

ปีที่ 14 ฉบับที่ 4875 วันอังคารที่ 24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558 หน้า 13

แพทย์ชุมชนเจาะเบาะแฉ-ขมื่นชัน คู่มือสมุนไพรลดไขมันในเลือด

● เมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ นพ.ธวัชชัย กมลธรรม อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) กล่าวถึงกรณีตั้งคณะทำงานจัดทำคู่มือไกด์ไลน์สมุนไพรรักษาโรคเรื้อรัง เป็นคู่มือการันตีแพทย์แผนไทย-แพทย์ทางเลือก สมุนไพรที่น่าสนใจอีกตัวจากการรวบรวมของสถาบันการแพทย์แผนไทยคือ กระจับแดง จากการศึกษาในหลอดทดลองและสัตว์ทดลองพบว่า กระจับแดงมีสารสีแดงจำพวกแอนโทไซยานิน มีกรดอินทรีย์หลายชนิด และวิตามินซี วิตามินเอ และแร่ธาตุอื่นๆ ซึ่งจากการสกัดสารเหล่านี้และนำมาทดลองในสัตว์ทดลอง และในคนบางกลุ่ม โดยทำการตรวจปัสสาวะ พบว่า ไขมันในเลือดลดลงได้ และเมื่อตรวจวัดความดันโลหิตก็ลดลงอย่างมีนัย

สำคัญ ดังนั้นการรับประทานให้ใช้ดอกกระจับแดงตากแห้งแล้วบดเป็นผงครึ่ง 1 ช้อนชา ชงกับน้ำเดือด 1 ถ้วย ทิ้งไว้ 5-10 นาที รินเฉพาะน้ำสีม่วงแดงใส่ดื่มได้ทุกวัน จะมีผลข้างเคียงเพียงหากดื่มมากจนเกินไปจะเป็นยาระบาย

สำหรับขมื่นชัน มีการวิจัยจากองค์การเภสัชกรรม (อก.) ว่า ฤทธิ์ของขมื่นชันไม่ได้แค่รักษาอาการปวดท้อง ท้องอืดท้องเฟ้อเท่านั้น แต่ยังลดไขมันในเลือด โดยให้ผู้ป่วยผ่าตัดหลอดเลือดหัวใจกลุ่มหนึ่งลองกินขมื่นชันหลังผ่าตัดพบว่า มีโอกาสอุดตันซ้ำน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่รับประทานขมื่นชันอย่างมีนัย จึงเป็นสมุนไพรอีกตัวที่หาง่ายและไม่ส่งผลกระทบต่อร่างกาย คาดว่าคู่มือดังกล่าวจะแล้วเสร็จไม่เกินเดือนสิงหาคม-กันยายนนี้เป็นอย่างช้า