

สมุนไพรแก้ไอ...มะขามป้อม

พิชานันท์ ลีแก้ว
สำนักงานข้อมูลสมุนไพร
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

มะขามป้อม (*Phyllanthus emblica* L.) เป็นไม้ยืนต้น สูง 8-20 เมตร ใบเดี่ยว เรียงสลับรูปขอบขนาน กว้าง 0.25-0.5 ซม. ยาว 0.8-1.2 ซม. ดอกช่อ ออกเป็นกระจุกที่ซอกใบ แยกเพศอยู่บนต้นเดียวกัน ดอกย่อย สีขาว ผลเป็นผลสด รูปกลม ผิวเรียบ มีเส้นพาดตามยาว 6 เส้น เมล็ดกลม สีเขียวเข้ม (1) สามารถเจริญเติบโตได้ดีในประเทศไทย และมีสรรพคุณหลากหลายเป็นที่ยอมรับในตำรายาไทย ตลอดจนการใช้เป็นส่วนประกอบในพิกัดตรีผลา (มะขามป้อม สมอไทย สมอพิเภก) โดยสารสำคัญที่พบในมะขามป้อมคือ วิตามินซี กรดแกลลิก (gallic acid) แทนนิน และฟลาโวนอยด์ (2)

รสและสรรพคุณตามตำรายาไทยของมะขามป้อมระบุว่า ผลมีรสเปรี้ยวอมฝาด ใช้เป็นยาบำรุง ทำให้สดชื่น แก้กระหายน้ำ แก้ไอ แก้หวัด กระตุ้นน้ำลาย ละลายเสมหะ ช่วยระบาย ขับปัสสาวะ แก้เลือดออกตามไรฟัน และแก้คอแห้ง โดยมีวิธีเตรียมสำหรับใช้รักษาอาการไอและขับเสมหะแบบง่ายคือ ใช้เนื้อผลแก่สด ครั้งละประมาณ 2-3 ผล โขลกพอแหลก เติมน้ำเล็กน้อย อมหรือเคี้ยวรับประทานวันละ 3-4 ครั้ง (3) ซึ่งรายงานการวิจัยทางวิทยาศาสตร์ที่สนับสนุนฤทธิ์แก้ไอของมะขามป้อมจากการสืบค้นข้อมูลพบว่า การป้อนสารสกัดเอทานอลของผลมะขามป้อมขนาด 200 มก./กก. ให้แก่แมวที่ถูกเหนี่ยวนำให้เกิดอาการไอ โดยทำให้ระคายเคืองบริเวณเยื่อบุทางเดินหายใจและหลอดลม มีผลลดจำนวนครั้ง ลดความแรงของการไอ และลดการหลั่งของสารเยื่อเมือก (mucous) ในช่องทางเดินหายใจได้ (4)

ในการศึกษาความเป็นพิษพบว่า การป้อนสารสกัดเอทานอลและน้ำ (1:1) จากผลมะขามป้อมให้แก่หนูเม้าส์ขนาด 10 ก./กก. ไม่ก่อให้เกิดอาการเป็นพิษ และการฉีดเข้าใต้ผิวหนังพบว่าขนาดที่ทำให้สัตว์ทดลองตายเป็นจำนวนครึ่งหนึ่ง (LD50) มีค่าเท่ากับ 4.8 ก./กก. (5) และการศึกษาเกี่ยวกับการเกิดอันตรกิริยาต่อยาแผนปัจจุบัน (drug interaction) พบว่าสารสกัดน้ำจากผลมะขามป้อมมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ cytochrome P450 หลายชนิดได้แก่ CYP1A2, CYP2C9, CYP2D6, CYP2E1 และ CYP3A4 (6) และมีผลเสริมฤทธิ์ยารักษาโรคเบาหวาน metformin (7) และยาต้านเกล็ดเลือด clopidogel และ ecosprin (8) ดังนั้น ผู้ที่รับประทานยากลุ่มดังกล่าวเป็นประจำควรใช้ด้วยความระมัดระวัง

เอกสารอ้างอิง

1. นันทวัน บุญยะประภัศร อรุณช โขคชัยเจริญพร, บรรณาธิการ. สมุนไพรไม้พุ่มบ้าน เล่ม 3. กรุงเทพฯ: บริษัท ประชาชน จำกัด, 2542: 823 หน้า.
2. รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล. องค์ความรู้จากงานวิจัยสมุนไพรไทย 10 ชนิด กระจายดำ กวาวเครือขาว ขมิ้นชัน ชิง บัวบก พริกไทย ไพล ฟ้าทะลาย มะขามป้อม มะระขี้นก. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2550: 240 หน้า.
3. สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน กระทรวงสาธารณสุข. สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541: 176 หน้า.
4. Nosál'ová G, Mokry J, Hassan KM. Antitussive activity of the fruit extract of *Emblica officinalis* Gaertn. (Euphorbiaceae). *Phytomedicine*. 2003; 10(6-7): 583-9.
5. Mokka-smit M, Swatdimongkol K, Satrawaha P. Study on toxicity of Thai medicinal plants. *Bull Dept Med Sci*. 1971; 12(2/4): 36-65.
6. Anannarukan N, Niwattisaiwong N, Warisnoicharoen W, Winithana T, Pramyothin P, Chaichantipyuth C, et al. Inhibition of human cytochrome P450 in vitro by *Phyllanthus amarus* and *Phyllanthus emblica* aqueous extract. *Thai J Pharm Sci*. 2012; 36: 135-43.
7. Sakthivel K, Senthamaria R, Karpagam Kumara Sundari S, Rajesh C. Pharmacodynamic Drug Interaction of Metformin with Amla (*Emblica Officinalis*) in Rats. *Res J Pharm Biol Chem Sci*. 2013; 4(1): 1030-3.
8. Fatima N, Pingali U, Muralidhar N. Study of pharmacodynamic interaction of *Phyllanthus emblica* extract with clopidogrel and ecosprin in patients with type II diabetes mellitus. *Phytomedicine*. 2014; 21(5): 579-85.