

เตลีทีวี

ฉบับที่ 23,879 วันเสาร์ที่ 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558 หน้า 12



ในระหว่างที่กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกจัดทำคู่มือการใช้สมุนไพร เพื่อดูแลสุขภาพโรคเรื้อรัง 6 โรค คือ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมัน มะเร็ง อัมพฤกษ์ อัมพาต โดยคาดการณ์เอาไว้ว่าน่าจะออกมาเป็นรูปเป็นร่างไม่เกินปี 2558แน่นอน ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ.รวิชัย กมลธรรม อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์ฯ ได้เปิดเผย

ธาตุอื่น ๆ เช่น แคลเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม ส่วนไบและยอดอ่อนมีวิตามินเอ แคลเซียม และ ฟอสฟอรัสในปริมาณสูง สรรพคุณ ลดไขมันในเลือด ขับปัสสาวะ ด้านการเกิดนิ่ว เป็นกรดที่ช่วยฆ่าเชื้อในทางเดินปัสสาวะ ที่สำคัญคือช่วยลดความดันโลหิต โดยให้ผลไม่แตกต่างจากยาลดความดันแผนปัจจุบัน

“ใบหม่อน” จะมีสารกลุ่มฟลาโวนอยด์ กลุ่มไฟโตสเตอรอลไกลโคไซด์ และสารคูมาริน สารประเภทน้ำตาลที่มีในโครเจนิโนโมเลกุล และสารอื่น ๆ อีกมากมาย แต่หลัก ๆ แล้ว จากการทดลองในคน พบว่า มีฤทธิ์ช่วยลดระดับน้ำตาล



เผยสูตรสมุนไพร คุบโรคเรื้อรัง



สมุนไพรสูตรเดียวสำหรับโรคเบาหวาน ไขมันในเลือด และความดันโลหิตสูง ให้ประชาชนได้ทราบก่อน

ยกตัวอย่างสมุนไพรที่ช่วยรักษาโรคเบาหวาน หลัก ๆ มีอยู่ 14 ตัว คือ มะระขี้นก อินทนิลน้ำ หม่อน บัญจขันธ์ ผักเชียงดา ปอบิด ว่านหางจระเข้ ลูกชด อบเชย เป็ะตำบึง มะยม (แห้ง) ย่านาง เห้ม ขมิ้นชัน สมุนไพรสำหรับรักษาโรคความดันโลหิตสูง มี 14 ตัว คือ กระเจี๊ยบแดง กระเทียม ใบกะเพรา บัวบก ตะไคร้ จิง อบเชย ชะเอมเทศ ทับทิม งา ฝรั่งเศส ดอกคำฝอย ขึ้นฉ่าย และใบมะยม ส่วนสูตรสำหรับการลดไขมันในเลือดสูงนั้นจะประกอบไปด้วยสมุนไพร 10 ตัว คือ กระเจี๊ยบแดง กระเทียม พริกไทยดำ เหน้่าจิง พริกชี้ฟ้า ใบผักบุ้ง ใบตะไคร้ ผลมะขามป้อม ลูกเดือย และมะเขือเทศ

ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ.รวิชัย บอกว่า ส่วนใหญ่เป็นสมุนไพรที่ให้ฤทธิ์ร้อน และจะเห็นว่าสมุนไพร 1 ตัว ให้สรรพคุณทางยามากกว่า 1 อย่าง เช่น กระเจี๊ยบแดง ที่ผ่านการศึกษาวิจัยทั้งในขั้นสัตว์ทดลอง และมนุษย์พบว่าดอกมีสารจำพวกแอนโทไซยานิน (anthocyanin) กรดอินทรีย์หลายชนิด รวมถึงกรดวิตามินซี วิตามินเอ แพคติน และแร่



ในเลือดหลังอาหาร และหลังการหลั่งอินซูลิน อย่างในกรณีที่เป็นผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 หรือที่เกิดในผู้ใหญ่พบว่าช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดก่อนอาหารเช้า และระดับฮีโมโกลบินอย่างมีนัยสำคัญ และเมื่อมีการทดลองซ้ำ ๆ ก็ไม่พบว่าสารใบหม่อนจะก่อให้เกิดผลข้างเคียง นั่นจึงเท่ากับว่า “สารสกัดจากใบหม่อน” มีความปลอดภัย

วันนี้จึงได้เห็นหลากหลายผลิตภัณฑ์สุขภาพจากใบหม่อน ซึ่งส่วนใหญ่มีนามาขงเป็นชาดื่ม อย่างไรก็ตาม ยังมีสมุนไพรตามสูตรข้างต้นอีกหลายตัวที่นำจับตามองเพราะให้ทั้งคุณและโทษอย่าง “มะระขี้นก” ที่ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดจากการคัมผลอ่อนจึมน้ำพริกหรือขงเป็นชาดื่มก่อนอาหาร แต่ในกรณีผู้ป่วยเบาหวานที่ฉีดอินซูลินอยู่ก่อนนั้นอาจจะเสริมฤทธิ์ในการลดระดับน้ำตาลในเลือดมากเกินไป ดังนั้นควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ เพื่อจะได้ปรับขนาดยาแผนปัจจุบันที่รับประทานอยู่ และที่สำคัญคือไม่ควรให้สตรีมีครรภ์รับประทาน

เนื่องจากในการทดลองในกระต่ายที่ตั้งท้องพบ

ว่าบางตัวมีเลือดออกในมดลูกและตายจากการตกเลือด

“ศาสตร์การรักษาโรคในอนาคตจะเป็นแบบบูรณาการ ที่ต้องใช้ทั้งการแพทย์แผนปัจจุบัน แพทย์แผนไทย และแพทย์ทางเลือกร่วมด้วย เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษาพยาบาล และลดการรับประทานยาแผนปัจจุบันซึ่งถือเป็นสารเคมี เมื่อรับประทานไปนาน ๆ ก็อาจจะเกิดการคื้อยา ซึ่งตรงนี้สามารถช่วยลดภาวะการคื้อยาลงได้”

ทั้งนี้คนไทยถือว่าโชคดี เพราะด้วยวัฒนธรรมการรับประทานอาหารแล้วส่วนใหญ่จะมีผักเป็นเครื่องเคียงเสมอ แต่ที่พบการเกิดโรคเหล่านั้นในปัจจุบันก็เพราะวัฒนธรรมการรับประทานอาหารของคน

ไทยที่หันมารับประทานจังก์ฟู้ดกันมากขึ้นจนมาเป็นห่วง จึงอยากให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารให้มีผักเป็นเครื่องเคียงเสมอ และหมั่นเวียนรับประทานให้หลากหลาย แต่ขณะเดียวกันก็ไม่ควรทิ้งการตรวจสุขภาพ และรักษาโรคด้วยการแพทย์แผนปัจจุบัน

กินอาหารเป็นยาในวันนี้ ดีกว่ากินยาเป็นอาหารในวันหน้า เมื่อใดก็ตามที่แพทย์สั่งจ่ายยาสำหรับการรักษา 3 โรคนี้แล้ว นั้นหมายความว่าผู้ป่วยต้องรับประทานเหล่านั้นไปตลอดชีวิต.

อภิวรรณ เสาวิียง : รายงาน



ผศ.(พิเศษ) ดร.นพ.รวิชัย กมลธรรม