

# สมุนไพรรไทย มีคุณ มีโทษ

พ.ญ. อัมพร กรอบทอง

แพทย์ทางเลือก ศูนย์การแพทย์กาญจนาภิเษก



ปัจจุบันสมุนไพรรเข้ามามีบทบาทในประเทศไทยมากขึ้นในการใช้รักษาโรคหรือการใช้เป็นอาหารเสริม แต่หากมีการนำสมุนไพรรมาใช้อย่างไม่ถูกต้อง ไม่ถูกวิธี สมุนไพรรก็อาจจะก่อให้เกิดโทษต่อผู้ใช้ได้ การนำมาใช้จึงควรนำศึกษาให้มากที่สุดทั้งคุณและโทษ ในด้านของคุณประโยชน์ของสมุนไพรรแต่ละอย่าง มีการกล่าวอ้างมากมาย เรียกได้ว่าเป็นโฆษณาชวนเชื่อ จนแม้แต่ตัวหมอเอง เวลาฟังยังเคลิ้มทีเดียว แต่สิ่งที่คุณหมอไม่บอก คือ โทษหรือผลข้างเคียงของสมุนไพรร

อันตรายจากการใช้สมุนไพรร อาจเกิดจาก

## 1. สมุนไพรรที่ทำให้เกิดปฏิกิริยาการแพ้

ในกรณีนี้ เป็นการแพ้เฉพาะบุคคล เช่น การแพ้อาหารเสริม “นมผึ้ง” รายงานจากประเทศออสเตรเลียว่านมผึ้งทำให้ตายได้เนื่องจากอาการแพ้ในผู้ป่วยที่แพ้โปรตีนในนมผึ้ง



มี

## 2. สมุนไพรรที่ทำให้เกิดความเป็นพิษ ต่อตับหรือไต



ในประเทศไทยเคยมีรายงานว่าใบขี้เหล็กในรูปแบบยาเม็ด ทำให้การเกิดตับอักเสบเฉียบพลัน ซึ่งระดับความรุนแรงของภาวะตับอักเสบบีตั้งแต่ไม่มีอาการไปจนถึงมีอาการอ่อนเพลีย คลื่นไส้อาเจียนและมีตัวเหลืองตาเหลือง สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาจึงมีมติให้ระงับการผลิตและเก็บยาสมุนไพรรขี้เหล็กซึ่งเป็นสูตรยาเดี่ยวออกจากตลาด อีกตัวอย่างคือ ผลิตภัณฑ์สมุนไพรรลดน้ำหนักที่มี aristolochic acid พบว่าทำให้เกิดความผิดปกติที่ไตทำให้ เนื้อไตมีสภาพเป็นพังผืด

## 3. สมุนไพรรที่ทำให้เกิดผลข้างเคียง

ตัวอย่างที่พบเห็นบ่อยคือ กระเทียม ที่นิยมใช้ลดไขมันในเลือด แต่มีผลข้างเคียงคือทำให้เลือดออกง่าย หรือสมุนไพรร ใบแปะก๊วย ที่ทานบ้าง ก็มีผลข้างเคียง จึงต้องระมัดระวังอาจเกิดเลือดออกในสมองได้ สมุนไพรรอีกตัวที่ใช้กันมากเช่น ชุมเห็ด มีสรรพคุณช่วยระบาย ช่วยลดน้ำหนัก แต่อาจมีผลข้างเคียงเกิดลำไส้อักเสบได้



## 4. การเกิดปฏิกิริยาระหว่างยากับสมุนไพรร

สมุนไพรรบางชนิดมีผลไปเสริมฤทธิ์ของยา บางชนิดกลับไปลดทอนฤทธิ์ของยา ดังนั้นการทานสมุนไพรร จึงควรแจ้งแพทย์ หรือแพทย์แผนไทย ว่าท่านทานยาอะไรอยู่ เพื่อปรับขนาดยาให้เหมาะสม

## 5. การใช้สมุนไพรรผิดชนิด ผิดวิธี

อาการไม่พึงประสงค์จากการใช้สมุนไพรรส่วนหนึ่งเกิดจากความเข้าใจผิด ใช้สมุนไพรรผิดชนิด เพราะมีรูปลักษณ์คล้ายคลึงกัน หรือการนำมาใช้โดยผิดวิธี เช่น โบราณใช้มะเกลือผสมกะทิในการถ่ายพยาธิ แต่กลับนำไปต้มโดยไม่ผสมกะทิ อาจเกิดพิษทำให้ตาบอดได้

## 6. การปนเปื้อนในสมุนไพร

การเลือกซื้อสมุนไพร ควรเลือกซื้อจากแหล่งที่เชื่อถือได้ เพราะหากสมุนไพรนั้นปลูกในที่ที่มีการปนเปื้อน ไม่ว่าจะเป็น โลหะหนัก ยาฆ่าแมลง อาจส่งผลให้เกิดอันตรายต่อร่างกายทั้งแบบเฉียบพลัน และสารบางอย่างอาจมีการสะสมและก่อให้เกิดอันตรายในระยะยาวตามมา

## 7. สมุนไพรที่มีการปลอมปน

จากการสุ่มตรวจสมุนไพร หลายตัวอย่างจะพบการปนปลอมของสารที่มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา โดยเฉพาะ ยาสเตียรอยด์ที่ทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้หากใช้ไม่ถูกต้อง นอกจากนี้ยังพบ การปลอมปนยาแผนปัจจุบันอื่นๆ ได้แก่ พาราเซตามอล ยาแก้ปวดเมื่อย เป็นต้น

ที่กล่าวมาทั้งหมด ไม่ได้แปลว่าให้หยุดใช้สมุนไพรนะค่ะ ตรงข้าม หมออยากให้เราใช้สมุนไพรไทย เพราะเชื่อมั่นใน ภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย แต่อยากขอให้เลือกใช้

- ใช้ให้เป็น ให้ถูกชนิด ใช้ให้ถูกส่วน ใช้ให้ถูกขนาด ใช้ให้ถูกวิธี ใช้ให้ถูกกับโรค
- ปรึกษาแพทย์แผนไทย ดูแหล่งที่ซื้อ
- ระวังระวังในการใช้ หยุดการซื้อยาตามคำโฆษณา หยุดการซื้อยาที่เพื่อนทานแล้วดี ร่างกายแต่ละคนไม่เหมือนกัน แต่คนไทยมีนิสัยน่ารัก กินอะไรแล้วดี ก็ไปแนะนำเพื่อน หากเชื่อเพื่อนก็อย่าลืมไปแจ้งแพทย์ว่ากินยานี้กับสมุนไพรตัวนี้ เพื่อแพทย์จะได้ช่วยดูว่ามีผลข้างเคียงอะไรหรือไม่ ใช้แล้วควรไปพบแพทย์ตรวจอาการว่า ควรลดยา หยุดยา หรือเพิ่มยา ตามอาการที่แพทย์ตรวจพบ หากพบอาการผิดปกติ ให้รีบไปพบแพทย์
- สตรีมีครรภ์ หรือให้นมบุตร และเด็กไม่ควรที่จะใช้สมุนไพรถ้าไม่จำเป็น โดยเฉพาะสมุนไพรที่ยังไม่มีข้อมูลยืนยันความปลอดภัย เนื่องจากสารบางชนิดในสมุนไพร สามารถผ่านรก ขับออกทางน้ำนม หรือมีผลต่อการเจริญเติบโตได้