

มาทำน้ำมันไพลกันเถอะ

ภญ.กฤติยา ไชยนอก
สำนักงานข้อมูลสมุนไพร
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

น้ำมันไพล ตามบัญชียาหลักแห่งชาติจัดเป็นยาพัฒนาจากสมุนไพร เป็นยาใช้ภายนอกโดยใช้ทาและถูเบาๆ วันละ 2 - 3 ครั้งเพื่อบรรเทาอาการบวม ฟกช้ำ เคล็ดขัดยอก (1) ซึ่งสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายยาและผลิตภัณฑ์สมุนไพรทั่วไป แต่หากอยากจะทำเองเตรียมเพื่อใช้กันเองก็สามารถเตรียมได้ง่าย ซึ่งในสูตรตำรับทั่วไป ประกอบด้วยสมุนไพรหลักคือ เหง้าไพล และสมุนไพรอื่นๆ ได้แก่ เหง้าขมิ้นชัน และดอกกานพลูเป็นต้น โดยฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาและสารสำคัญของสมุนไพรทั้งสามชนิดมีดังนี้

เหง้าไพล มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาได้แก่ ฤทธิ์ลดการอักเสบ ฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่ ฤทธิ์แก้ปวด ฤทธิ์ต้านจุลชีพ และฤทธิ์ต้านการหดเกร็งของกล้ามเนื้อเรียบ สารสำคัญได้แก่ น้ำมันหอมระเหย, สารกลุ่ม phenylbutenoids เช่น (E)-1-(3,4-dimethoxyphenyl) butadiene (DMPBD), (E)-4-(3',4'-dimethylphenyl) but-3-en-1-ol, สารกลุ่ม curcuminoids เช่น curcumin และ cassumunarins เป็นต้น (2 - 10)

เหง้าขมิ้นชัน มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาได้แก่ ฤทธิ์ลดการอักเสบ ฤทธิ์ต้านการแพ้ ฤทธิ์ต้านเชื้อจุลชีพ ฤทธิ์ป้องกันตับอักเสบ และฤทธิ์สมานแผล สารสำคัญได้แก่ น้ำมันหอมระเหย, สาร α -turmerone, สาร curcumin และอนุพันธ์ของ curcumin เป็นต้น (2, 11)

ดอกกานพลู มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาได้แก่ ฤทธิ์ลดการอักเสบ ฤทธิ์แก้แพ้ ฤทธิ์ต้านจุลชีพ และฤทธิ์ยาชาเฉพาะที่ สารสำคัญได้แก่ น้ำมันหอมระเหย และสาร eugenol เป็นต้น (2, 11)

ทั้งนี้ขอยกตัวอย่างสูตรการเตรียมน้ำมันไพลและวิธีการทำดังนี้

สูตรตำรับน้ำมันไพล (12)

ส่วนประกอบ

- หัวไพลสด	2	กิโลกรัม
- ขมิ้นชันสด	1/2	กิโลกรัม
- น้ำมันพีช	1	กิโลกรัม
- ดอกกานพลู	15	กรัม
- เมนทอล	250	กรัม
- พิมเสน	150	กรัม
- การบูร	150	กรัม

วิธีทำ

1. หั่นเหง้าไพลสด และเหง้าขมิ้นชันสด ให้เป็นชิ้นบางๆ
2. เทน้ำมันพืช (ควรเลือกน้ำมันที่ทนความร้อน เช่น น้ำมันปาล์ม น้ำมันมะพร้าว เป็นต้น) ลงกระทะ ตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนจัด ลดไฟลงให้ไฟร้อนปานกลาง นำไพลและขมิ้นชันลงทอดในน้ำมัน ทอดจนไพลและขมิ้นชันกรอบเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลแก่แล้วน้ำมันเป็นสีเหลืองใส ต้องระวังอย่าให้สมุนไพรไหม้ จากนั้นช้อนเอาชิ้นไพลและขมิ้นชันออก ลดไฟให้เหลือไฟอ่อนๆ
3. ตักกานพลูให้ป่น นำลงทอดในน้ำมันต่อ ด้วยไฟอ่อนๆ เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำมันที่อยู่ในกานพลูระเหยไป ทอดประมาณ 5 นาที แล้วดับไฟ
4. กรองน้ำมันที่ได้ด้วยผ้าขาวบาง
5. พอน้ำมันอุ่นๆ ผสมเมนทอล พิมเสน และการบูรลงในน้ำมัน คนให้ละลายเข้ากัน
6. บรรจุน้ำมันที่ได้ลงในภาชนะที่มีฝาปิดสนิทเพื่อป้องกันการระเหย หรือบรรจุในขวดที่มีฝาลูกกลิ้ง เพื่อให้สะดวกต่อการใช้ต่อไป

