สมุนไพรไทยที่มีสรรพคุณบำรุงสมองกับการป้องกันโรคสมองเสื่อม

อาจารย์เพชรรุ่ง เดชบุญญจิตต์

พรมมิ

ขมิ้นชัน

ใบบัวบก

ความเจ็บป่วยของผู้สูงวัย โดยโรคที่พบบ่อยและเป็นปัญหาทั่วโลกคือ โรคสมองเสื่อม (Dementia) ซึ่งมีสาเหตุมาจากโรคอัลไซเมอร์เป็นส่วนใหญ่ ในปี พ.ศ. 2558 มีผู้ป่วยด้วยโรคนี้มากกว่า 46 ล้านคนทั่วโลก และจะเพิ่มสูงขึ้นถึง 131.5 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2593 ปัจจัยสำคัญคือ อายุและพันธุกรรม (genetic effects) โดยพบว่าสัดส่วนของผู้ป่วยเพิ่มขึ้นตามช่วงอายุ ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 90 ปี ขึ้นไป พบสูงถึงร้อยละ 50 ช่วงอายุ 65-74 ปี จะพบร้อยละ3 ช่วงอายุ 75-84 ปี พบร้อยละ 17 และ 85 ปีขึ้นไป พบได้ถึงร้อยละ 32 โรคอัลไซเมอร์ (Alzheimer's disease: AD) เป็นโรคสมองเสื่อม ซึ่งเกิดจากการตายหรือเสื่อมของเซลล์สมองทุกส่วน ส่งผลให้การทำงานของสมองลดลง สูญเสียความทรงจำทั้งระยะสั้นและระยะยาว มีอาการเหม่อลอย ทำอะไรไปโดยไม่มีจุดหมาย ลืมง่าย โดยเฉพาะเรื่องที่พึ่งเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น ลืมรับประทานอาหารเช้า ลืมแปรงฟัน หรือบางครั้งชอบถามคำถามซ้ำๆ บ่อยๆ เป็นต้น

สาเหตุของโรคดังกล่าวจะพบได้ 3 สาเหตุหลักคือ 1) สารสื่อประสาทที่มีชื่อ "เอนไซม์โคลีนเอสเตอเรส" หรือตัวยับยั้งการทำลายสมอง เมื่อเอนไซม์ดังกล่าวถูกทำลายก็จะทำให้เกิดภาวะโรคสมองเสื่อม 2) โปรตีนเบตาอะไมลอยด์ เป็นแบคทีเรียที่เมื่อไปเกาะกลุ่มกัน ก็จะทำให้เป็นพิษต่อเซลล์ประสาท และขัดขวางการทำงานของเซลล์ประสาท จึงเป็นสาเหตุหนึ่งของโรคอัลไซเมอร์ หรือระบบความจำที่ลดลง 3) เซลล์ประสาทถูกทำลายจากสารอนุมูลอิสระ (รังสียูวี ควันพิษ ตะกั่ว โลหะหนัก อายุที่มากขึ้น ฯลฯ) ที่ก่อให้เกิดอาการอักเสบในร่างกาย รวมไปถึงส่งผลต่อระบบสมองเช่นกัน การรักษาโรคให้หายขาดในผู้สูงวัยอาจจะเป็นไปได้ยาก เนื่องจากทางการแพทย์นั้นทำได้เพียงแค่ชะลออาการป่วย งานนี้ "สมุนไพรไทยที่มีสรรพคุณบำรุงสมอง" จึงเป็นตัวช่วยในการดูแลสุขภาพที่น่าสนใจ ดังคำกล่าวที่ว่า การป้องกันย่อมดีกว่าการรักษา ที่สำคัญยังเป็นสิ่งที่หาได้ง่าย และจัดอยู่ในกลุ่มของยาอายุวัฒนะตามศาสตร์การรักษาโรคของแพทย์แผนโบราณอีกด้วย "สมุนไพรไทย" ที่มีสรรพคุณลดการทำลายเซลล์ประสาท ช่วยบำรุงสมอง จึงถือเป็นทางเลือกหนึ่งที่สำคัญ อีกทั้งเป็นสิ่งที่หาได้ง่ายๆ ได้แก่ พรมมิ ขมิ้นชัน ใบบัวบก กลีบบัวแดง ดอกอัญชัน สมุนไพรดังกล่าวช่วยป้องกันการเกาะกลุ่มกันของโปรตีนเบตาอะไมลอยด์ ซึ่งเป็นตัวการทำให้เซลล์สมองทำงานได้ลดน้อยลง

ซึ่งจะทำให้ความทรงจำของผู้ป่วยลดน้อยลง ในพรมมิมีสารสำคัญช่วยในการเรียนรู้และจดจำ ช่วยลดอาการวิตกกังวล ลดอาการซึมเศร้า และต้านอาการชัก ส่วนขมิ้นชันมีสารที่มีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์โคลีนเอสเตอเรสไม่ให้ถูกทำลายลงได้ง่ายอีกด้วย อีกทั้งยังช่วยลดความเครียดที่เป็นสาเหตุหนึ่งของโรคอัลไซเมอร์อีกด้วย ส่วนกลีบบัวแดงและใบบัวบกมีสรรพคุณต้านอนุมูลอิสระ และเพิ่มการไหลเวียนโลหิตไปเลี้ยงสมองได้ดี

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลให้การดำเนินของโรคเร็วขึ้น เช่น การออกกำลังกาย การศึกษา การดื่มแอลกอฮอล์ ดัชนีมวลกาย หลอดเลือดแดงในสมองแข็ง ระดับความดันโลหิต ภาวะไขมันในเลือดสูง โรคเบาหวาน ฮอร์โมนเพศหญิงทดแทน ระดับโฮโมซีสตีนในเลือดสูง ความอ้วน และการสูบบุหรี่ ดังนั้นการป้องกันภาวะโรคสมองเสื่อมในผู้สูงอายุโดยการใช้สมุนไพรไทยจึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ปลอดภัย ถูก หาง่าย เพราะการใช้ยาแผนปัจจุบันยังคงเจอปัญหาเรื่องผลข้างเคียงที่ผู้ป่วยต้องใช้อย่างระมัดระวัง

อ้างอิง

คณะกรรมการแห่งชาติด้านยา. (2551). *บัญชียาจากสมุนไพรพ.ศ. 2549 ตามประกาศคณะกรรมการแห่งชาติด้านยา (ฉบับที่ 5) พ.ศ. 2549 เรื่อง บัญชียาหลักแหงชาติ พ.ศ. 2547 (ฉบับที่ 4)*. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

ชัชวาลย์ ช่างทำ. (2558). คุณประโยชน์และฤทธิ์ทางชีวภาพที่หลากหลายของสมุนไพรขมิ้นชัน. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี หัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*, 1(2), 94-109.

ชัชวาล ช่างทำ. (2560). โรคอัลไซเมอร์ของผู้สูงอายุกับทางเลือกบำบัดด้วยสมุนไพรขมิ้นชัน. *วารสารคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*, 3(2), 88-101.

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2558*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

หมออาสา แพทย์แผนไทย. (2559). *พรมมิ สุดยอดสมุนไพรบำบัดรักษาโรคอัลไซเมอร์และบำรุงสมองชั้นเลิศ*. กรุงเทพฯ. ปัญญาชน

สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข. *ข่าวเพื่อสื่อมวลชน*. [อินเตอร์เน็ต]. 2560 [เข้าถึงเมื่อ 21 ก.พ.2562]. เข้าถึงได้จาก http://pr.moph.go.th/iprg/include/admin_hotnew/show_hotnew.php?idHot_new=86580

.