



เรื่อง แห้ม



รายละเอียด

สมุนไพรรแห้ม (อ่านว่า "แแฮ่ม", "แฮ้ม") ชื่อวิทยาศาสตร์ *Coscinium fenestratum* (Goetgh.) Colebr. (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ *Coscinium usitatum* Pierre) จัดอยู่ในวงศ์บอระเพ็ด ([MENISPERMACEAE](#))^[1] มีลักษณะโดยรวมคล้ายกับต้นขมิ้นเครือ ที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ *Arcangelisia flava* (L.) Merr. (ต่างชนิด แต่อยู่ในวงศ์เดียวกัน)

ลักษณะของแห้ม

ต้นแห้ม หรือ ต้นแแฮ่ม จัดเป็นพืชวงศ์เดียวกับบอระเพ็ด ลำต้นที่นำมาใช้เป็นยาสมุนไพรรแห้ม จะมีลักษณะเป็นชันหรือแท่งตรงทรงกระบอก เรียกว่า "Coscinium" อาจพบในขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางถึง 10 เซนติเมตร ผิวภายนอกเป็นสีน้ำตาลเหลือง ส่วนเนื้อในเป็นสีเหลือง ไม่มีกลิ่นแต่มีรสขม โดยพืชชนิดนี้ถูกบรรจุอยู่ใน The British Pharmaceutical Codex 1991 ภายใต้หัวข้อ *Coscinium*^[1] ยังไม่มีการปลูกในประเทศไทย และต้องนำเข้ามาจากประเทศลาวเท่านั้น สามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสมุนไพรรแห้ม โดยจะมีทั้งแบบที่เป็นผงสีเหลือง (ค้ำยขมิ้น)



และแบบที่หั่นเป็นชิ้นเฉียงๆ หนาประมาณ 2-3 มิลลิเมตร เนื้อไม้มีรูลพูนและเป็นสีเหลือง

ส่วนอีกข้อมูลหนึ่งระบุว่า ต้นแห้งมีอยู่ 2 สายพันธุ์ คือ พันธุ์ *Cosciniun fenestratum* (Goetgh.) Colebr. (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ *Cosciniun usitatum* Pierre) ชนิดนี้เป็นไม้เถา รากและเถาเป็นสีเหลือง ใบเป็นแบบสลับ ออกดอกเป็นช่อระหว่างใบ ดอกเป็นสีขาว พบได้ตามป่าเกือบทุกภาคของประเทศไทย ส่วนอีกสายพันธุ์หนึ่ง คือ พันธุ์ *Fibraurca recisa* Pierre ชนิดนี้เป็นไม้เถาเช่นกัน เถาแก่จะเป็นสีเหลือง ใบเป็นแบบสลับ แต่ดอกเป็นสีเหลืองอมเขียว มักออกดอกในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคม^[4] (ตามรูปคือแห้งพันธุ์ *Cosciniun fenestratum* (Goetgh.) Colebr.)

