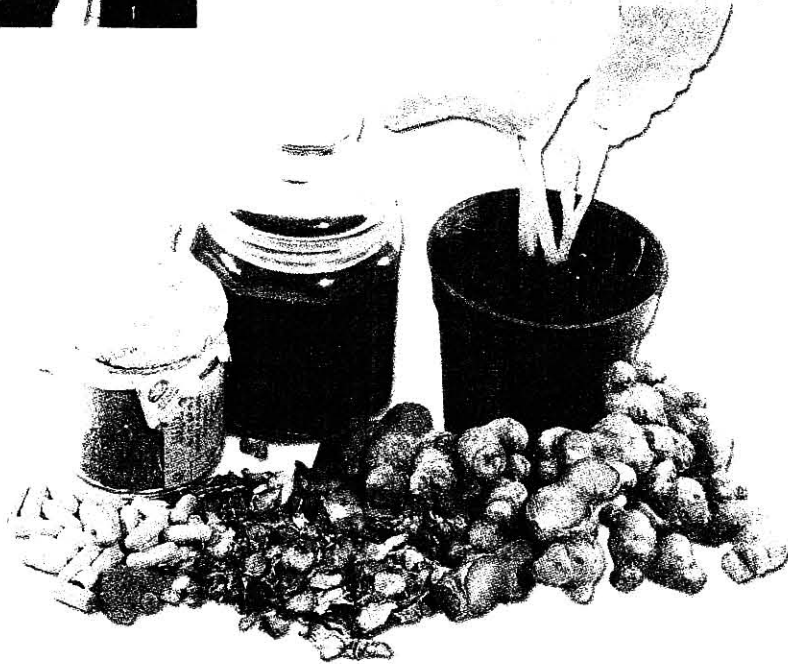




# บริโภคกระชายดำวันนี้ปลอดภัย

## ควรมีการผลักดันให้วิจัยและพัฒนาต่อไป



**ส**ืบเนื่องจาก 2-3 ปีที่ผ่านมา มีสมุนไพรที่เชื่อว่าสามารถบำรุงกำหนดหรือบำรุงกำลังทางเพศรวมถึงการแก้ไขอาการนกเขาไม่ชันของเพศชาย หรือในเพศหญิงก็เป็นจำพวกสมุนไพรช่วยบำรุงผิวพรรณให้สวยงามและเพิ่มความอวบอิมของหน้าอก ไม่ว่าจะเป็นกวางเครือชวางเครือแดง ว่านชกมตลูก หรือกระชายดำ ในเวลานั้นเป็นที่ฮือฮา มีการโฆษณาสรรพคุณอวดอ้างกันอย่างกว้างขวาง เรียกว่าชั่วพริบตาเดียวราคาของสมุนไพรเหล่านี้ก็ถีบตัวสูงขึ้นมาก โดยเฉพาะกระชายดำในช่วงนั้นมีการอ้างสรรพคุณว่าใช้ได้ผลดีกว่ายาไวอะกร้าเสียอีก การโหมโรงโฆษณาอย่างนี้ทำให้ผลิตภัณฑ์จากกระชายดำได้รับความนิยมสูง กระชายดำทั้งวัตถุดิบและแปรรูปมีราคาสูงตามกัน และเกษตรกรหันมาปลูกกระชายดำกันเป็นจำนวนมาก

เมื่อเกิดกระแสการบริโภคอย่างล้นหลาม สิ่งตามมาคือคำถามในเรื่องของความปลอดภัย ซึ่งเรื่องเหล่านี้ไม่พ้นที่กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกที่ต้องเป็นผู้ตอบคำถามเหล่านี้อยู่ดี ในปีเดียวกันนั้นจึงได้มีการของบประมาณสนับสนุนเพื่อวิจัยเรื่องกระชายดำขึ้น โดยร่วมมือกับคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และสถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ดำเนินการทดสอบความปลอดภัยของสมุนไพรนี้ โดยศึกษาพิษเฉียบพลันและพิษเรื้อรังของผงกระชายดำในหนูขาว

ผลการศึกษาพิษเฉียบพลัน โดยการออกผงสมุนไพรกระชายดำแก่หนูถีบจักรในขนาดสูงสุด 13.3 กรัม/น้ำหนัก 1 กิโลกรัม พบว่าไม่ทำให้หนูตายภายใน 14 วันต่อมา และผลการรักษาทางจุลพยาธิ

