

ผงถ่านกัมมันต์ ชาร์โคล คืออะไร



ความเชื่อผิดๆ กับการใช้ ชาร์โคล

สำหรับคนที่รักและสนใจในกระแสสุขภาพ คงรู้จักหรือเคยได้ยินคำว่า “ชาร์โคล” มาสักพักใหญ่ๆ แต่น้อยคนที่จะรู้จักอย่างลึกซึ้งซึ่งว่า ชาร์โคลไม่ใช่แค่ถ่านสีดำที่เราเห็นในครัวเรือนเท่านั้น เพราะ ถ่าน หรือ ชาร์โคล ที่นำมาใช้ในการผลิตสินค้าอุปโภคบริโภคจำหน่ายมีความพิเศษ และผ่านการศึกษาวิจัยมาแล้วทั้งสิ้น

ชาร์โคลคืออะไร

ชาร์โคลนั้นมีชื่อเต็มมาจาก แอคทีเวท ชาร์โคล (Activated Charcoal) หรือ ผงคาร์บอนกัมมันต์ (Activated Carbon) เป็นผงถ่านที่ถูกนำมาใช้ตั้งแต่ 1,550 ปีก่อนคริสตกาล ในการกรองน้ำดื่มตามภูมิปัญญาของคนยุคก่อน ด้วยคุณสมบัติของถ่านที่สามารถดูดซับกลิ่น และถูกนำไปใช้ในการปรุงอาหารตามวิถีเอเชีย เช่น ประเทศเกาหลีจะใส่ถ่านลงไปหุงพร้อมข้าว เพื่อให้มีกลิ่นหอม แม้แต่ประเทศไทยก็ใช้ถ่านในผสม สีในขนมที่ต้องการให้มีสีดำ เช่น ขนมเปียกปูน เป็นต้น

ผงถ่านกัมมันต์ เป็นรูปแบบหนึ่งของคาร์บอนที่นำมาผ่านการสังเคราะห์ทางเคมี เพื่อเพิ่มฤทธิ์ให้มากขึ้น จึงเป็นที่มาของคำว่า Activate Charcoal โดยจะเรียกสั้นๆ ว่า ถ่าน แต่ไม่ใช่ชนิดเดียวกับถ่านฟืนที่เราใช้ในการหุงต้ม ลักษณะของผงถ่านกัมมันต์ จะมีอนุภาคเล็กๆ หรือเป็นผงเม็ดเล็ก จะมีรูพรุน ซึ่งมีขนาดเล็ก-ใหญ่ แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ในการใช้งาน

ปกติแล้ว มนุษย์จะนำมาใช้ประโยชน์ เช่น ฟอกหรือกรองอากาศในเครื่องปรับอากาศ ใช้ผลิตกาแฟที่ไม่มีคาเฟอีน ใช้สกัดแร่ทองคำ อุตสาหกรรมน้ำดื่ม อุตสาหกรรมพลังงาน ใช้เป็นไส้กรองของหน้ากากนิรภัย เพื่อกรองแก๊สพิษ และใช้ในอุตสาหกรรมยา

ทางการแพทย์ จะนำผงถ่านกัมมันต์มาใช้ดูดซับสารพิษที่มนุษย์รับประทานเข้าไป หรือการรับประทานยาที่เกินขนาด แต่การดูดซับพิษที่ว่านั้น ไม่สามารถดูดซับได้ทั้งหมด หรือสารพิษทุกชนิด โดยสามารถดูดซับได้เพียง 60% และสารพิษที่ไม่สามารถให้ผงถ่านกัมมันต์ดูดซับได้ เช่น กรดที่มีฤทธิ์การทำลายสูง ต่างที่มีฤทธิ์ทำลายสูง สารหนู แอลกอฮอล์ ในกลุ่มของเมทานอล และเอทานอล ตัวทำลายภายในอุตสาหกรรมอย่าง แอทิลีนไกลคอล หรือโลหะหนักอย่างธาตุเหล็กที่ปะปนในอาหารที่รับประทาน

นอกจากใช้ในการรักษาหรือบรรเทาอาการพิษเบื้องต้นแล้ว ผงถ่านกัมมันต์ยังถูกนำไปผสมกับยาต่างๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการรักษา เช่น ผสมในยาลดกรด ยาช่วยย่อยอาหาร ยาขับลม เป็นต้น โดยผงถ่านกัมมันต์ไม่สามารถถูกดูดซึมจากกระเพาะอาหาร หรือลำไส้เข้าสู่ร่างกายได้ จึงไม่เกิดการเผาผลาญในร่างกาย

