

# ประโยชน์นำรั้วของ “อัญชัน”

พิชานันท์ ลีแก้ว

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



ภาพจาก <http://www.superfinefeline.com/2006/10/blue-pea-flower-project.html>

อัญชัน (butterfly pea หรือ blue pea) มีชื่อทางวิทยาศาสตร์คือ *Clitoria ternatea* Linn. จัดอยู่ในวงศ์ Fabaceae ซึ่งเป็นวงศ์ของถั่วในกลุ่มถั่วฝักเมล็ดกลม (pea) เช่น ถั่วลันเตา (green pea) ถั่วแระต้น (congo pea) ถั่วพู (manila pea) มีชื่อเรียกอื่นๆ คือ แดงชัน (เชียงใหม่) เอื้องชัน (เหนือ) เป็นต้น ลักษณะลำต้นเป็นไม้เลื้อย ล้มลุก สามารถพบได้ทั่วไปในป่าโล่งแจ้ง หรือในที่ที่ร่ม ทั้งป่าเบญจพรรณในพื้นที่ลุ่มจนถึงป่าดิบเขาสูง ในต่างประเทศพบในทุกประเทศในเขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เอเชียใต้ และหมู่เกาะแปซิฟิก (1, 2)

เมื่อกล่าวถึงอัญชัน โดยทั่วไปมักนึกถึงดอกสีน้ำเงิน ซึ่งเป็นที่นิยมนำมาใช้ประโยชน์ทางเครื่องสำอาง หรือใช้เป็นสีผสมอาหารและเครื่องดื่ม แท้จริงแล้วสรรพคุณของอัญชัน สามารถใช้ประโยชน์ได้ทั้งต้น ซึ่งการใช้ อัญชันเป็นยาพื้นบ้านนั้น ส่วนราก ใช้ฝนเอาน้ำหยอดตา แก้ตาเจ็บ ตาฟาง บำรุงดวงตา หรือผสมทำยาสีฟัน แก้ปวดฟัน และใช้ต้มน้ำดื่มเป็นยาระบายท้อง ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ **ใบและราก** ฝนเอาน้ำหยอดตา แก้ตา และ ตาฟาง **ดอก** ตำเป็นยาพอก หรือคั้นเอาน้ำทาแก้ฟกบวม แก้พิษแมลงกัดต่อย และใช้สระผมเป็นยาแก้ผมร่วง **เมล็ด** ใช้กินเป็นยาระบายท้อง (2) นอกจากนี้ การใช้ประโยชน์ในต่างประเทศ ตามตำราอายุรเวทศาสตร์ของ อินเดีย อัญชันถูกจัดอยู่ในหมวดหมู่พืชที่มีสรรพคุณบำรุงสมอง โดยได้มีการนำส่วนรากและเมล็ดของอัญชันมาใช้ เป็นยาสำหรับบำรุงร่างกาย บำรุงสมอง และบำรุงความจำ รวมถึงใช้เป็นยาระบายและขับปัสสาวะ และในแถบ อเมริกา มีรายงานการใช้ น้ำต้มจากรากเพียงอย่างเดียวหรือน้ำต้มจากรากและดอกร่วมกันเป็นยาบำรุงโลหิต ส่วนเมล็ดใช้เป็นยาระบาย ขับปัสสาวะ และขับพยาธิ (3, 4)

จากการรวบรวมข้อมูลงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์พบว่า ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาจาก ส่วนต่างๆ ของอัญชันเป็นจำนวนมาก มีการทดสอบในสัตว์ทดลอง สารสกัดชนิดต่างๆ ที่ได้จากส่วนลำต้นเหนือ ดิน ใบ ดอก และรากของอัญชันมีฤทธิ์กระตุ้นการเรียนรู้และความจำ ช่วยคลายความเครียดและวิตกกังวล มีฤทธิ์ ช่วยในการนอนหลับ ลดน้ำตาลในเลือด แก้ไข้ แก้ปวด และต้านการอักเสบ (5-21) รวมถึงการใช้ประโยชน์ในด้าน เครื่องสำอางก็มีงานวิจัยที่สนับสนุนว่า สารสกัดเอทานอลจากดอกอัญชันมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ 5 $\alpha$ -reductase ซึ่งเป็นเอนไซม์ที่ยับยั้งการเจริญของเส้นขน และมีฤทธิ์กระตุ้นการงอกของเส้นขนของหนูแรท (22) นอกจากนี้ สารสกัดเมทานอลจากดอกอัญชันยังมีฤทธิ์กระตุ้นการทำงานของเอนไซม์ tyrosinase ซึ่งเป็นเอนไซม์ที่เกี่ยวข้อง กับกระบวนการสร้างเซลล์เม็ดสีเมลานิน และกระตุ้นการเพิ่มจำนวนของเซลล์ melanocyte เมื่อทำการทดสอบใน หลอดทดลอง (23) และในการทดสอบฤทธิ์ของอัญชันในผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางสำหรับบำรุงผิวพบว่า มีการนำ สารสกัดน้ำและสารสกัดเอทานอลจากดอกอัญชันไปเป็นส่วนประกอบในเจลสำหรับทาอบดวงตา ซึ่งจะได้ ประโยชน์จากฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระที่มีอยู่ (24)

