

## สิ่งที่ควรรู้และข้อควรระวังเกี่ยวกับ “แปะก๊วย” สมุนไพรอาหารเสริมบำรุงความจำ

พิชานันท์ ลิแก้ว

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



แปะก๊วย (*Ginkgo biloba* L.) หรือ Maidenhair tree มีถิ่นกำเนิดอยู่ในประเทศจีน (1) และมีการใช้ประโยชน์จากต้นแปะก๊วยมาช้านาน ส่วนของแปะก๊วยที่มีฤทธิ์บำรุงสมองคือส่วน “ใบ” ซึ่งมีงานวิจัยจำนวนมากที่สนับสนุนฤทธิ์ดังกล่าวทั้งในระดับสัตว์ทดลองและการศึกษาทางคลินิก จนในปัจจุบันมีการนำสารสกัดจากใบแปะก๊วยมาใช้เป็นผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอย่างแพร่หลาย และมีการกำหนดสารสำคัญเพื่อควบคุมคุณภาพ ประสิทธิภาพ และความปลอดภัย โดยกำหนดให้มีสารออกฤทธิ์กลุ่มฟลาโวนไกลโคไซด์ (flavone glycosides) ร้อยละ 22-27 เทอร์ปีนแลคโตน (terpene lactones) ร้อยละ 5-7 และต้องมีกรดกิงโกลิก (ginkgolic acids) ไม่เกิน 5 ส่วนในล้านส่วน (5 ppm) ในประเทศไทยมีการขึ้นทะเบียนสารสกัดใบแปะก๊วยทั้งในรูปแบบ ยาแผนปัจจุบัน ยาแผนโบราณ และผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร โดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้ระบุข้อกำหนดในการใช้สารสกัดจากใบแปะก๊วยไว้ดังนี้ (2-5)

1. การใช้สารสกัดใบแปะก๊วยเป็นยาแผนปัจจุบัน อยู่ในรูปแบบยาเม็ด (1 เม็ด ประกอบด้วยสารสกัดใบแปะก๊วย 40 มก.) มีข้อบ่งใช้สำหรับผู้ที่ เป็นโรคเลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ (cerebral circulatory insufficiency) การไหลเวียนของเลือดผิดปกติ รวมทั้งโรคของหลอดเลือดในผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน และการ

ไหลเวียนของเลือดบริเวณผิวหนังผิดปกติ โดยให้รับประทานวันละ 3-4 เม็ด และจัดให้เป็นยาอันตราย ต้องขายเฉพาะในร้านขายยาแผนปัจจุบัน และไม่ให้มีโฆษณาสรรพคุณต่อสาธารณะ

2. การใช้สารสกัดแปะก๊วยเป็นยาแผนโบราณ ให้ขึ้นทะเบียนในลักษณะผสมกับสมุนไพรตัวอื่นๆ และอนุญาตให้แสดงสรรพคุณของตำรับเป็นยาบำรุงร่างกาย ไม่แสดงสรรพคุณเกี่ยวข้องกับอาการสมองเสื่อม ทั้งนี้ต้องจำหน่ายในร้านขายยาที่มีใบอนุญาตเท่านั้น

3. การใช้สารสกัดแปะก๊วยเป็นผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร จะต้องได้รับใบสำคัญการใช้ฉลากอาหาร โดยอนุญาตเฉพาะที่มีขนาดรับประทานไม่เกินวันละ 120 มก. และการขอใช้ฉลากอาหารจะต้องไม่แสดงสรรพคุณในการบำบัดรักษาโรค และห้ามไม่ให้มีการโฆษณาสรรพคุณในการรักษาโรค

