

## บรรณานิการและ

วารสารฉบับนี้เป็นฉบับส่งท้ายปี ถดถอยเข้าสู่ ถดถอยหน้าแล้ว อาการหน้าเป็นเป็นระยะ ๆ ขณะที่ สถานการณ์น้ำท่วมภาคกลางหลายจังหวัดยังคงไม่ ผ่านไป ภาคใต้ก็เผชิญกับอุทกภัยรุนแรงและร้ายแรง อย่างไม่เคยปรากฏมาก่อน เกิดพายุไซโคลนบริเวณ ใกล้เส้นศูนย์สูตรในทะเลใกล้ภาคใต้ของไทย ก่อให้เกิดฝนตกหนักหลายวันติดต่อกันในลักษณะ “ฝนแห่” ทำให้เกิดอุทกภัยรุนแรงในหลายจังหวัดภาคใต้ ที่หนักที่สุดคือเมืองหาดใหญ่ ซึ่งสภาพภูมิประเทศ เก็บน้ำอย่างมาก น้ำท่วมสูงอย่างรุนแรงและร้ายแรง นอกจากความเสียหายอย่างหนักของทรัพย์สิน และ มีผู้เสียชีวิตกว่าร้อยราย ขณะที่ระบบเตือนภัย และ ระบบการจัดการภัยพิบัติยังคงอ่อนแอ เกือบถึงขั้น รัฐล้มเหลว ในสถานการณ์เช่นนี้ วารสารของเรายังคงเดินหน้าต่อไป โดยมีนิพนธ์ต้นฉบับรวม 9 เรื่อง เรื่องที่หนึ่ง ประสิทธิคักร์และความปลอดภัยของ ตำรับยาสำราญนิทราในการบรรเทาอาการนอนไม่หลับ ที่พูดว่าตำรับยาที่สามารถบรรเทาอาการนอนไม่หลับได้ แต่เป็นเพียงการศึกษาแบบกึ่งทดลอง วัดผล ก่อน-หลังในกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็กกลุ่มเดียว จึงต้องมีการศึกษาแบบสุ่มเบริย์เพื่อในกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่เพียงพอต่อไป เรื่องที่ 2 ประสิทธิผลของการ

ปฏิบัติสมาริบันด์แบบ SKT 1-3 ต่อการควบคุมระดับ น้ำตาลเฉลี่ยสะสมในเลือดของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ซึ่งพบว่ากลุ่มทดลองมีระดับน้ำตาลเฉลี่ยสะสม และ ความเครียดลดลงอย่างมีนัยสำคัญ และลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญด้วย อย่างไรก็ได้ ผู้วิจัยยังเห็นว่าการลดลงดังกล่าวอาจเกิดจากปัจจัย อื่นร่วมด้วย เช่น การตระหนักรู้ต่อความสำคัญของ สุขภาพ การปรับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สมควรมีการศึกษา ในกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ขึ้น และออกแบบการวิจัย ให้สามารถวัดผลจากสมาริบันด์แบบ SKT 1-3 ได้อย่างชัดเจนต่อไป เรื่องที่ 3 ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านไทยด้วยการเหยียบกระ吝ะพร้าว : กรณีศึกษา นางชีวพร ดีบุรี จังหวัดเลย ซึ่งพบว่า หมอดินพื้นบ้าน ท่านนี้มีท่าบริหารร่างกายด้วยการเหยียบกระ吝ะพร้าว ที่ลีบหอดมาจากบริพูธ ลีบย้อนไปได้ ยาวนานถึง 105 ปี ซึ่งกลุ่มสหวิชาชีพเห็นรูปแบบการ บริหารดังกล่าวสอดคล้องกับหลักการรากหญ้าพื้นบ้าน สามารถช่วยบรรเทาอาการปวดบริเวณฝ่าเท้าและ ขา บรรเทาอาการชาปลายเท้า ช่วยเพิ่มความแข็งแรงของขา ช่วยการทรงตัว และช่วยลดการพลัดตก หลบได้ แต่ควรมีการพัฒนาเพื่อให้มีความถูกต้อง