แม้ว่าจะมีงานวิจัยเกี่ยวกับฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาจำนวนมาก แต่งานวิจัยทั้งหมดยังเป็นข้อมูลที่ศึกษาใน ระดับสัตว์ทดลองไม่มีรายงานการวิจัยในคน จึงยังไม่สามารถระบุขนาดและวิธีใช้ที่เหมาะสมได้ แต่ในประเทศไทย นั้น มักพบการใช้ประโยชน์ของดอกอัญชันเป็นส่วนผสมของผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางบางชนิด และใช้สีจากดอก เป็นส่วนผสมในขนมและอาหาร หรือใช้ดอกแห้งชงเป็นเครื่องดื่ม ซึ่งการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคควรระมัดระวัง การรับประทานร่วมกับยาที่มีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดหรือยาป้องกันการแข็งตัวของเลือดเช่น แอสไพริน และ warfarin เป็นต้น เนื่องจากมีรายงานว่าสาร ternatin D1 ในดอกอัญชันมีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่ม ของเกล็ดเลือด (3) ซึ่งอาจมีผลเสริมฤทธิ์กันจนเกิดอันตรายต่อร่างกาย ดังนั้นผู้ที่ต้องใช้ยาดังกล่าวเป็นประจำ หากต้องการบริโภคดอกอัญชันในรูปแบบเครื่องดื่มหรือชาชง ไม่ควรชงในขนาดความเข้มข้นมาก และไม่ควรมี แทนน้ำ ส่วนข้อควรระวังสำหรับการใช้ภายนอกร่างกายคือ ควรระมัดระวังในผู้ที่มีอาการแพ้ดอกไม้ชนิดต่างๆ ให้หมั่นสังเกตตนเอง หากใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของอัญชันแล้วก่อให้เกิดอาการระคายเคืองควรหยุดใช้ทันที สามารถติดตามอ่านข้อมูลงานวิจัยของอัญชันโดยละเอียดได้ในจุลสารข้อมูลสมุนไพรฉบับ 32(1) เดือนตุลาคม 2557

## เอกสารอ้างอิง

1. นันทวัน บุญยะประภัศร, บรรณานิการ. สมุนไพรไม้พื้นบ้าน 5. กรุงเทพฯ: บริษัทประชาชน จำกัด; 2543. 740 หน้า
2. สุธรรม อารีกุล. องค์ความรู้เรื่องพืชป่าที่ใช้ประโยชน์ทางภาคเหนือของไทย 1. กรุงเทพฯ: บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด; 2552. 808 หน้า
3. Mukherjee PK, Kumar V, Kumar NS and Heinrich M. The Ayurvedic medicine *Clitoria ternatea* - from traditional use to scientific assessment. J Ethnopharmacol 2008; 120(3): 291-301
4. Patil Amol P and Patil Vijay R. *Clitoria ternatea* Linn.: An overview. Int J Pharm Res 2011; 3(1): 20-3
5. Malik J, Karan M and Vasisht K. Nootropic, anxiolytic and CNS-depressant studies on different plant sources of shankpushpi. Pharm Biol 2011; 49(12): 1234-42