อย่างไรก็ตาม จากการสืบค้นข้อมูลงานวิจัยทางคลินิกเกี่ยวกับฤทธิ์บำรุงสมองของแปะก๊วยพบว่า ประสิทธิภาพของสารสกัดใบแปะก๊วยในการรักษาอาการความจำเสื่อมรวมถึงประโยชน์ในการรับประทานเพื่อการป้องกันภาวะสมองเสื่อมในอาสาสมัครทุกกลุ่มอายุยังไม่มีผลชัดเจน เนื่องจากผลการวิจัยถูกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือมีทั้งที่ได้ผลและไม่ได้ผล และยังมีข้อควรระวังที่สำคัญเกี่ยวกับความปลอดภัยในการบริโภคคือ การเกิดอันตรกิริยากับยาแผนปัจจุบัน โดยเฉพาะยาในกลุ่มที่มีฤทธิ์ต้านการแข็งตัวของเลือด เนื่องจากสารสกัดใบแปะก๊วยมีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด (platelet aggregation inhibition) การใช้ร่วมกันอาจมีผลเสริมฤทธิ์ของยากลุ่มดังกล่าวจนเกิดอันตรายต่อร่างกายได้ ส่วนการทดสอบกับยากลุ่มอื่นรายงานผลการศึกษาโดยสรุปพบว่า สารสกัดใบแปะก๊วยมีฤทธิ์ยับยั้งเอ็นไซม์ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเมตาบอลิซึมของยาหลายชนิดได้แก่ CYP1A2, CYP2C9, CYP2E1, CYP2C19 และ CYP3A4 ดังนั้นผู้ที่มีโรคประจำตัว และรับประทานยาแผนปัจจุบันเป็นประจำ หากต้องการรับประทานสารสกัดใบแปะก๊วยควรศึกษาข้อมูลและปรึกษาแพทย์ก่อนตัดสินใจรับประทาน

นอกเหนือจากข้อควรระวังเกี่ยวกับการใช้แปะก๊วยร่วมกับยาแผนปัจจุบันแล้ว ยังพบรายงานผลข้างเคียงจากการรับประทานสารสกัดใบแปะก๊วยในผู้ป่วยบางรายเช่น อาการปวดศีรษะ ระบายท้องในระบบทางเดินอาหาร และความดันโลหิตสูงขึ้น นอกจากนี้ ในปัจจุบันยังไม่มีการรับรองความปลอดภัยสำหรับการใช้ในเด็กและสตรีตั้งครรภ์ ผู้ป่วยกลุ่มดังกล่าวจึงควรหลีกเลี่ยงการรับประทานสารสกัดใบแปะก๊วย

อ่านข้อมูลงานวิจัยโดยละเอียดเกี่ยวกับแปะก๊วยเพิ่มเติมได้ในจุลสารข้อมูลสมุนไพรปีที่ 34 ฉบับที่ 3

## เอกสารอ้างอิง

1. เอมอร์ โสมนะพันธุ์ และ วิณา จิรัจฉริยากุล. แป๊ะก๊วย สมุนไพรจีนรักษาความจำเสื่อม. จุลสารข้อมูลสมุนไพร. 2542; 17(1): 3-11.
2. Chan PC, Xia Q, Fu PP. *Ginkgo biloba* leave extract: biological, medicinal, and toxicological effects. J Environ Sci Health C Environ Carcinog Ecotoxicol Rev. 2007; 44-211 :(3)25.
3. โสภณ ฮวบเจริญ. ผลิตภัณฑ์จากใบแป๊ะก๊วย. นนทบุรี: สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข, 2543: 94 หน้า.
4. ทวนธน บุญลือ และ สมศักดิ์ เทียมเกา. ประสิทธิภาพและความปลอดภัยของสารสกัดมาตรฐานจากแป๊ะก๊วยในการป้องกันการเกิดภาวะสมองเสื่อม. วารสารประสาทวิทยาศาสตร์ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. 2555; 7(4): 85-90.
5. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค. ผลิตภัณฑ์จากแป๊ะก๊วย. [cited 2017 Mar 28]. Available from: [www. http://elib.fda.moph.go.th/library/](http://elib.fda.moph.go.th/library/)