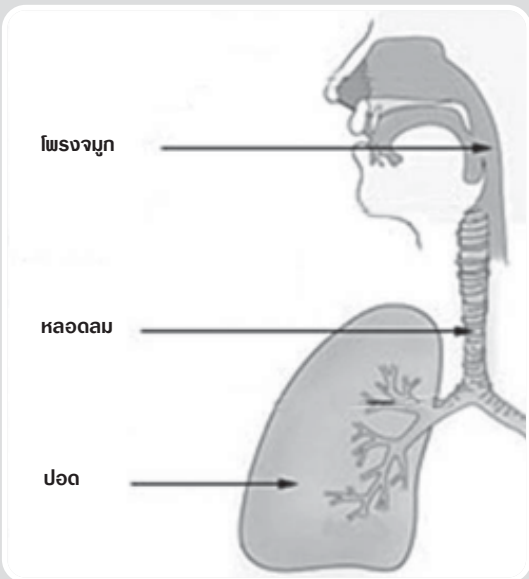




ยาแผนโบราณ ที่ใช้ใน ระบบทางเดินหายใจ

ในช่วงต้นฤดูร้อน อากาศมักแปรปรวนจากพายุฤดูร้อน สภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงนี้ อาจทำให้หลายคนเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นได้ จึงขอหยิบยกเรื่องราวเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์สุขภาพที่เฟื่องด้วยภูมิปัญญาของบรรพชนในอดีตมาขัดเขียนเล่าเรื่องราวต่าง ๆ คาดว่าน่าจะเป็นประโยชน์กับผู้อ่านทุกท่าน ประเด็นที่จะหยิบยกมาในวันนี้เป็นเรื่องของยาแผนโบราณต่าง ๆ ที่มีจำหน่ายในท้องตลาด ที่ใช้รักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ

สystem ทางเดินหายใจหมายถึงอวัยวะจากจมูกเข้าไปยังโพรงจมูกลงไปตามหลอดลมสิ้นสุดที่ปอด อาการผิดปกติของระบบทางเดินหายใจที่พบได้บ่อยคืออาการไอ ซึ่งเกิดได้หลายสาเหตุ แต่อาจแบ่งได้เป็น 2 สาเหตุหลักๆ ได้แก่ กลุ่มอาการไอแบบติดเชื้อมี และ กลุ่มอาการไอแบบไม่ติดเชื้อมี ในบทความนี้จะมุ่งเน้นไปที่กลุ่มอาการไอแบบไม่ติดเชื้อมีเป็นหลัก



ระบบทางเดินหายใจ

มาจาก : envirohealth.houston.org/ images/ respiratory-tract.jpg

จะขอกล่าวถึงการไอแบบง่าย ๆ และหลีกเลี่ยงการใช้ศัพท์ทางการแพทย์ให้มากที่สุด เพื่อจะได้อ่านแล้วไม่เกิดอาการงงง อาการไอแบบไม่ติดเชื้อมีมักเป็นกันมากเมื่ออยู่ในสภาวะอากาศที่

เปลี่ยนแปลงบ่อย ทำให้หลอดลมซึ่งไวต่อการเปลี่ยนแปลงของความชื้นและอุณหภูมิเกิดการหดตัวและอาจมีสารคัดหลั่ง หรือที่เรารู้จักกันในรูปของเสมหะมาคั่งค้างในทางเดินหายใจ กลไกของร่างกายก็จะทำการขยายท่อทางเดินหายใจโดยเฉพาะส่วนหลอดลมให้กว้างขึ้น โดยอาศัยการไอ ดังนั้นการไวจึงเป็นกลไกปกติของร่างกายที่ทำให้อากาศซึ่งผ่านเข้าออกได้สะดวก แต่ถ้าไอมากเกินไปก็จะทำให้เกิดอาการเหนื่อยหอบตามมา

| สมุนไพร | ตำรับที่ 1 | ตำรับที่ 2 | ตำรับที่ 3 |
|--------------|------------|------------|------------|
| ผลมะแว้ง | | 40 | 18.89 |
| ใบกะเพราแดง | | | 5.9 |
| ใบตาคาหม่อน | | | 5.9 |
| ใบสวาด | | | 4.71 |
| ขมิ้นอ้อย | | | 4.425 |
| สารส้ม | | | 2.19 |
| เปลือกส้มจีน | | 10 | |
| ชะเอมเทศ | 2 | 15 | |
| ใ้จ้วปวยจี๊ | 80 | | |
| รากบัวหลวง | 2 | | |
| เอ็งยั้ง | 3 | | |
| แปะตง | 2 | | |

