ขมิ้นชัน

ชื่ออื่น ๆ ขมิ้น ขมิ้นแกง ขมิ้นหยวก ขี้มิ้น ตายอ สะยอ หมิ้น

ชื่ออังกฤษ Curcumae Longae Rhizoma, Turmeric, Yellow Root, Indian Saffron, Curcumae Domesticae Rhizoma

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Curcuma longa* L.

วงศ์ ZINGIBERACEAE

ถิ่นกำเนิดและการกระจายพันธุ์ ปลูกแถบเอเชียตอนใต้ (ประเทศไทย กัมพูชา ลาว สหพันธรัฐมาเลเซีย ฟิลิปปินส์ เวียตนาม และอินโดนีเซีย) แถบคาบสมุทรอินเดีย และสาธารณรัฐประชาชนจีน

ส่วนที่ใช้ เหง้า

สารสำคัญ สารกลุ่ม curcuminoids 3-5% (ประกอบด้วย curcumin 1.8-5.4%, desmethoxycurcumin, bisdesmethoxycurcumin; น้ำมันหอมระเหย ประมาณ 3-7.2% และสารกลุ่มอื่น ๆ

กลิ่น และรส กลิ่นหอมเฉพาะ รสเผ็ดเล็กน้อย

การใช้ที่มีข้อมูลการศึกษาทางคลินิกสนับสนุน ขับลม อาหารไม่ย่อย และลดกรด

การใช้ตามภูมิปัญญา ตำรับยาแผนไทยใช้ขมิ้นชันทั้งสดและแห้ง เป็นยาบำรุงธาตุ ฟอกเลือด แก้ท้องอืดเฟ้อ แก้เสมหะ แก้ไข้ทั้งปวง แก้ผดผื่นคัน แก้โรคผิวหนัง แก้บาดแผลและทำให้อาการฟกบวมยุบลง

การศึกษาทางเภสัชวิทยา

ฤทธิ์ขับลม น้ำมันหอมระเหยขมิ้นชันมีฤทธิ์ขับลม

ฤทธิ์ต้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้ สาร curcumin มีฤทธิ์ต้านการเกิดแผล โดยกระตุ้นการหลั่ง mucin มาเคลือบ และยับยั้งการหลั่งน้ำย่อยต่าง ๆ และมีฤทธิ์ต้านการอักเสบของลำไส้ใหญ่ สารสกัดขมิ้นชันมีผลต่อการหลั่งกรด

ฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย สารสกัดแอลกอฮอล์และสาร curcumin มีฤทธิ์ต้านเชื้อ *Helicobacter pylori* ที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดแผลที่กระเพาะอาหาร และก่อเกิดมะเร็ง

ฤทธิ์ต้านการอักเสบ สารสกัดแอลกอฮอล์ สารสกัดน้ำ น้ำคั้น สาร curcuminoids และน้ำมันหอมระเหย มีฤทธิ์ต้านการอักเสบแบบเฉียบพลันและเรื้อรังในสัตว์ทดลอง ซึ่งฤทธิ์ต้านการอักเสบจะช่วยบรรเทาอาการปวดท้องเนื่องจากแผลในกระเพาะอาหารได้

ฤทธิ์ขับน้ำดี สารสำคัญที่มีฤทธิ์ขับน้ำดีคือ สาร curcumin, sodium curcuminate และ cineole (ที่พบในน้ำมันหอมระเหย)

ฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ สารสกัดขมิ้นชันมีฤทธิ์คลายกล้ามเนื้อเรียบของลำไส้ และมดลูก

ฤทธิ์ปกป้องตับ สารสกัดขมิ้นชัน 1% มีฤทธิ์ต้านการอักเสบของตับหนูจากสาร D-galactosamine สารกลุ่ม curcuminoids (curcumin, demethoxycurcumin, และ bisdemethoxycurcumin) มีฤทธิ์ปกป้องตับในหลอดทดลอง ได้ดีเทียบเท่าสารมาตรฐาน silybin และ silychristin

ฤทธิ์ต้านการเกิดโรคความจำเสื่อม (Alzheimer disease) สารกลุ่ม curcuminoids มีฤทธิ์ต้านการเกิดโรคความจำเสื่อมโดยมีผลป้องกันการถูกทำลายของเซลล์สมอง