ด้วยยาที่มีส่วนผสมของผงถ่านกัมมันต์ จะมีคุณสมบัติดูดซับสารพิษที่เข้าไปในระบบทางเดินอาหาร รวมไปถึงสารก่อที่ให้เกิดระคายเคืองต่อกระเพาะอาหารและลำไส้ เช่น สารอะโรมาติก เบนซีน เป็นต้น ทั้งนี้ ผงถ่านกัมมันต์ ยังสามารถขัดขวางฤทธิ์ของน้ำตาล ซอร์บิทอลที่อยู่ในอาหาร หรือผสมในยา ซึ่งเป็นตัวการที่ดูดน้ำกลับเข้าไปในลำไส้ ที่จะกระตุ้นให้เกิดการขับถ่าย สาเหตุของท้องเสีย ทำให้ผงถ่านกัมมันต์ช่วยแก้อาการท้องเสียได้

ผลข้างเคียงของยา ที่มีส่วนผสมของผงถ่านกัมมันต์

เชื่อว่า ผงถ่านกัมมันต์จะสามารถใช้ในการรักษาหรือบรรเทาอาการได้แบบไม่ต้องระมัดระวัง เพราะผงถ่านกัมมันต์ก็มีผลข้างเคียง โดยมีอาการคลื่นไส้ ท้องผูก ท้องเสีย อุจจาระสีดำ ท้องอืด ลำไส้อุดตัน เลือดออกง่าย ตัวเย็น น้ำตาลในเลือดต่ำ เป็นต้น โดยข้อควรระวังสำหรับการใช้ยาที่มีส่วนผสมของผงถ่านกัมมันต์ มีดังนี้

1. ห้ามใช้ยาในการรักษาผู้ป่วยที่กลืนสารพิษจำพวกไซยาไนด์ กรดแก่ ต่างแก่ ตัวทำละลายต่างๆ เกลือแร่ธาตุเหล็ก แอลกอฮอล์ สารจำพวกลิเทียม
2. ห้ามซ้ำกับผู้ป่วยที่มีภาวะลำไส้อุดตัน หรือมีแผลกระเพาะอาหารและลำไส้
3. ห้ามใช้ยาร่วมกับยาถ่ายที่มีน้ำตาลซอลบิทอลเป็นส่วนประกอบ
4. ระวังการใช้ยาหลังรับประทานอาหารภายใน 1 ชั่วโมง เพราะอาจทำให้เกิดการบีบตัวของกระเพาะอาหาร และลำไส้ลดลง ทำให้การย่อยอาหารผิดปกติ
5. อาหารบางกลุ่มจะลดประสิทธิภาพของผงถ่านกัมมันต์ เช่น นม ไอศกรีม จึงไม่ควรรับประทานร่วมกัน

การใช้ยาคควรอยู่ภายใต้คำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร หากมีอาการผิดปกติใดๆ ก็ตาม ควรหยุดยาและพบแพทย์ทันที

กินถ่านล้างพิษ เทรนด์ใหม่แบบผิดๆ

ด้วยการศึกษาที่ผ่านมาในเรื่องของคุณสมบัติของถ่านในเรื่องของการดูดซับสารพิษ โดยมีการเปิดเผยว่า แพทย์ในห้องฉุกเฉินจะใช้ถ่านในการขับสารพิษออกจากร่างกาย เมื่อพบผู้ที่ได้รับสารพิษบางชนิด หรือรับประทานยาเกินขนาด ทำให้มีคนเข้าใจผิดคิดว่า การรับประทานถ่านเข้าไปจะช่วยล้างพิษได้ หรือให้ผลเหมือนกับการดีท็อกซ์ แต่ความจริงแล้ว การรับประทานถ่านนั้น ไม่ได้ดูดซึมแค่สารพิษ แต่ดูดซึมทุกอย่างในกระเพาะอาหาร ไม่ควรรับประทานเอง โดยไม่ปรึกษาแพทย์

จะเห็นได้ว่า การใช้ถ่านในการรักษาหรือบำบัดโรคไม่ใช่เรื่องง่าย ทุกอย่างต้องอยู่ภายใต้คำแนะนำของแพทย์ แม้ถ่านจะมีคุณสมบัติช่วยดูดซับสารพิษ และดับกลิ่นจริงก็ตาม เพราะฉะนั้น ควรศึกษาข้อมูลให้ถ้วนถี่ เพื่อร่างกายจะได้รับประโยชน์จากสิ่งนั้นๆ มากที่สุด และลดอาการข้างเคียงที่จะเกิดขึ้น