

## หน้าสวยด้วย “ทานาคาของเมียนมาร์หรือกระแจะของไทย”

รศ.พร้อมจิต ศรีลัมพ์

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



ในบ้านของสาวชาวเมียนมาร์จะต้องมีท่อนไม้ทานาคา (Thanakha) วางอยู่ทุกครัวเรือน ทานาคาเป็นเครื่องประทินผิวแบบโบราณที่ยังคงมีศักยภาพในสังคมปัจจุบันและได้พัฒนาต่อยอดเป็นเครื่องสำอางขายทั้งในประเทศเมียนมาร์และประเทศใกล้เคียง พวกเขาจะฝนเนื้อไม้ที่มีสีขาวนวลจนถึงเหลืองกับน้ำเล็กน้อยบนแผ่นหินกลมที่มีร่องใกล้ขอบให้น้ำส่วนเกินไหลออกมา จะมีกลิ่นหอมอ่อนๆ ใช้ทาผิวหน้า ทำให้ผิวเนียนสวย ลดความมันบนใบหน้า แต่ไม่ทำให้ผิวหน้าแห้ง ลดรอยเหี่ยวย่น ป้องกันผิวหน้าจากแสงแดด ป้องกัน และรักษาสิว ฝ้าด้วย (1)

ต้นทานาคามีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Hesperethusa crenulata* (Roxb.) Roem. และมีชื่อพ้องว่า *Naringi crenulata* (Roxb.) Nicolson เป็นไม้ต้นขนาดเล็ก สูง 3 - 8 ม. วงศ์เดียวกับมะนาว คือ Rutaceae ชื่อไทยคือ กระแจะ ที่จังหวัดราชบุรีเรียกว่า พญายา ทางเหนือเรียกชะแจะ ตะวันออกเฉียงเหนือเรียก ตุ่มตัง ชาวมอญเรียก ตะนาว (2) พบในเขตร้อนชื้นของเอเชีย โดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศไทยและเมียนมาร์ ตามป่าเบญจพรรณ ป่าดิบแล้ง ป่าเต็งรัง ที่มีความสูงจากระดับน้ำทะเล 100 - 400 ม. มีดอกกราวเดือนมีนาคม ถึงพฤษภาคม ผลจะแก่ราวเดือนพฤษภาคม ถึง ตุลาคม (1) ขยายพันธุ์โดยใช้เมล็ด ปักชำด้วยกิ่งอ่อนหรือรากก็ได้

**ตำรายาไทยใช้กระแจะเป็นยา ไบ แก้มลมบ้าหมู ราก เป็นยาถ่าย ผล เป็นยาบำรุง** **แก้** **กัน** **ดองเหล้ากินแก้พิษ** (การป่วยที่เกิดจากหลายสาเหตุ ทำให้ร่างกายเสื่อมโทรม ชูบผอม โลหิตจาง ชูบผอม) **โลหิตพิการ ดับพิษร้อน ยาพื้นบ้านใช้ ดิน ต้มน้ำดื่ม ครั้งละครึ่งแก้ว วันละ 3 ครั้ง เข้า กลางวัน เย็น แก้ปวดตามข้อ ปวดเมื่อย เส้นตึง แก้อ่อนใน แก้อโรคระดง (อาการโรคผิวหนังมีผื่นคัน เป็นเม็ดขึ้นคล้ายผด คันมาก มักมีไข้ร่วมด้วย) (2)**

จากการวิจัยพบว่ามีสารสำคัญชื่อ marmesin เป็นสารกรองแสงอัลตราไวโอเล็ต (3) แสงอัลตราไวโอเล็ต ก่อให้เกิดการเสื่อมของเซลล์ผิวหนังโดยกระตุ้นการสังเคราะห์เอนไซม์แมทริกซ์-เมทัลโลโปรตีเนส-1 (matrix-metalloproteinase-1, MMP-1) ซึ่งจะไปตัดเส้นใยโปรตีนคอลลาเจนที่ช่วยคงความแข็งแรงและยืดหยุ่นของเนื้อเยื่อผิวหนัง และลดการสังเคราะห์โปรตีนคอลลาเจน พบว่าสารสกัดลำต้นกระแจะสามารถยับยั้ง MMP-1 และเพิ่มการสร้างโปรตีนคอลลาเจน จึงพิสูจน์ภูมิปัญญาที่ชาวเมียนมาร์ใช้ได้ดี (5)

