลดผื่นคัน และลดปวด และคลายกล้ามเนื้อ ไบโमेซามมีกรดผลไม้ ช่วยกระตุ้นชั้นหนังกำพร้าให้ลอกตัวเร็วขึ้น ช่วยลดรอยดำที่เกิดจากฮอร์โมนขณะตั้งครรภ์ การประคบสมุนไพรที่มีความร้อนและการกดแรง ๆ ร่วมกับการดื่มน้ำอุ่นมาก ๆ ช่วยกระตุ้นการขับของเสียออกจากเซลล์ และมีการแลกเปลี่ยนสารเกลือแร่ในร่างกายได้มากขึ้น อาจช่วยลดภาวะตะคริวหลังคลอดได้ การเข้ากระโจมเป็นการใช้ความร้อนขึ้นร่วมกับสมุนไพรส่งผลให้มีการขับถ่ายของเสียทางผิวหนังมากขึ้น และกลิ่นของสมุนไพรช่วยคลายเครียด ทำให้สดชื่น การนึ่งถ่านขณะอยู่ในกระโจม ซึ่งใช้ความร้อนและตัวยาสมุนไพรกลุ่มที่มีสารเคอร์คูมินอยด์ สามารถช่วยให้แผลฝีเย็บแห้ง ลดอาการบวม ลดอาการปวด และแผลหายเร็วขึ้น.

การประเมินความพึงพอใจพบว่าหญิงหลังคลอดทุกคนมีความพึงพอใจ ทั้งในทางด้านร่างกายและจิตใจ หลังจากการได้รับการบริการดูแลสุขภาพหลังคลอด เนื่องจากช่วยลดอาการปวดเกร็งหน้าขา ปวดหลังปวดเอวขณะให้นมลูก ผิวพรรณหน้าและร่างกายผุดผ่อง มีน้ำมีนวล หน้าอกนุ่มลง ลูกสามารถดูดนมได้ สะโพกเล็กลง สัดส่วนของร่างกายกลับคืนสภาพเดิมอย่างรวดเร็ว.

การเปรียบเทียบสารองค์ประกอบเคมีของน้ำมันดอกจันทน์ที่สกัดโดยการกลั่นด้วยไอน้ำ, ด้วยตัวทำละลาย และด้วยวิธีของเฟอราจ

วรฤทัย เป็นสุข*, ธนีสร์ ปทุมานนท์*, ชัยนัต พิเชียรสุนทร**

*ภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์และเภสัชวินิจฉัย คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, **สำนักวิทยาศาสตร์ ราชบัณฑิตยสถาน
วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ๒๕๕๐;๕: ๓๐-๓๘.

จำปี (*Michelia alba* DC) ให้ดอกไม้หอมที่คนไทยนำไปใช้ประโยชน์จากกลิ่นตั้งแต่โบราณกาล. การสกัดน้ำมันหอมดอกจำปีทำได้หลายวิธี. คณะผู้วิจัยนี้ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบสารเคมีของน้ำมันหอมดอกจำปีที่ได้จากการสกัด ๓ วิธี คือ การกลั่นด้วยไอน้ำ, การสกัดด้วยเฮกเซน และการสกัดด้วยวิธีของเฟอร่าจที่ใช้ไซควายในการสกัด, แล้วเปรียบเทียบสารเคมีองค์ประกอบด้วยเทคนิคแก๊สโครมาโทกราฟี-แมสสเปคโตรเมทรี. น้ำมันหอมดอกจำปีจากการกลั่นด้วยไอน้ำไม่มีสี มีกลิ่นเหมือนดอกจำปีต้ม มีสารองค์ประกอบคือลินาลูลร้อยละ ๖๖.๙ มีอินโดลเล็กน้อย; น้ำมันหอมสกัดด้วย

เฮกเซน มีกลิ่นดอกจำปีแต่จุนกว่า มีสารองค์ประกอบคือกรด ๒-เมธิล บิวทาโนอิก ร้อยละ ๓๓.๐๑ และลินาลูลร้อยละ ๒๘.๙; น้ำมันหอมสกัดด้วยวิธีของเฟอร่าจมีสีเหลืองอ่อน มีกลิ่นหอมเหมือนดอกจำปีสด มีสารประกอบคืออินโดล (*1H-indole*) ร้อยละ ๓๕.๕. อินโดลเป็นสารที่ช่วยให้สารหอมอื่นในน้ำมันหอมหอมมากขึ้นและตรึงให้กลิ่นหอมคงทนอยู่นาน ดังนั้นน้ำมันหอมดอกจำปีที่สกัดด้วยวิธีของเฟอร่าจจึงได้สมบัติหอมอันพึงประสงค์ของดอกจำปีเป็นที่ต้องการของตลาดเครื่องหอม.