ตารางที่ 1 แสดงปริมาณสมุนไพร (g/100g) ของยาอมแก้ไอ

ยาแก้อาการไอที่มีจำหน่ายในท้องตลาดที่เป็นยาแผนโบราณมีอยู่หลายชนิดหลายชื่อการค้าในที่นี่ได้แยกออกเป็น 2 กลุ่มหลักคือ กลุ่มยาอมและ กลุ่มยาน้ำแก้ไอ

ยาอมแก้ไอที่เห็นจำหน่าย และเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลายในปัจจุบันมีดังที่แสดงในตารางที่ 1 โดยตัวเลขในตารางเป็นน้ำหนักยาสมุนไพรแต่ละตัวในหน่วยกรัม ต่อน้ำหนักยา 100 กรัม โดยในตัวอย่างที่ยกมาจะพบว่ามียา 2 ตำรับจาก 2 บริษัทที่มีตัวยาหลักเป็นผลมะแว้งเหมือนกัน ส่วนอีกหนึ่งตำรับนั้นมีองค์ประกอบที่แตกต่างอย่างมาก จากตารางจะเห็นว่ามีตัวยาหลักอยู่ 2 ชนิด คือ ผลมะแว้ง และ ใ้จ้วปวยจี๊ รายละเอียดของสมุนไพรทั้งสองอย่างเป็นดังนี้

ผลมะแว้ง เป็นผลของพืชในสกุล *Solanum* ในวงศ์ Solanaceae 2 ชนิด ได้แก่ มะแว้งเครือ (*Solanum trilobatum* L.) และมะแว้งต้น (*Solanum sanitwongsei* Craib) ทั้งสองชนิดมีฤทธิ์ในการละลายเสมหะ และขับเสมหะเป็นอย่างดี



มะแว้งเครือ *Solanum trilobatum* L.

มาจาก : <http://prathom.swu.ac.th/panmai/pic/7-10110-002-441.JPG>



มะแว้งต้น *Solanum sanitwongsei* Craib

มาจาก : <http://www.pharm.chula.ac.th/vsuntree/phc/images/solan3.jpg>

โง้วปวยจี้ (แต่จิว) หรือ อู่เป่ย์-จื่อ (แมนดาริน) (五倍子) ส่วนใบของต้น *Rhus chinensis* Mill ที่ถูกแมลงชื่อ *Melaphis chinensis* (Bell) Baker บุกกรุก จนกลายเป็น ปูด (gall) ทางยาจีนระบุว่ามียุทธธรรมาฤทธิ์ละลายเสมหะ ทำให้เสมหะนิ่ม และเป็นยาฝาดสมานใช้ในคนที่มีอาการไอเรื้อรัง ผลการทดลองทางเภสัชวิทยายืนยันถึงการมีคุณสมบัติฝาดสมานที่ดี ซึ่งก็เป็นผลดีต่อการลดการไอได้ ขนาดใช้คือ 0.5 - 1.5 กรัมในรูปผง หรือ 1.5 - 4.5 กรัมสำหรับต้มดื่ม

| สมุนไพร | ตำรับที่ 1 | ตำรับที่ 2 |
|-----------|------------|------------|
| มะขามป้อม | 5 | 50.67 |
| เปลือกส้ม | 5 | 0.67 |
| เกลี้ยง | 15 | 1.33 |
| ชะเอมเทศ | | 0.67 |
| แก่นสน | | 0.67 |
| ชิงแห้ง | | 0.67 |
| ดีปลี | | 0.67 |
| สะค้าน | | 1.33 |
| อบเชย | | |

ตารางที่ 2 แสดงปริมาณสมุนไพรในตำรับยาไทยแก้อาการไอ แสดงเป็นน้ำหนัก (กรัม) / 100 มิลลิกรัม

