



ฝรั่ง สมุนไพรช่วยดับกลิ่น

คณะกรรมการเผยแพร่ความรู้และผลงานทางวิชาการผ่านสื่อมวลชน ม.มหิดล  
 (รศ.ดร.วันดี กุญชรพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์ ม.มหิดล)

ฝรั่ง เป็นสมุนไพรที่รู้จักกันโดยทั่วไป ผลรับประทานเป็นผลไม้ที่ให้วิตามินซีสูง มีกากและเส้นใยมากช่วยในการขับถ่าย ใบมีน้ำมันหอมระเหยช่วยดับกลิ่น ระวังกลิ่นปากที่เกิดจากฟันผุ เหงือกอักเสบ เศษอาหารเน่าคั่ง กลิ่นที่ออกมาจากภายใน และกลิ่นปากที่เกิดจากการรับประทานอาหารที่มีกลิ่นแรง เช่น กระเทียม สะตอ หน่อไม้คอง และน้ำพริกกะปิ เป็นต้น หรือแม้แต่กลิ่นเหง้า และบุหรี่ยี่ระงับได้ โดยใช้ใบสด 2-3 ใบ ล้างน้ำให้สะอาด เคี้ยวให้ละเอียดหลังอาหาร หรือเมื่อต้องการดับกลิ่นปากควรอมไว้ประมาณ 5 นาทีจึงคายทิ้ง นอกจากนี้ใบฝรั่งยังสามารถใช้ดับกลิ่นเหม็นในตู้เย็นและตู้กับข้าวได้ โดยใช้ใบสดประมาณ 10 ใบ ขยี้พอขำ ๆ ใส่ไว้ในตู้เย็นหรือตู้กับข้าว ในขณะที่ยังใช้ใบฝรั่งสด หรือผลฝรั่งสุกวางไว้ในโถงศพเพื่อช่วยดับกลิ่นเหม็นได้อีกด้วย.

ใบฝรั่งสามารถใช้ระงับกลิ่นเหม็นในตู้เย็นและตู้กับข้าวได้ และยังนำมาเคี้ยวเพื่อช่วยระงับกลิ่นปากได้อีกด้วย จากผลการวิจัยพบว่าสารสกัดใบฝรั่งด้วยตัวทำละลาย hexane, mutans และ Bacteroides gingivitis เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีรายงานว่า สารสกัดจากใบฝรั่งสามารถใช้รักษาแผลในปาก และเมื่อใช้เป็นส่วนผสมในน้ำยาบ้วนปากจะสามารถลดการเกิดโรคเหงือกอักเสบลงได้ประมาณร้อยละ 20 อีกทั้งเมื่อเร็ว ๆ นี้ มีรายงานผลการวิจัยว่าสารสกัดเมทธานอลของผลฝรั่งสามารถยับยั้งการอักเสบเรื้อรังได้อีกด้วย.