วิทยาของอวัยวะภายในไม่พบความผิดปกติใดๆ ดังนั้น ขนาดของผงกระชายดำที่ทำให้หนูถีบจักรตายร้อยละ 50 หรือค่า LD จึงมีค่ามากกว่า 13.3 กรัม/กิโลกรัม ผลการศึกษาพิษเรื้อรังได้กรอกผงสมุนไพรกระชายดำที่นำมาเขว่นตะกอนในน้ำแก่หนูขาวในขนาด 20,200,1000 และ 2000 มิลลิกรัม/น้ำหนักหนู 1 กิโลกรัม (มก./กก.) ทุกวันเป็นเวลา 6 เดือน หรือคิดเป็น 1,10,50 และ 100 เท่าของขนาดที่ใช้เป็นยาในคน (โดยประมาณว่าขนาดรับประทานในคนต่อ 1 วันเท่ากับ 1 กรัม หรือ 1000 มก.) ผลการศึกษาพบว่าหนูที่ได้รับกระชายดำทุกกลุ่มมีน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น อาการและสุขภาพไม่แตกต่างจากหนูกลุ่มควบคุมที่ได้รับน้ำ และกระชายดำไม่ทำให้เกิดอาการพิษ ผลการตรวจอวัยวะภายในทางจุลพยาธิวิทยาของหนูที่ได้รับกระชายดำ แสดงให้เห็นว่าสมุนไพรกระชายดำไม่ก่อให้เกิดพยาธิสภาพหรือความผิดปกติของอวัยวะต่างๆ ที่บ่งชี้ความเป็นพิษ

ผลการวิจัยดังกล่าวนี้ยืนยันได้ว่า กระชายดำไม่เกิดอันตรายต่อร่างกายในการบริโภคในขนาด 1,000 มิลลิกรัม ซึ่งน้ำร้อนหรือน้ำผึ้งดื่ม หรือชนิดผงบรรจุแคปซูลขนาด 500 มิลลิกรัม จำนวน 2 แคปซูล จะช่วยบำรุงร่างกายได้ แต่ถ้านำมาดองกับเหล้าหรือแปรรูปเป็นไวน์ นั้นยังไม่ยืนยันว่าจะปลอดภัยมากนัก

พญ.เพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ. "บริโภคกระชายดำวันนี้ปลอดภัยควรมีการผลักดันให้วิจัยและพัฒนาต่อไป" *เกษตรกรรมธรรมชาติ* ฉ. 5 (2547) 14-15

...“กระชายดำตามตำรับยาแผนโบราณ แก้โรคบิด ปวดท้อง ขับลม แก้ตานขางในเด็ก เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงหัวใจ บำรุงกำลัง เจริญอาหาร บำรุงธาตุ แก้ลมวิงเวียน แน่นหน้าอก แก้กกลากเกลื้อน แก้ฝีอักเสบ ขับปัสสาวะ แก้บิดมูกเลือด แก้ปวดมวนในท้อง แก้ท้องเดิน แก้กางตานขโมยในเด็ก แก้เบาหวาน”...

ไทน์เพราะงานวิจัยนี้ไม่ได้วิจัยครอบคลุมถึง แต่ก็ขอให้คำแนะนำว่าผลิตภัณฑ์ที่แปรรูปดังกล่าวนี้สกัดด้วยแอลกอฮอล์ก็ไม่ควรดื่มเกิน 30 ซีซี ต่อครั้ง ก่อนอาหารเข้านั้น ก็จะเหมาะในการบำรุงร่างกายและเจริญอาหาร

ส่วนข้อมูลองค์ประกอบทางเคมีและฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของกระชายดำที่รวบรวมจากรายงานวิชาการและการประชุมวิชาการ พบว่า เหง้ากระชายดำประกอบด้วยน้ำมันหอมระเหย และสารจำพวกฟลาโวนอยด์หลายชนิด บางชนิดมีฤทธิ์ในการต้านพลาสมาโมเดียม ฟัลซิฟารัม ที่ก่อโรคมาลาเรีย บางชนิดมีฤทธิ์ต้านเชื้อราแคนดิดา อัลบิแคน ที่ทำให้ฝ้าขาวในปากและบนลิ้น และยังพบว่าน้ำมันหอมระเหยของกระชายดำซึ่งประกอบด้วยสารพวกเทอร์พีน หลายชนิดยังมีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย ส่วนสารสกัดจากแอลกอฮอล์แสดงฤทธิ์ขยายหลอดเลือด ลดการหดเกร็งของลำไส้เล็กของหนูและยับยั้งการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด

สำหรับสรรพคุณของกระชายดำตามตำรับยาแผนโบราณ ระบุว่า มีสรรพคุณแก้โรคบิด ปวดท้อง ขับลม โดยใช้หัวผ่านผสมกับเหล้าโรง หรือบดเป็นผงทั้งหัวและต้นผสมด้วยน้ำผึ้งปั้นเป็นลูกกลอน และยังใช้กวาดแก้ตานขางในเด็ก และสรรพคุณอื่นๆ ระบุไว้ว่าเป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงหัวใจ บำรุงกำลัง เจริญ