ยาอมชนิดต่างๆ นี้ทำออกมาจำหน่ายในรูปลูกกลอนน้ำหนักลูกกลอนละ 0.15 กรัม ให้ออมครั้งละ 5 ลูกกลอนเวลามีอาการการอมแต่ละครั้ง จึงเทียบได้กับการอมลูกกลอนหนัก 0.75 กรัม เทียบเป็นตัวยาค่าคือโง้วปวยจิว 0.6 กรัม ซึ่งตรงตามขนาดที่ทางเภสัชตำรับแห่งสาธารณสุขประชาชนจีนกำหนด

นอกจากยาอมแก้อาการไอแล้วยังมียาน้ำแก้อาการไอที่วางจำหน่ายอีกหลายตำรับ ทั้งที่เป็นสมุนไพรจีน และสมุนไพรไทย โดยตัวยาคหลักในสมุนไพรจีนคือขวนปวย และปี้เป่ย์ ส่วนตัวยาคหลักในสมุนไพรไทยคือมะขามป้อม และ เปลือกส้มเกลี้ยง ดังแสดงในตารางที่ 2 และตารางที่ 3

จะเห็นได้ว่าในตำรับยาไทยที่เป็นยาแก้อาการไอตัวยาคหลักที่เป็นมะขามป้อมในยาน้ำแก้อาการไอ 2 ตำรับนั้นมีปริมาณไม่เท่ากัน ตามที่ได้เขียนรายละเอียดเรื่องมะขามป้อมไปแล้วในตอนยาแผนโบราณที่ใช้กับโรคในระบบโครงสร้าง พบว่าปริมาณยาที่แนะนำให้ใช้คือ 3 - 9 กรัมสำหรับต้มกิน ดังนั้นยาที่น้ำจะเข้าใกล้ปริมาณมาตรฐานมากกว่าคือยาน้ำแก้อาการไอ 1

ยาทั้ง 2 ขนานนั้นได้ระบุวิธีใช้ไว้ว่า ใช้กินครั้งละ 2 ช้อนโต๊ะ (30 มิลลิกรัม) วันละ 3-4 ครั้ง หรือเวลามีอาการ หากกินตามขนาดดังกล่าว ใน 1 วันก็จะได้รับยาที่มีส่วนประกอบของมะขามป้อมตามที่กำหนดไว้

ในส่วนยาจีนนั้นแบ่งเป็นสองรูปแบบคือ ยาน้ำเชื่อมชนิดเข้มข้น และยาน้ำเชื่อมชนิดปรกติ ยาสูตรนี้เป็นสูตรที่ผสมกันระหว่างพืชสมุนไพรสองชนิดคือ ขวนปวย และ ปี้เป่ย์ ตามชื่อเรียกภาษาจีนแต้จิ๋ว หรือที่เรียกในภาษาจีนกลาง (แมนดาริน) ว่า ขวนเป่ย์ และ ผีผา ซึ่งเป็นสมุนไพรหลักในการทำหน้าที่แสดงฤทธิ์ให้หยุดไอได้เป็นชะงัดนัก

| สมุนไพร | ยาน้ำเชื่อมชนิดเข้มข้น | ยาน้ำเชื่อมชนิดปรกติ |
|-------------------|------------------------|----------------------|
| ขวนปวย | 8 | 15 |
| ปี้เป่ย์ | 10 | 17 |
| โหวห่งยั้ง (苦杏仁)* | 4 | 8 |
| กิกเก้ (桔梗)** | 8 | 7 |

ตารางที่ 3 แสดงปริมาณสมุนไพรในตำรับยาจีนแก้อาการไอแสดงเป็นน้ำหนัก (กรัม)/100 มิลลิกรัม

*ขู่ซึ่งเหริน(จีนกลาง) *Prunus amariaca* L. var. *ansu*

**เจ็กัง (จีนกลาง) *Platycodon grandiflorus* DC.

ขวนปวยป้อ (แต่จิว) หรือ ขวนเป่ย์มู่ (แมนดาริน) เป็นยาสมุนไพรที่ได้จากลำต้นใต้ดินของพืช สกุล *Fritillaria* ซึ่งเป็นพืชในกลุ่มพืชใบเลี้ยงเดี่ยว ในวงศ์เดียวกับกับิลลี คีอวงส์ Liliaceae โดยจะได้จากพืช 3 ชนิดหลักๆ ได้แก่ *Fritillaria cirrhosa* D.Don, *Fritillaria unibracteata* Hsiao et K.C. Hsia และ *Fritillaria przewalskii* Maxim.



