



สมุนไพรรักษาโรคหัวใจ

ส่งท้ายเดือนแห่งความรักกันด้วยเรื่องของหัวใจ เพราะหัวใจมีความสำคัญต่อร่างกายอย่างมาก มีหน้าที่สูบฉีดเลือดดำไปพอกที่ปอด และรับเลือดแดงจากปอดสู่อวัยวะไปทั่วร่างกาย ในปัจจุบันโรคหัวใจกำลังเป็นภัยคุกคามต่อคุณภาพชีวิตของประชากรทั่วโลก สมาคมโรคหัวใจแห่งสหรัฐอเมริกาได้ประมาณการจากข้อมูลระหว่างปี พ.ศ. 2542 ถึง 2547 ว่า มีชาวอเมริกันจำนวน 79,400,000 คน ป่วยด้วยระบบหลอดเลือดหัวใจ และโรคในกลุ่มนี้ยังเป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ ของชาวอเมริกัน โดยโรคที่มีสาเหตุจากหลอดเลือดหัวใจตีบตัน (Coronary heart disease) เป็นสาเหตุของการตายจากโรคระบบหลอดเลือดหัวใจถึงร้อยละ 52-53

สำหรับในประเทศไทยนั้น ข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติได้แสดงให้เห็นว่า ในปี พ.ศ.2554 โรคหัวใจเป็นสาเหตุการตายของประชากรไทย 20,130 คน จากประชากรที่ตายทั้งหมด 414,667 คน (ร้อยละ 4.8 ของการตายทั้งหมด) เนื่องจากโรคที่มีสาเหตุจากหลอดเลือดหัวใจตีบตันเป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ จากโรคระบบหลอดเลือดหัวใจ

ภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบ มีสาเหตุมาจากระดับไขมันเลว หรือ LDL (low-density lipoprotein) สูงกว่าค่าปกติ ประกอบกับเซลล์บุผนังหลอดเลือดมีความปกติ เกิด plaque หรือก้อนเกาะผนังหลอดเลือด ทำให้หลอดเลือดค่อยๆ แข็งและตีบตัน การส่งเลือดไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจน้อยลง ปริมาณออกซิเจนที่ได้รับไม่เพียงพอต่อความต้องการของกล้ามเนื้อหัวใจ ส่งผลให้

เกิดอาการกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด

ส่วนสมุนไพรที่สามารถใช้ในการรักษาโรคนี้ได้แก่ กระเทียม และบัวหลวง โดยกระเทียมนั้น เป็นอาหารและสมุนไพรที่มีการใช้มาตั้งแต่สมัยโบราณ ตำรายาจีนระบุว่า กระเทียมมีฤทธิ์ร้อน รสเผ็ด ช่วยเจริญอาหาร ขับลมในลำไส้ แก้บิด แก้ไอ กลากเกลื่อน มีงานวิจัยในคนหลายงานพบว่า กระเทียมสามารถช่วยลดระดับไขมันเลวในเลือด ลดระดับไตรกลีเซอไรด์



ใบบัวตากแห้ง

และเพิ่มระดับของไขมันชนิดดี ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคระบบหลอดเลือดหัวใจ นอกจากนี้กระเทียมยังมีฤทธิ์ลดความดันเลือดอีกด้วย ปริมาณกระเทียมที่แนะนำให้ใช้เพื่อฤทธิ์ดังกล่าวคือ กระเทียมสด 2-5 กรัม



กระเทียม

(ผ-ฝ ชีด) ต่อวัน โดยรับประทานพร้อมอาหารเพื่อลดอาการคลื่นไส้อาเจียน เวลารับประทานให้บดกระเทียมให้ละเอียด และรับประทานทันที ข้อเสียจากการรับประทานกระเทียม คือ กลิ่นปาก ซึ่งสามารถใช้การเคี้ยวใบชาแก้ๆ บ้วนปากหลังจากรับประทานกระเทียม

ส่วนบัวหลวง นับเป็นสมุนไพรอีกชนิดหนึ่งที่มีสรรพคุณเกี่ยวกับหัวใจ เพียงแต่คนทั่วไปอาจจะนึกไม่ถึง ในตำรายาจีนกล่าวว่า ใบบัว มีฤทธิ์เป็นกลาง รสฝาด

ชม แก้วร้อนใน เลือดกำเดาออก ช่วยห้ามเลือด รากบัว มีคุณสมบัติเย็น รสหวาน แก้วร้อนใน แก้วเลือดกำเดา ดิบัว มีฤทธิ์เย็น รสขม ดับร้อนที่หัวใจ กล่อมประสาท ปรับสมดุลหัวใจและไต

สำหรับการศึกษาทางเภสัชวิทยาพบว่า สารสกัดด้วยน้ำจากรากบัวมีฤทธิ์ลดความดันโลหิต ประกอบด้วย สาร demethylcocaurine มีฤทธิ์คลายกล้ามเนื้อเรียบ สาร methyl corypalline มีฤทธิ์ขยายหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจ สาร neferine มีฤทธิ์ลดความดันโลหิต และด้านการเดินของหัวใจที่ผิดปกติ โดยมีผลต่อการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด ขณะที่ฤทธิ์ต้านจุลชีพ สารสกัดแอลกอฮอล์จากรากบัว มีฤทธิ์ต้านเชื้อ Streptococcus

group A ทำให้อ่อนล้า ส่วนสารแอลคาลอยด์มีฤทธิ์ลดอาการปวดและแก้อักเสบ

หากอธิบายในองค์ความรู้แผนไทย ดิบัว ซึ่งมีรสขม จะช่วยแตกอนุภาคของตะกรัน หรือที่แผนปัจจุบันเรียกว่า plaque ที่ติดอยู่ที่หลอดเลือด ให้เป็นอนุภาคเล็กๆ เลือดจึงไหลเวียนได้ดีขึ้น อย่างไรก็ตามในกรณีที่มีโรคหัวใจ เช่น หัวใจโต หัวใจเต้นผิดจังหวะ รสขมนั้นถือเป็นข้อพึงระวังในการใช้

กษ. ผกากรอง วัลย์จำว
เภสัชกรชำนาญการ
โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร
โทร. 0-3721-1289