อาหาร บำรุงธาตุ แก้ลมวิงเวียน แน่นหน้าอก แก้กกลากเกลื้อน แก้ฝีอักเสบ ขับปัสสาวะ แก้บิดมูกเลือด แก้ปวดมวนในท้อง แก้ท้องเดิน แก้กางตานขโมยในเด็ก แก้เบาหวาน

ปัจจุบันมีผลิตภัณฑ์แปรรูปจากกระชายดำมากมายที่ได้รับความนิยม อาทิ ไวน์ ยาดอกกระชายดำ ชาชง ลูกกลอนชนิดผงชงกับน้ำร้อน ลูกอม หรือใช้แต่งกลิ่นในขนม เป็นต้น ในแง่วัตถุประสงค์การใช้เพื่อบำรุงกำลังหรือเป็นยาอายุวัฒนะก็คงเหมาะสม รวมถึงการใช้เพื่อรักษาโรคและอาการต่างๆ ตาม สรรพคุณยาการแพทย์แผนไทย แต่การอุปราคาประโยชน์ยาบำรุงกำหนดนี้หม่อมเองก็ยังไม่เห็นด้วยเท่าไรนัก ตัวอย่างที่เห็นๆ อยู่ว่ากระแสรักกระชายดำที่มันพุ่งพรวดพลาดถึงก็โลกรั้มละ 500 บาท เมื่อ 2 ปีก่อนนั้นก็เกิดจากการปั่นตลาดอย่างที่ว่านี้แหละ ทุกวันนี้เกษตรกรที่ปลูกกระชายดำจะตายกันแล้วเพราะราคาตกต่ำ ผลผลิตล้นตลาด เวลานี้เราต้องหาทางคิดช่วยเหลือเกษตรกรเหล่านี้ด้วย แม้การส่งเสริมการแปรรูปหรือการเป็นผลิตภัณฑ์สินค้าโอท็อปก็เป็นเพียงวิธีการหนึ่งที่จะช่วยเหลือเขาได้ หม่อมเองว่าน่าจะมีความสนใจในการนำไปพัฒนาเป็นยารักษาโรคต่างๆ ตามที่โบราณสรรพคุณไว้ หรือจากงานวิจัยและงานคลินิกนี้ก็น่าจะเป็นข้อบ่งชี้ได้ในระดับหนึ่งแล้วว่ากระชายดำนั้นเมื่อดิจจริง อาจมีการเอายาตามตำราที่โบราณใช้กันอยู่ก่อนแล้วมา

วิจัยตรวจสอบยืนยันอีกครั้งเพื่อสร้างความมั่นใจแก่ผู้บริโภค เพราะโบราณเขาก็ใช้กันมาเนิ่นนานยังไม่มีปัญหาอะไร ฉะนั้นการมีงานวิจัยรองรับก็ช่วยสร้างความมั่นใจได้มากยิ่งขึ้น

## กระชายดำ

### ชื่อวิทยาศาสตร์

*Kaempferia parviflora*

Wall. ex Baker

วงศ์ Zingiberaceae

### ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

#### ศาสตร์

เป็นพืชล้มลุกมีเหง้าใต้ดิน รากสะสมอาหารมีลักษณะเป็นปุ่มๆ ไม่ยาวเป็นทางไหลเหมือนกับกระชายธรรมดา เมื่อโตขึ้นรากจะเปลี่ยนเป็นหัว เนื้อในอาจมีสีม่วงเข้มหรือสีด่างผลลูกหว่า และเชื่อว่ากระชายดำที่ติดอด้านสนิท เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศเขตร้อนบริเวณตะวันออกเฉียงใต้ แหล่งปลูกกระชายดำที่มีชื่อเสียงด้านคุณภาพคือที่ อ.นาแห้ว อ.ด่านซ้าย อ.ภูเรือ จังหวัดเลย

ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับคล้ายกระชายธรรมดา แต่มีใบใหญ่และเขียวเข้มกว่า ผลิใบแทงม้วนเป็นกรวยขึ้นจากราก ไม่มีต้น ดอกออกจากยอดช่อละหนึ่งดอก มีใบเลี้ยง ดอกมีสีชมพูอ่อนๆ ริมปากดอกสีขาว เส้นเกสรสีม่วง และเกสรสีเหลือง

**การขยายพันธุ์** ขยายพันธุ์โดยการใช้เหง้า

- สายพันธุ์ มีอยู่ 3 แบบคือ
- สายพันธุ์ที่มีเนื้อหัวสีดำ
- สายพันธุ์สีม่วงเข้ม
- สายพันธุ์สีม่วงอ่อนหรือสีน้ำตาล