6. Taranalli AD and Cheeramkuzhy TC. Influence of *Clitoria ternatea* extracts on memory and central cholinergic activity in rats. *Pharm Biol* 2000; 38(1): 51-6
7. Rai KS, Murthy KD, Karanth KS and Rao MS. *Clitoria ternatea* (Linn) root extract treatment during growth spurt period enhances learning and memory in rats. *Indian J Physiol Pharmacol* 2001; 45(3): 305-13
8. Rao RV, Descamps O, John V and Bredesen DE. Ayurvedic medicinal plants for Alzheimer's disease: a review. *Alzheimers Res Ther* 2012; 4(3): 22
9. Rai KS, Murthy KD, Karanth KS, Nalini K, Rao MS and Srinivasan KK. *Clitoria ternatea* root extract enhances acetylcholine content in rat hippocampus. *Fitoterapia* 2002; 73(7-8): 685-9
10. Parvathi M and Ravishankar K. Evaluation of antidepressant, motor coordination and locomotor activities of ethanolic root extract of *Clitoria ternatea*. *J Nat Remedies* 2013; 13(1): 19-24
11. Jain NN, Ohal CC, Shroff SK, et al. *Clitoria ternatea* and the CNS. *Pharmacol Biochem Behav* 2003; 75(3): 529-36
12. Anuradha M, Pragyandip PD, Richa K and Murthy PN. Evaluation of neuropharmacological effects of ethanolic extract of *Clitoria ternatea* flowers. *Pharmacologyonline* 2010; 1: 285-92
13. Boominathan R, Devi BP and Mandal SC. Studies on neuropharmacological effects of *Clitoria ternatea* Linn. Root extract in rats and mice. *Nat Prod Sci* 2003; 9(4): 260-63
14. Sarwar S, Rahman R, Nahar K and Rahman MA. Analgesic and neuropharmacological activities of methanolic leaf extract of *Clitoria ternatea* Linn. *J Pharmacogn Phytochem* 2014; 2(5): 110-4
15. Shyamkumar and Ishwar B. Antiinflammatory, analgesic and phytochemical studies of *Clitoria ternatea* Linn. flower extract. *Int Res J Pharm* 2012; 3(3): 208-10
16. Parimaladevi B, Boominathan R and Mandal SC. Evaluation of antipyretic potential of *Clitoria ternatea* L. extract in rats. *Phytomedicine* 2004; 11(4): 323-6
17. Talpate KA, Bhosale UA, Zambare MR and Somani R. Antihyperglycemic and antioxidant activity of *Clitoria ternatea* Linn. on streptozocin-induced diabetic rats. *Ayu* 2013; 34(3): 433-9
18. Umesha S, Marahel S and Aberomand M. Antioxidant and antidiabetic activities of medicinal plants: A short review. *Int J Res Phytochem Pharmacol* 2013; 3(1): 40-53
19. Daisy P and Rajathi M. Hypoglycemic effects of *Clitoria ternatea* Linn. (Fabaceae) in alloxan-induced diabetes in rats. *Trop J Pharm Res* 2009; 8(5): 393-8
20. Daisy P, Santosh K and Rajathi M. Antihyperglycemic and antihyperlipidemic effects of *Clitoria ternatea* Linn. in alloxan-induced diabetic rats. *Afr J Microbiol Res* 2009; 3(5): 287-91
21. Zingare ML, Zingare PL, Dubey AK and Ansari A. *Clitoria ternatea* (aparajita): a review of the antioxidant, antidiabetic and hepatoprotective potentials. *Int J Pharm Bio Sci* 2013; 3(1): 203-13
22. Kumar N, Rungsevijitprapa W, Narkkhong NA, Suttajit M and Chaiyasut C. 5 $\alpha$ -reductase inhibition and hair growth promotion of some Thai plants traditionally used for hair treatment. *J Ethnopharmacol* 2012; 139(3): 765-71
23. กฤตติญารัตน์ สมวงศ์ และ ชุตินันท์ ประสิทธิ์ภู่ปริษา. ฤทธิ์ต้านออกซิเดชัน และฤทธิ์กระตุ้นการสังเคราะห์เม็ดสีเมลานิน ของสารสกัดสมุนไพรพื้นบ้านบางชนิด เพื่อใช้สำหรับผสมงอกก่อนวัย. The 4th annual northeast pharmacy research conference of 2012, "pharmacy profession in harmony" คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 11 - 12 กุมภาพันธ์ 2555, 125-34
24. Kamkaen Nand Wilkinson JM. The antioxidant activity of *Clitoria ternatea* flower petal extracts and eye gel. *Phytother Res* 2009; 23(11):1624-5