และสอดคล้องกับระบบการทำงานของกล้ามเนื้อและสภากาทางกายวิภาคศาสตร์ เพื่อเพิ่มประสิทธิผล และความปลอดภัยรวมทั้งลดความเสี่ยงจากการบาดเจ็บต่อไป

**เรื่องที่ 4 การพัฒนาผลิตภัณฑ์ยาครีมจากสารสกัดยาห้าราก** เป็นการวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาดั้งเดิม ผสมผสานกับวิธีการทางเภสัชศาสตร์แผนปัจจุบัน โดยมีการควบคุมคุณภาพและการทดสอบความคงตัวให้มีคุณภาพตามมาตรฐานตำรา โดยต้องมีการคึกซักประสีทิชีคักร์และความปลอดภัยทางคลินิก ก่อนพิจารณานำไปใช้ประโยชน์ต่อไป **เรื่องที่ 5 การคึกษาผลของการสะตุตามศาสตร์การแพทย์แผนไทยต่อสาระเหยย่าง่ายในมหาทิงค์ด้วยเทคนิค GC-MS** เป็นการคึกษาผลของการสะตุมหาทิงค์ด้วยน้ำต้มสุก พบว่า วิธีการดังกล่าวสามารถลดสารที่อาจเป็นอันตรายต่อระบบทางเดินอาหาร ซึ่งทำให้เกิดการระคายเคืองต่อเยื่อบุทางเดินอาหาร ทำให้เกิดอาการคลื่นไส้อาเจียน ความมีการคึกษาเพิ่มเติมเรื่องผลกระทบระยะยาวต่อไป **เรื่องที่ 6 การพัฒนาผลิตภัณฑ์สมุนไพรพอกเข่าต้นแบบสำหรับบรรเทาอาการปวดเข่าจากลมและเลือดลมติดขัด** มีการบทวนวรรณกรรมจากตำราต่างๆ อย่างกว้างขวาง มีกระบวนการขอความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญอย่างเป็นขั้นตอน และมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์ให้ทันสมัย แต่ดังที่ผู้นิพนธ์ได้เลนอแนะไว้ว่า การคึกษานี้ยังเป็นการคึกษาวิจัยเบื้องต้น ยังไม่มีการคึกษาทางเคมีขององค์ประกอบต่างๆ ในตัวยา ยังไม่มีการคึกษาความคงตัวของยาและอายุการใช้ และยังไม่มีการทดสอบทางคลินิก จำเป็นต้องมีการคึกษาเพิ่มเติม

ก่อนนำไปใช้ประโยชน์

**เรื่องที่ 7 การวิเคราะห์เครือข่ายเชิงซ้อนของการจับคู่จุดผิงเข็มในการรักษาข้อเข่าเสื่อม** เป็นการวิจัยเอกสารจากฐานข้อมูล 3 แหล่ง จำนวน 298 เรื่อง คัดกรองเหลือ 119 เรื่อง หาจุดเชื่อมโยงการรักษาเฉพาะที่กับการปรับสมดุลของร่างกายในระบบเส้นลมปราณ โดยเลือกจุดที่มีความถี่สูงสุด เพื่อเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์สำหรับการพัฒนามาตรฐานและแนวทางการรักษาด้วยการผิงเข็มที่มีความแม่นยำและเป็นระบบมากขึ้น **เรื่องที่ 8 การพัฒนาวิธีวิเคราะห์และการตรวจสอบความถูกต้องของวิธีวิเคราะห์ฯ ปริมาณแคนนาบินอยด์ในสารสกัดกัญชาด้วยวิธีโคลมาโทกราฟีของเหลวประสีทิชีภาพสูง** พบว่า วิธีวิเคราะห์ที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสม สามารถนำไปใช้เป็นวิธีมาตรฐานสำหรับตรวจสอบความถูกต้องของวิธีวิเคราะห์สารแคนนาบินอยด์ในสารสกัดกัญชาด้วยวิธีโคลมาโทกราฟีของเหลวประสีทิชีภาพสูง พบว่า วิธีวิเคราะห์ที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสม สามารถนำไปใช้เป็นวิธีมาตรฐานสำหรับตรวจสอบความถูกต้องของวิธีวิเคราะห์สารแคนนาบินอยด์และเตตราไโซโตรเคนนาบินอลในสารสกัดกัญชา รวมทั้งเป็นข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดเกณฑ์ปริมาณสารสำคัญในสารสกัดกัญชาได้ต่อไป **เรื่องที่ 9 การเปรียบเทียบประสิทธิผลของยาชาตุอบเชยกับมิ้นชันในผู้ป่วยที่มีอาการห้องอีด** เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองในคนระยะที่ 2 กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 30 คน โดยกลุ่มที่ใช้ยาขมิ้นชันเป็นกลุ่มควบคุม เมื่อเปรียบเทียบระหว่างสองกลุ่ม พบว่า ผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ โดยพบอาการข้างเคียง ชนิดไม่รุนแรงและหายเองได้ แสดงว่ายาชาตุอบเชยสามารถลดอาการห้องอีดได้ไม่แตกต่างจากขมิ้นชัน ทั้งนี้ การคึกษานี้เป็นการคึกษาในคนระยะที่ 2 จำเป็นต้องคึกษาในระยะที่ 3 ในกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ต่อไป