นอกจากนั้นผงกระเจาะและสารสกัดน้ำยังแสดงฤทธิ์ต้านการออกซิเดชัน ลดการเสื่อมของเซลล์ ต้านการอักเสบ และมีสาร suberosin ที่มีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย (4) ช่วยป้องกันและรักษาผิวหนัง

สาวชาวเมียนมาร์ทำงานตากแดดแต่ผิวสวยใส เพราะพบว่าลำต้นกระเจาะที่เก็บจากภาคต่าง ๆ และตัวอย่างที่ซื้อจากชายแดนแม่สอด มีสารอาร์บูติน (Arbutin) 1.711 - 0.268 มก./ก. (1) สารชนิดนี้มีฤทธิ์ยับยั้งกระบวนการสร้างเม็ดสีเมลานินได้ เมลานินเป็นต้นเหตุของฝ้า กระ และรอยหมองคล้ำต่างตำของผิว กระเจาะยังมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ไทโรซิเนส ซึ่งเป็นเอนไซม์ที่กระตุ้นให้เกิดเม็ดสีเมลานิน เรียกว่าร่วมด้วยช่วยกันในการออกฤทธิ์ทีเดียว (4)

ส่วนกลิ่นหอมของกระเจาะมาจากสารกลุ่มคูมาลิน (coumarins) 4 ชนิด (6) ที่สำคัญคือไม่มีความเป็นพิษต่อหน่วยพันธุกรรม และความเป็นพิษต่อเซลล์ด้วย (4)

ขณะนี้มีการพัฒนารูปแบบของทานาคาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตคนยุคนี้มากขึ้น โดยจะเห็นผลิตภัณฑ์ผงบดละเอียดนำมาใช้ได้เลย ไม่ต้องผ่นอย่างแต่ก่อน เป็นครีมก็มี อยากรู้ก็ตามทุกสิ่งทุกอย่างมีประโยชน์ต่อคนหนึ่ง อาจทำให้อีกคนหนึ่งแพ้ก็ได้ ก่อนใช้ควรทดลองใช้กับท้องแขนของเราก่อน ถ้าไม่มีอาการผดผื่นคันจึงใช้กับใบหน้า จะได้สวยใส ปลอดภัย และสบายใจ

## เอกสารอ้างอิง

1. Kanlayavattanakul M, Phrutivorapongkul A, Lourith N, Ruangrungsi N. Pharmacognostic specification of *Naringi crenulata* stem wood. J Health Res 2009;23(2):65-9.
2. พร้อมจิต ศรีลัมภ์ และคณะ, บรรณาธิการ. สมุนไพรสวนสิริรุกขชาติ. กรุงเทพฯ: บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด, 2535.
3. Joo SH, Lee SC, Kim SK. UV absorbent, marmesin, from the bark of Thanakha, *Hesperethusa crenulata* L. J Plant Biol 2004;47(2):163-5.
4. Wangthong S, Palaga T, Rengpipat S, Wanichwecharungruang SP, Chanchaisak, P. and Heinrich, M. Biological activities and safety of Thanaka (*Hesperethusa crenulata*) stem bark. J Ethnopharmacol 2010;132(2):466-72.
5. Amornnopparattanakul P, Khorana N, Viyoch J. Effects of *Hesperethusa crenulata*'s bark extract on production of pro-collagen type I and inhibition of MMP-1 in fibroblasts irradiated UVB. International Conference on Biological, Biomedical and Pharmaceutical Sciences (ICCEPS' 2012), Pattaya, 28-29 July, 2012.
6. Nayar MNS, Bhan MK. Coumarins and other constituents of *Hesperethusa crenulata*. Phytochemistry 1972;11(11):3331-3.