การศึกษาความเป็นพิษเฉียบพลัน ขมิ้นชันมีความปลอดภัย ขนาดของสารสกัดเอทานอล 50% ที่ทำให้หนูตายครึ่งหนึ่ง (LD_{50}) มีค่ามากกว่า 15 ก./กก. โดยการป้อนทางปาก ฉีดใต้ผิวหนัง และทางช่องท้อง

การศึกษาความเป็นพิษเรื้อรัง การให้สาร curcuminoids ในขนาดที่ใช้ในคน 10 มก./กก./วัน ติดต่อกันเป็นเวลานาน 6 เดือน ไม่ทำให้เกิดพิษในหนูขาว แต่สาร curcuminoids ในขนาดสูงอาจมีผลต่อการทำงานและโครงสร้างตับได้ แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่กลับเป็นปกติได้ เมื่อหยุดใช้

การศึกษาทางคลินิก

ผลในการรักษาอาการท้องเสีย รายงานจากอินโดนีเซียพบว่า ขมิ้นชันใช้รักษาอาการท้องเสีย

ผลในการรักษาอาการแน่นจุกเสียด การรับประทานขมิ้นชัน ครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหารและก่อนนอน นาน 7 วัน จะให้ผลดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ยาและที่ได้รับประทานยา ขับลม

ผลในการรักษาโรคแผลในทางเดินอาหาร การรับประทานขมิ้นชัน ครั้งละ 3 แคปซูล วันละ 4 ครั้ง ก่อนอาหารและก่อนนอน บรรเทาอาการปวดท้องเนื่องจากโรคกระเพาะอาหารเป็นแผลได้ และการให้ขมิ้นชัน (300 มก./แคปซูล) ครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 5 ครั้ง เป็นเวลา 12 สัปดาห์ แผลหายในผู้ป่วย 19 ราย ใน 25 ราย (คิดเป็น 76%) อีกการทดลองในผู้ป่วย 45 คน รับประทานขมิ้นชัน (300 มก./แคปซูล) ครั้งละ 2 แคปซูล วันละ 5 ครั้ง พบว่าผู้ป่วยแผลหายภายใน 4 สัปดาห์ จำนวน 12 ราย หายภายใน 8 สัปดาห์ จำนวน 18 ราย หายภายใน 12 สัปดาห์ จำนวน 19 ราย

ผลลดการบีบตัวของลำไส้ การรับประทานขมิ้นชัน วันละ 162 มก. พบว่ามีฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ได้

ความเป็นพิษในคน การศึกษา clinical trial Phase I พบว่าการรับประทานสาร curcumin ในปริมาณ 10 กรัมต่อวัน ไม่ก่อเกิดพิษ และการรับประทานน้ำมันหอมระเหยขมิ้นชันในปริมาณ 0.6 มิลลิลิตร วันละ 3 เวลา เป็นเวลา 1 และ 3 เดือน ในอาสาสมัครจำนวน 9 คน พบว่ามีความปลอดภัย

ข้อห้ามใช้ ห้ามใช้ในผู้ป่วยที่มีท่อน้ำดีอุดตัน ผู้ที่ไวต่อขมิ้นชัน และผู้ป่วยโรคนิ่วควรปรึกษาแพทย์ก่อนใช้

ข้อควรระวัง ควรระมัดระวังการใช้ในหญิงมีครรภ์ และเด็ก ยกเว้นภายใต้การดูแลของแพทย์

อาการไม่พึงประสงค์ ผิวหนังอักเสบจากการแพ้ ขมิ้นขนาดยาที่สูงจะทำให้เกิดการระคายเคืองทางเดินอาหาร

บรรณานุกรม

https://www.dnp.go.th/botany/mplant/index.html

http://www.worldfloraonline.org/

คณะอนุกรรมการจัดทำตำราอ้างอิงยาสมุนไพรไทย ในคณะกรรมการคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย. ตำราอ้างอิงยาสมุนไพรไทย เล่ม 1. กรุงเทพมหานคร: บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), 2551.

นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ นงลักษณ์ เรื่องวิเศษ. คุณภาพเครื่องยาไทย จากงานวิจัยสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร: บริษัท คอนเซ็พท์ เมดิคัส จำกัด, 2551.

เอกสารนี้จัดทำโดยคลินิกการประกอบโรคศิลปะ สาขาการแพทย์แผนจีนหัวเฉียว
ใช้เผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานความรู้แก่ประชาชน