ภาคปักษ์ใต้ เรื่องจากคณะกรรมการจัด  
ตำราอ้างอิงสมุนไพรไทยเป็นเรื่องกระบวนการ โดยมีการ  
ปรับปรุงเนื้อหาให้ทันสมัยขึ้นจากที่ตีพิมพ์ครั้งแรก  
เรื่องที่ 2 ยังคงเป็น เรื่องของพจนานุกรมคัพพ์การ  
แพทย์แผนจีน เล่ม 2 เช่นเดิม สารสารโน้มส์ เป็น  
บทความวิชาการเรื่องเกี่ยวกับกระบวนการ 2 เรื่อง เรื่อง  
แรกเป็นผลการวิจัยในสัตว์ทดลองของมหาวิทยาลัย

นูรพา แสดงศักยภาพของสารสกัดจากการวานที่อาจ  
ช่วยป้องกันการเลื่อมของสมองที่เกิดจากโรคหลอด  
เลือดสมอง เรื่องที่สองเป็นผลงานของภาควิชาเคมี  
คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมาเลเซีย  
เรื่ององค์ประกอบทางเคมีของน้ำมันหอมระเหยที่ได้  
จากผลกระบวนการ

พบกันใหม่ลับหน้า

นายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์

## Editor's Note

This issue of the Journal is the final one of the year. The season has turned to winter, and the weather has become cold at intervals. While the flooding situation in many central provinces has yet to subside, the South is facing severe and unprecedented flooding. A cyclone formed near the equator in seas close to southern Thailand, causing continuous heavy rainfall for several days—what is known as a “prolonged precipitation” event—leading to severe flooding in many southern provinces. The hardest hit was Hat Yai, a city shaped like a basin, where the water rose rapidly and with great force. In addition to extensive property damage, more than 100 people lost their lives. Meanwhile, the warning systems and disaster management mechanisms remain weak, nearly reaching the point of state failure.

In such circumstances, our Journal continues its work, presenting a total of nine original articles in the current issue.

**The 1<sup>st</sup>** article examines **the Efficacy and Safety of the Samran Nithra, a Thai Traditional Medicine Formula for the Relief of insomnia**. The study found that the formula can alleviate insomnia symptoms; however, the research was only a quasi-experimental, pre-post study, conducted on a small sample

without a control group. Therefore, a randomized controlled trial with a sufficiently large sample size is needed.

**The 2<sup>nd</sup>** article explores **the Effectiveness of SKT 1-3 Meditative Exercise therapy on HbA1c Control in Patients with Type 2 Diabetes**. The findings show that the experimental group experienced significant reductions in both HbA1c levels and stress—lower than those of the control group. Nevertheless, the researchers note that these improvements may be influenced by other factors, such as increased health awareness, improved dietary habits, and regular exercise. A larger sample and a research design that can clearly isolate the effects of SKT 1-3 meditation would be appropriate in future studies.