ขมปวย Fritillaria cirrhosa D.Don
 มาจาก : www.itmonline.org/image/frit2.jpg

พืชในวงศ์นี้จะมีลักษณะเด่นๆ ตรงลำต้นใต้ดินจะมีลักษณะเป็นก้อนแข็งๆ และมีกาบใบหุ้มไว้ ซึ่งลักษณะลำต้นใต้ดินที่เป็นอย่างนี้ในทางพฤกษศาสตร์เรียกว่า ลำต้นใต้ดินแบบ "bulb" สำหรับพืชกลุ่มนี้ลักษณะของลำต้นใต้ดินจะมีรูปร่างเป็นรูปคล้ายหัวใจ หรือรูปไข่ ปนรูปกรวย สูงราวครึ่งถึง 1 เซนติเมตร มีผิวสีขาว และพบเกล็ดใบ (scale leaves) สองอัน ขนาดเล็ก 1 อัน และขนาดใหญ่ 1 อัน โดยเกล็ดใบขนาดใหญ่ห่อหุ้มเกล็ดใบขนาดเล็กเอาไว้ มีลักษณะเรียวยาวไปทางยอดแหลมของลำต้นใต้ดิน

ในทางยาจีนกล่าวไว้ว่ามีรสหวานปนขม เป็นยาเย็น และส่งผลออกฤทธิ์หลักๆ ไปที่ปอด และหัวใจ ผลที่แสดงคือจะไข้ลด อากาศไอบ้าง โดยเฉพาะอากาศไอบ้างๆ ที่เกิดจากภาวะพร่องหยินที่ เกิดภายในร่างกาย พุดง่าย ๆ คืออาการที่เกิดจากการร้อนในนั่นเอง ขนาดยาที่ปรากฏในตำรายาจีนคือใช้ขมปวย 3 - 9 กรัม นำมาต้มกิน หรือ 1.0 - 1.5 กรัมในรูปผงยา ให้กินวันละ 2 - 3 ครั้ง สำหรับ กลไกทางเภสัชวิทยานั้นพบว่าขมปวยจะออกฤทธิ์กดการหายใจ ซึ่งเป็นฤทธิ์ที่เหมือนกับโคเคอีนในยาแก้ไอที่ปัจจุบันถูกห้ามจำหน่ายไปแล้ว

หลักธรรมชาติกับชีวิต...

ในทางการแพทย์แผนจีนจะถือว่าร่างกายเรานั้นเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ดังนั้นอวัยวะทุกอย่างทุกอย่างในร่างกายก็ย่อมเป็น

ไปเหมือนธรรมชาติ และหลักธรรมชาติที่ว่านี่คือหลักของความตรงข้ามกันของสองลักษณะที่แตกต่าง อันได้แก่ เรื่องความสว่าง และความมืด ความร้อน และความเย็น เพศผู้ และเพศเมีย หรือ หยาง และ หยิน นั่นเอง

ในร่างกายคนเราก็ประกอบไปด้วยหยิน-หยาง ซึ่งหยิน-หยางนี้จะมีอยู่ที่อยู่ต่าง ๆ ทั่วทั้งร่างกาย ถ้าจะเข้าใจหลักนี้ให้ง่ายขึ้น ขอให้ทุกท่านนึกถึงแม่เหล็ก แม่เหล็กก้อนหนึ่งจะมีขั้วสองขั้วคือขั้วบวก และขั้วลบ (ขั้วเหนือ และขั้วใต้) เมื่อเราตัดแม่เหล็กออกเป็นชิ้นเล็กๆ แต่ละชิ้นก็จะมีขั้วเป็นสองขั้วเหมือนที่ปรากฏในแม่เหล็กก้อนใหญ่เช่นเดิม อวัยวะต่างๆ ภายในร่างกายจึงมี หยิน-หยาง ทั่วอวัยวะ โดยจะมีอยู่ในลักษณะที่สมดุลและทำให้อวัยวะแต่ละอย่างทำงานได้เป็นปกติ และสัมพันธ์กัน

และเมื่อใดที่เกิดการเสียสมดุลระหว่างสองส่วนที่ว่านี้ก็จะเกิดเหตุผิดปกติขึ้น ถ้าเป็นทางธรรมชาติก็จะเกิดภัยธรรมชาติ หรือวิบัติการณ์ต่างๆ หากเป็นร่างกายคนเราก็เกิดโรค หรืออาการอันไม่เป็นปกติขึ้น ซึ่งอาการร้อนในนั้นก็เกิดจากการที่คุนสมบัติด้านหยินพร่องไป หรือมีด้านหยางเกินมานั่นเอง