สรรพคุณของแห้ง

1. ในประเทศอินเดียและกลุ่มประเทศทางตะวันออก จะใช้ต้นแห้งเป็นยาช่วยเจริญอาหาร ด้วยการนำลำต้นแห้งมาใช้ในหลายรูปแบบ เช่น รูปของยาชง (Infusion - เตรียมด้วยการนำลำต้นแห้งที่ฝานเป็นชิ้นบาง ๆ 5 ส่วน นำมาแช่หรือชงในน้ำต้มเดือด 100 ส่วน ประมาณ 30 นาที มีขนาดโดสยาประมาณ 15-30 มิลลิิตร), Tincture (เตรียมผงที่ได้จากลำต้นแห้ง 10 ส่วน แอลกอฮอล์ 100 ส่วน นำหมักไว้ โดยมีขนาดยาประมาณ 2-4 มิลลิิตร), Concentrated liquor (เตรียมผงที่ได้จากลำต้นแห้ง 50 ส่วน และแอลกอฮอล์ 40 ส่วน แล้วเติมน้ำให้ได้ทั้งหมดเป็น 100 ส่วน มีขนาดโดสยาประมาณ 2-4 มิลลิิตร) (ลำต้นแห้ง)
2. ตามตำรายาพื้นบ้าน จะใช้สมุนไพรรักษาเป็นสมุนไพรรักษาช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดแต่ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ที่เกี่ยวกับสรรพคุณดังกล่าวยังมีไม่มากนัก จึงมีคำแนะนำให้ใช้มะระขี้เทาน้ำตาลในเลือดแทน เพราะมีสรรพคุณที่แน่นอนกว่า (ลำต้นแห้ง)
3. สรรพคุณแห้งทั้งสองสายพันธุ์ตามตำรายาไทย จะใช้เป็นยาแก้ไข้ (ลำต้นแห้ง, รากและเถา)
4. ใช้เป็นยาแก้ตาแดง (ลำต้นแห้ง) แก้ตาอักเสบ (รากและเถา)
5. ในประเทศไทยจะใช้สมุนไพรรักษาเป็นยาแก้ปวดท้อง แก้บิด (ลำต้นแห้ง)
6. ใช้แก้โรคบิด ลำไส้อักเสบ กระเพาะอักเสบ (รากและเถา)
7. รากและเถาใช้เป็นยาแก้ฝี แก้ผื่นคัน (รากและเถา)
8. แห้งเป็นสมุนไพรรักษาที่เพิ่งรู้จักกันเมื่อไม่นานมานี้ และถูกนำมาใช้กันอย่างแพร่หลาย โดยผู้บริโภคนิยม "เชื่อ" ว่าสมุนไพรรักษาชนิดนี้สามารถใช้รักษาโรคความดันโลหิตสูง ละลายไขมันในเลือด รักษาเบาหวาน โรคไต และช่วยถอนพิษตกค้างในร่างกาย^[3] และยังมีสรรพคุณที่ "อวดอ้างเกิน" จริงอีกมากมายจากผลิตภัณฑ์แห้งสำเร็จรูป ทั้ง ๆ ที่ยังไม่มีข้อมูลงานวิจัยทางการแพทย์ถึงประโยชน์ดังกล่าว เช่น ระบุว่าแห้งเป็นยาอายุวัฒนะ รักษามะเร็ง โรคกระเพาะอาหาร แผลในลำไส้ ปวดหลังอวดอวด แก้ลมพิษ อัมพาต ช่วยฟื้นฟูสมรรถภาพทางเพศ แก้สตรีอยู่ไฟไม่ได้ ช่วยลดความอ้วน แก้หอบหืด ฯลฯ



9. ส่วนข้อมูลจากคุณ seahorse แห่งบอร์ดสมุนไพรดอทคอม (samunpri.com) ซึ่งได้อ้างอิงสรรพคุณของ แสมในหนังสือคัมภีร์เภสัชรัตนโกสินทร์ของท่านอาจารย์วุฒิ วุฒิชรรมเวช ไว้ว่า

- **เถาแสม** มีรสร้อนฝาดเผื่อน สรรพคุณเป็นยาแก้ไข้ร้อนใน แก้ดีซ่าน แก้ท้องเสียอันเนื่องมาจากอาหารไม่ย่อย ช่วยขับผายลม ทำให้เรอ และแก้ดีพิการ
- **รากแสม** มีรสร้อนฝาดเผื่อนเช่นเดียวกับเถา ใช้ฝนเป็นยาหยอดตาแก้ริดสีดวงตา แก้กตาแดง ตาอักเสบ ตาแฉะ ตามัว ช่วยบำรุงน้ำเหลือง และช่วยขับลมอัมพฤกษ์
- **ใบแสม** มีรสร้อนฝาดเผื่อนเช่นกัน มีสรรพคุณเป็นยาขับโลหิตระดูที่เสียเป็นลิ่มเป็นก้อนของสตรีให้ออกมา ช่วยแก้มูกติดระดูขาว และช่วยขับน้ำคาวปลา
- **ดอกแสม** มีฝาดเผื่อน มีสรรพคุณเป็นยาแก้บิดมูกเลือด
- ส่วนข้อมูลจากคุณ ck256 ได้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า แสมมีสรรพคุณเป็นยาขับปัสสาวะได้ดี

หมายเหตุ : ข้อมูลของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้ระบุว่า แห้มเป็นไม้ยืนต้นที่พบได้มากในแถบประเทศลาวและเวียดนาม ประกอบด้วย 2 สายพันธุ์ คือ พันธุ์ *Coscinium usitatum* Pierre (เถาแก่มีสรรพคุณตาม [2] แก้ปวดท้องบิด แก้ไข้ แก้กตาแดง และใช้ไต้ยุ่ง) และพันธุ์ *Fibraurea recisa* Pierre (รากและเถามีสรรพคุณตาม [4] เป็นยาแก้ไข้ แก้กตาอักเสบ ลำไส้อักเสบ กระเพาะอักเสบ โรคมืด แก้ฝี และผื่นคัน) ซึ่งส่วนใหญ่เป็นสรรพคุณทางแผนโบราณ