**The 3<sup>rd</sup>** article concerns **Thai Folk Medicine Wisdom of Coconut-Shell Stepping Exercise : A Case Study of Mrs. Chivaporn Deeburi, Loei Province**. It was found that this traditional healer practices a form of physical exercise involving stepping on coconut shells, a method inherited from her ancestors and traceable back over a century. A multidisciplinary team found that this exercise method aligns with principles of physical therapy: It can help relieve pain in the soles of the feet and

legs, alleviate numbness in the toes, increase leg strength, improve balance, and reduce the risk of falls. However, further development is advised to ensure accuracy and consistency with muscle function and anatomical considerations, in order to enhance effectiveness, improve safety, and reduce the risk of injury.

**Article 4** concerns the **Development of a Herbal Cream Formulation from Ya Ha Rak (Five Roots) Extract**. This study involves research and product development based on traditional wisdom combined with modern pharmaceutical methods, including quality control and stability testing to meet pharmacopoeial standards. Clinical studies on efficacy and safety are required before the practice can be considered for practical use.

**Article 5** examines the **Effects of Satu a Thai Traditional Medicine Processing Method, on Volatile Components of Asafoetida, Analyzed by GC-MS**. The study found that warming asafoetida with boiled water can reduce compounds that may be harmful to the digestive system and irritate the gastrointestinal lining, causing nausea and vomiting. Further studies on long-term effects are recommended.

**Article 6** focuses on **Development of Herbal Knee Patch for the Relief of Knee Pain Caused by Wind and Blood-Wind Obstruction**. The study includes an extensive literature review of various classical texts, a systematic process of obtaining expert opinions, and modernization of the product. However, as the authors note, this is only a

preliminary study: the chemical composition of the ingredients has not yet been analyzed, the stability and shelf life of the product have not been studied, and no clinical tests have been conducted. Additional studies are needed before the product can be used in practice.

**Article 7** the **Complex Network Analysis of Acupoint Combinations in the Treatment of Knee Osteoarthritis**. This documentary research reviewed 298 articles from three databases and, after screening, retained 119 articles. The study examined the connections between local treatment points and points used to rebalance the body through the meridian system, selecting the most frequently used points. The findings serve as empirical evidence for developing more precise and systematic standards and guidelines for acupuncture treatment.

**Article 8** describes the **Development and Validation of Cannabinoids Quantification Method in *Cannabis sativa* L. Ethanol Extracts by High-Performance Liquid Chromatography**. The study found that the developed method is appropriate and can be used as a standard approach for analyzing cannabidiol (CBD) and tetrahydrocannabinol (THC) in cannabis extracts, and also provides foundational data for establishing criteria for key active compounds in cannabis extracts.

**Article 9** A **Comparison Study on the Effectiveness of Cinnamon Stomachic Mixture and *Curcuma Longa* L. for Functional Dyspepsia**. This phase-2 quasi-experimental clinical study included 30 participants in each

group, with the turmeric group serving as the control. Comparison between the two groups showed no significant difference in outcomes. Mild, self-limiting side effects were reported. The results indicate that *Ya That Ob Chuey* reduces flatulence as effectively as turmeric. Since this was a phase-2 clinical study, further phase-3 studies with larger sample sizes are required.

### **Miscellany**

The first article, from the Subcommittee on Monographs of Selected Thai Materia Medica discusses cardamom, with updated

content from the original publication. The second item continues with Volume 2 of the Dictionary of Chinese Medicine Terminology.

The journal club section features two scholarly articles on cardamom. The first, from Burapha University, presents animal-study findings showing the potential of cardamom extract to protect against brain degeneration caused by cerebrovascular disease. The second, from the Department of Chemistry, Faculty of Science, Universiti Teknologi Malaysia, reports on the chemical composition of essential oils extracted from cardamom fruit.

Hope to see you in the next issue.

**Dr. Vichai Chokevivat**

Editor