ข้อบ่งใช้ (1)

บรรเทาอาการบวม ฟกช้ำ เคล็ดขัดยอก โดยการทา ทุเบาๆ บริเวณที่มีอาการวันละ 2 - 3 ครั้ง

ข้อห้ามใช้

ห้ามทาบริเวณขอบตาและเนื้อเยื่ออ่อน และบริเวณผิวหนังที่มีบาดแผลหรือมีแผลเปิด

ข้อควรระวัง/ข้อแนะนำ

น้ำมันไพลที่ได้มีสีเหลืองหากสัมผัสกับเสื้อผ้าจะซักออกได้ยาก และไม่สามารถซักออกด้วยผงซักฟอกปกติซึ่งมีฤทธิ์เป็นด่างได้ ดังนั้นหากเสื้อผ้าเปื้อนน้ำมันไพลให้ซักด้วยน้ำยาซักผ้าเด็กซึ่งมีฤทธิ์เป็นกรดอ่อน จะช่วยให้รอยเปื้อนนั้นจางลงหรือหายไป

อาการไม่พึงประสงค์

อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง

เอกสารอ้างอิง

1. คณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ. ประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เรื่อง บัญชียาหลักแห่งชาติ พ.ศ. 2559.
2. ฐานข้อมูลสมุนไพรที่ใช้ในงานสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. ไซล [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 4 ก.ค. 60]. เข้าถึงได้จาก: <http://medplant.mahidol.ac.th/pubhealth/index.asp>
3. นันทวัน บุญยะประภัศร และอรนุช โชคชัยเจริญพร, บรรณาธิการ. สมุนไพร: ไม้พื้นบ้าน (3). กรุงเทพฯ: บริษัทประชาชนจำกัด; 2542.
4. Jeenapongsa R, Yoovathaworn K, Sriwatanakul KM, Pongprayoon U, Sriwatanakul K. Anti-inflammatory activity of (E)-1-(3,4-dimethoxyphenyl)butadiene from *Zingiber cassumunar* Roxb. J Ethnopharmacol 2003;87:143-8.
5. Masuda T, Jitoe A, Mabry TJ. Isolation and structure determination of cassumunarins A, B and C: new anti-inflammatory antioxidants from a tropical ginger, *Zingiber cassumunar*. J Am Oil Chem Soc 1995;72(9):1053-7.
6. Masuda T, Jitoe A. Antioxidative and antiinflammatory compounds from tropical gingers: isolation, structure determination, and activities of cassumunins A, B, and C, new complex curcuminoids from *Zingiber cassumunar*. J Agric Food Chem 1994;42(9):1850-6.
7. Han AR, Kim MS, Jeong YH, Lee SK, Seo EK. Cyclooxygenase-2 inhibitory phenylbutenoids from the rhizomes of *Zingiber cassumunar*. Chem Pharm Bull 2005;53(11):1466-8.
8. ศิริวรรณ องค์ไชย รุจิเรข ไชยวงษา ปรัชญา คงทวีเลิศ วิชัย รวีตระกูล. สารสกัดและสารออกฤทธิ์จากไพลยับยั้งการสลายกระดูกอ่อนในหลอดทดลอง. J Thai Trad & Alter Med 2008;6(2):OR35.
9. Laupattarakasem W, Kowsuwon W, Laupattarakasem P, Eungpinitpong W. Efficacy of *Zingiber cassumunar* Roxb. (Plygesal) in the treatment of ankle sprain. Srinagarind Med J 1993;8(3):159-64.
10. Manimmanakorn N, Manimmanakorn A, Boobphachart D, Thuwakum W, Laupattarakasem W, Hamlin MJ. Effects of *Zingiber cassumunar* (Plai cream) in the treatment of delayed onset muscle soreness. J Integr Med 2016;14(2):114-20.
11. นันทวัน บุญยะประภัศร และอรนุช โชคชัยเจริญพร, บรรณาธิการ. สมุนไพร: ไม้พื้นบ้าน (1). กรุงเทพฯ: บริษัทประชาชนจำกัด; 2539.
12. เอื้อเพื่อสูตรการทำน้ำมันไพลจาก รศ.ดร. นพมาศ สุนทรเจริญนนท์