สิ่งแวดล้อมกับสมดุลร่างกาย

การที่จะเกิดการเสียสมดุลของด้านทั้งสองที่ว่านี้เกิดจากอะไร... สิ่งส่งผลมากต่อการเสียสมดุลของร่างกาย คือ อาหารการกินที่เราทานได้ ต้มกินกันอยู่ทุกวันนั่นเอง เพราะอาหารต่างๆ นั้นก็ได้มาจากธรรมชาติ และอาหารแต่ละชนิด ผลไม้แต่ละอย่างก็จะมีคุณสมบัติเด่นกันไปคนละอย่าง บางอย่างก็เน้นไปด้านหยิน บางอย่างก็เน้นไปด้านหยาง ฉะนั้นหากใครกินอาหารไม่สมดุลก็จะทำให้อวัยวะไม่สมดุลไปด้วย

ถ้าเราเคยได้ยินพ่อแม่ หรือปู่ย่า จะบอไว้เนืองๆ ว่าอย่ากินทุเรียน ลำไย หรือ เงาะ มากเกินไปเดี๋ยวจะร้อนใน ก็เป็นตัวอย่างหนึ่ง และนอกจากทานจะเตือนเรื่องร้อนในแล้ว บางทีท่านถึงสารเห็นใจถ้าจะห้ามไม่ให้กิน ก็จะมีวิธีแก้ให้ด้วยว่า จะต้องกินมังคุดตามไปด้วยเพื่อดับร้อน หรือไม่ให้ขงน้ำเกลือกินเพื่อถ่วงการร้อนใน ตัวอย่างที่ว่านี้ก็จะบอกได้ว่า อาหารต่าง ๆ นั้นมีคุณสมบัติด้านหยินหยางที่ต่างกัน

นอกจากอาหารต่างๆ แล้ว สภาพอากาศในฤดูกาลต่างๆ ก็ส่งผลทำให้หยิน-หยางในร่างกายเสียสมดุลได้เช่นกัน ยกตัวอย่างเช่นในสภาวะอากาศร้อนแห้ง จะทำให้อวัยวะสูญเสียหยินออกสู่สิ่งแวดล้อมทำให้สภาวะหยินในร่างกายพร่องลง ก็เกิดการเสียสมดุลหยิน-หยาง และมีอาการผิดปกติตามมา



มาจาก : <http://img463.imageshack.us/img463/1883/healthyfoodsvf6.jpg>

เมื่อเสียดู...

การเสียสมดุลที่ว่่านั้นมี ๔ ลักษณะคือ หยินพร่อง หยางพร่อง หยินเกิน และ หยางเกิน ซึ่งจะแตกต่างกัน ภาวะที่พร่องหยิน หรือ พร่องหยางนั้น คือ มี หยิน หรือหยางต่ำกว่าปกติ แต่ด้านตรงข้ามมีปริมาณที่ปกติอยู่ ส่วนภาวะที่เกิน ก็จะมีสิ่งหนึ่งมากกว่าปกติ และสิ่งหนึ่งยังคงปกติอยู่

การที่ร่างกายจะมีภาวะหยางมากกว่าหยินจึงเกิดได้สองอย่างคือ มีหยางเกิน หรือ หยินพร่อง ซึ่งทั้งสองนี้จะทำให้หยางมากกว่าหยิน แต่อาการแสดงจะมีความแตกต่างกัน และการแก้ไขให้กลับสู่สมดุลก็แตกต่างกันคือ หากหยินพร่องก็ต้องเพิ่มหยิน ถ้าหยางเกิน ก็ต้องลดหยาง โดยอาศัยยา หรือ การบำบัดโดยการนวด กดจุด หรือฝังเข็ม

อาการไอตามตำรับของจีนนั้นกับบอกว่าถ้าร้อนในจะมีอาการไอได้ อาการร้อนในในที่นี้คือ หยินในร่างกายพร่องโดยเฉพาะหยินที่ปอด ดังนั้นจึงต้องเพิ่มหยินให้แก่ปอด ขวนปวยนั้นมีคุณสมบัติด้านเย็น และมีอิทธิพลต่อปอด และหัวใจ จึงไปช่วยปรับสมดุลหยินแก่ปอด จึงช่วยระงับอาการไอได้เป็นอย่างดีและเป็นสมุนไพรที่บรรจุอยู่ในเภสัชตำรับแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน

คราวนี้บางคนอาจถามว่าอาการไอที่ว่า หยินพร่องนี้เป็นอย่างไร... อาการที่จะสังเกตได้ง่ายๆ คือ จะมีอาการปากแห้ง คอแห้ง ลมหายใจแห้ง เสียงแหบ มีเสมหะเล็กน้อย ลิ้นแดง ขีพจรเต้นถี่เร็ว และเบา ถ้าอาการเป็นอย่างที่ว่าไว้ก็ตรงตามอย่างตำราบอก



ป้เป็ *Eriobotrya japonica* (Thunb.) Lindl.

มาจาก : www.dipbot.unict.it/sistematica/Image17.jpg

ป้เป็เสี้ยะ (แต่จิว) หรือ ฝิผาเย้ (แมนดาริน) (枇杷葉)

เป็นยาที่ได้มาจากใบของต้นป้เป็ ซึ่งเป็นพืชชนิดหนึ่งในวงศ์กุหลาบหรือวงศ์ Rosaceae นั้นเอง พืชชนิดนี้มีชื่อพฤกษศาสตร์ว่า *Eriobotrya japonica* (Thunb.) Lindl. พืชชนิดนี้มีชื่อเรียกในภาษาอังกฤษว่า Loquat ตามตำรายาจีนกล่าวว่า มีรสขม ออกฤทธิ์ต่อตับและกระเพาะอาหาร

สำหรับสรรพคุณที่ได้มีบันทึกไว้ในเภสัชตำรับแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีนกล่าวว่า สามารถลดอาการไอ ขับเสมหะที่เหนียวข้น และ แก้อาการหายใจติดขัด นอกจากนี้ยังสามารถใช้แก้ไอเจียน ลดไข้ และแก้กระหายน้ำด้วย และจากการทดสอบทางเภสัชวิทยาพบว่า สารสกัดจากใบป้เป็นี้สามารถขับเสมหะได้ ด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ และเชื้อ *Staphylococcus aureus* ที่เป็นสาเหตุแห่งการเกิดฝี หนอง และการติดเชื้อบนผิวหนัง ในหลอดทดลองได้ จึงส่งผลดีต่ออาการไอ โดยเฉพาะในกรณีไอเรื้อรังและหลอดลมอักเสบ ขนาดยาที่ใช้คือ 6 - 12 กรัม นำมาต้มกิน

ในฉลากยาทั้งสองแบบระบุว่าผู้ใหญ่กินครั้งละ 10 ถึง 15 มิลลิกรัม วันละ 3 - 4 ครั้ง เมื่อเทียบแล้วเป็นปริมาณด้วยสำคัญในยาน้ำเชื่อมชนิดปกติจะมีปริมาณสูงกว่า โดยเทียบได้เท่ากับขวนปวย 9 กรัม และ ป้เป็ 10 กรัม ต่อ 1 วัน ในกรณีของยาน้ำเชื่อมชนิดเข้มข้นนั้นจะเทียบได้เท่ากับ ขวนปวย 4.8 กรัม และ ป้เป็ 6 กรัม ซึ่งทั้ง 2 ตำรับอยู่ในช่วงที่กำหนดในมาตรฐานพอดี

สำหรับยาในกลุ่มขวนปวยป้เป็นี้จัดเป็นยาที่ค่อนข้างดีมากสำหรับอาการไอแต่ยังมีข้อควรระวังในการใช้ยา เนื่องจากขวนปวยที่เป็นส่วนประกอบของยานั้น มีการทดสอบฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาแล้วพบว่า มีสารสำคัญที่ชื่อ fittimine ซึ่งมีผลยับยั้ง หรือกดการหายใจ และยังมีผลเพิ่มการบีบรัดตัวของมดลูกในสัตว์ทดลอง ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงการใช้ยานี้ในสตรีมีครรภ์ และเด็กเล็ก หรือคนชรา เนื่องจากในเด็กเล็กและคนชรา นั้นจะมีความไวต่อการกดการหายใจสูง