ข้อมูลทางเภสัชวิทยาของแห้ม

- องค์ประกอบทางเคมีที่สำคัญที่พบได้ คือ สารกลุ่มอัลคาลอยด์ (alkaloid) ที่มีลักษณะเป็นผลึกสีเหลือง มีชื่อว่า "เบอร์เบอรีน" (berberine) นอกจากนี้ยังพบสารในกลุ่มซาโปนิน (Saponin) อีกด้วย
- จากการศึกษาฤทธิ์สมุนไพรรักษา (สมุนไพรรักษา) ต่อการลดระดับน้ำตาลในเลือดของหนูขาวที่เป็นเบาหวานและในหนูขาวปกติ พบว่าสมุนไพรรักษาชนิดนี้ในขนาด 0.5 และ 1 กรัมต่อกิโลกรัม น้ำหนักตัว สามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดของหนูขาวที่เป็นเบาหวานได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่สมุนไพรรักษาจะไม่มีฤทธิ์ลดระดับน้ำตาลในเลือดของหนูขาวปกติที่ไม่เป็นเบาหวาน และไม่มีผลต่อภาวะระดับน้ำตาลในเลือดสูงอย่างเฉียบพลันทั้งในหนูที่เป็นเบาหวานและหนูปกติ แต่ยังไม่มีการศึกษาในคนที่ยืนยันผลการลดระดับน้ำตาลในเลือด
- สารสกัดเอทานอลจากแห้ม มีฤทธิ์ลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ทั้งในหนูเบาหวานและหนูปกติ โดยมีกลไกการออกฤทธิ์ผ่านทางการกระตุ้นการหลั่งของอินซูลินจากตับอ่อน และช่วยยับยั้งการทำงานของเอนไซม์มอลเตสและซูเครส ดังนั้นจึงมีความเป็นไปได้ที่จะนำสารสกัดดังกล่าวมาพัฒนาเป็นยารักษาโรค



เบาหวานต่อไปในอนาคต

- แห้มสายพันธุ์ *Fibraurea recisa* Pierre รากและเถามีส่วนประกอบทางเคมี ได้แก่ คูลัมบามีน, จูโทรไรซิน, เบอบีริน, พัลมาทิน, อัลคาลอยด์ เป็นต้น และจากการศึกษาทางด้านวิทยาศาสตร์ พบว่าแห้มสายพันธุ์นี้มีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย
- จากการศึกษาความเป็นพิษแบบกึ่งเฉียบพลันของสารสกัดแห้มต่อหัวใจ ปอด ตับอ่อน และอวัยวะในหนูขาวทดลอง ด้วยการป้อนสารสกัดดังกล่าวในขนาด 100, 200, 300 และ 400 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม น้ำหนักตัว เป็นระยะเวลา 1 เดือน พบว่า สมุนไพรชนิดนี้ไม่ก่อให้เกิดอาการเป็นพิษและทำให้สัตว์ทดลองตาย ไม่มีผลต่อการเพิ่มน้ำหนักตัวตลอดระยะเวลาการได้รับยา ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระดับเอนไซม์และสารที่บ่งชี้ถึงความผิดปกติของการทำงานของตับและไต รวมถึงระดับเกล็ดเลือดในเลือด จึงแสดงให้เห็นว่า ไม่มีผลต่อการทำงานของตับและไต แต่พบว่าหนูทดลองที่ได้รับสารสกัดแห้มมีการเพิ่มอัตราการเคลื่อนไหวและการมีชีวิตรอดของสเปิร์มมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังไม่พบพยาธิสภาพของโครงสร้างในระดับจุลกายวิภาคของหัวใจ ปอด ตับอ่อน และไต แต่กลับพบว่ามีการเพิ่มจำนวนของ vacuoles ในเซลล์ตับเป็นจำนวนมาก และยังมี การเพิ่มจำนวนชั้นของ germ cells ใน seminiferous tubules และเมื่อป้อนสารสกัดด้วยน้ำในขนาด 5 กรัมต่อกิโลกรัม พบว่าไม่ทำให้หนูทดลองส่วนในขนาด 2.5 กรัมต่อกิโลกรัมต่อวัน โดยให้หนูทดลองกินเป็นเวลา 3 เดือน ก็ไม่พบความผิดปกติแต่อย่างใด โดยไม่มีผลต่อระบบประสาทและการเคลื่อนไหว แต่มีค่าทางโลหิตวิทยา บางตัวมีการเปลี่ยนแปลงไปจากค่าปกติ และยังไม่มียาว่าสมุนไพรชนิดนี้มีอันตรกิริยากับพืชหรือยาชนิดใดบ้าง อย่างไรก็ตามก็ควรระวังระดับการให้สมุนไพรชนิดนี้เป็นระยะเวลานาน เพราะยังไม่มียาวิจัยทางคลินิก เนื่องจากแห้มมีสาร berberine ซึ่งเป็นสารสำคัญและมีข้อควรระวังถึงผลข้างเคียงต่อหัวใจ เพราะอาจจะทำให้เกิดอาการหัวใจขาด และอาจมีพิษต่อระบบเลือด หัวใจ และตับได้
- จากการศึกษาความเป็นพิษ ยังไม่มีพบรายงานความเป็นพิษในคน เมื่อทดลองกับหนูถีบจักร โดยการป้อนสารสกัดแห้มด้วยเอทานอล 50% ในขนาดสูงถึง 800 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ไม่พบความผิดปกติแต่อย่างใด ส่วนความเข้มข้นของสารสกัดแห้มที่ทำให้หนูทดลองตายครั้งหนึ่งเมื่อกินสารสกัด มีค่าเท่ากับ 1,200 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
- ส่วนข้อมูลจากสถาบันวิจัยสมุนไพรได้ระบุผลการทดสอบความเป็นพิษเฉียบพลันในสัตว์ทดลอง โดยพบว่า เมื่อป้อนสารสกัดแห้มในขนาด 40 กรัมต่อกิโลกรัม จะทำให้เกิดความเป็นพิษเฉียบพลัน ส่งผลต่อระบบประสาท ทำให้หายใจไม่สะดวก การเคลื่อนไหวลดลง และทำให้สัตว์ทดลองตาย จึงขอเตือนให้ผู้บริโภคที่ใช้สมุนไพรแห้มควรใช้อย่างระมัดระวัง เนื่องจากยังไม่แน่ใจถึงความปลอดภัยและขนาดที่เหมาะสมในการใช้ เพราะยังขาดข้อมูลการศึกษาถึงความเป็นพิษและรายงานทางคลินิกอีกมาก เพราะยังไม่มีการ



ศึกษาในคน เพียงแต่ที่ผ่านมานักวิจัยได้ทำการศึกษาในสัตว์ทดลองและในหลอดทดลองเท่านั้น

ประโยชน์ของห้าม

- ใช้ใส่ถุง

ข้อควรระวังในการใช้สมุนไพรห้าม

- การรับประทานสมุนไพรห้ามเป็นจำนวนมากจะส่งผลทำให้ตับอักเสบได้ ผู้ป่วยโรคไตควรหลีกเลี่ยงและต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ เพราะสมุนไพรชนิดนี้มีเกลือแร่และโพแทสเซียมสูง (ภญ.สุภาภรณ์ ปิติพร)
- สถาบันวิจัยสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรห้าม โดยพบว่าสมุนไพรชนิดนี้มีแบบผง ซึ่งมักเป็นยาแผนปัจจุบันจำพวกสเตียรอยด์เจือปนหรืออาจเป็นสารสเตียรอยด์ทั้งหมด หากได้รับสารสเตียรอยด์ในปริมาณมากก็อาจจะทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้
- บางข้อมูลระบุว่า ห้ามเป็นสมุนไพรที่สามารถลดระดับน้ำตาลในเลือดและขับน้ำได้จริง และดูเหมือนว่าจะช่วยลดน้ำหนักได้เหมือนยาลดน้ำหนัก เนื่องจากสมุนไพรชนิดนี้มีฤทธิ์ขับแร่ธาตุและสารตัวอื่น ๆ ออกจากร่างกาย เช่น โพแทสเซียมและโซเดียม ซึ่งสาร 2 ตัวนี้ทำหน้าที่เป็นสารสื่อประสาทการทำงานของหัวใจและไต หากรับประทานสมุนไพรชนิดนี้อย่างต่อเนื่องในระยะแรกก็ดูเหมือนจะเป็นปกติ เพราะสารทั้ง 2 ชนิดนี้ร่างกายสามารถขจัดขจัดขจัดได้ในระยะแรก ๆ แต่เมื่อสะสมไปนาน ๆ หรือใช้เป็นเดือน ๆ ร่างกายจะเริ่มอ่อนเพลีย หัวใจและไตทำงานผิดปกติ จนอาจถึงขั้นไตวายและเป็นโรคหัวใจได้ (by Mr.taro)
- การใช้สมุนไพรห้ามเพื่อลดระดับน้ำตาลในเลือด ควรใช้ในปริมาณที่เหมาะสม เพราะถ้ารับประทานในจำนวนมากจนเกินไป จะไม่ส่งผลดีต่อร่างกาย เพราะจะทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลงอย่างรวดเร็ว และทำให้เกิดอาการช็อกได้ นอกจากนี้ห้ามยังมีฤทธิ์ยาระบายอีกด้วย (ข้อมูลจาก: abhakara.com by จักร์เจ้าขา)

คำสำคัญ : ห้าม

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-07-17

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1773&code_db=610010&code_type=01