

## เรื่อง บานเย็น



### รายละเอียด

บานเย็น ชื่อสามัญ Marvel of peru, Four o'clock, False Jalap

บานเย็น ชื่อวิทยาศาสตร์ *Mirabilis jalapa* L. จัดอยู่ในวงศ์บานเย็น (NYCTAGINACEAE)

สมุนไพรบานเย็น มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า บานเย็น (ทั่วไป), จำยาม จันยาม ตามยาม (ภาคเหนือ), ตีดำเช้า (จีน), จีปักหลี่ (จีน-แต้จิ๋ว) เป็นต้น

คำว่า *Mirabilis* เป็นภาษาละตินที่มีความหมายว่า "สวยงาม" ส่วนคำว่า *Jalapa* นั้นเป็นชื่อเมืองแห่งหนึ่งในประเทศเม็กซิโก จุดเด่นของดอกไม้ชนิดนี้ก็คือ ดอกจะบานในช่วงบ่ายแก่ ๆ หรือในช่วงเย็นเป็นต้นไป จึงเป็นที่มาของชื่อไทยว่า "บานเย็น" หรือในภาษาอังกฤษจะเรียกว่า "ดอกสี่โมง" (Four o'clock flower) เมื่อดอกบานจะมีกลิ่นหอม ส่วนในประเทศจีนจะเรียกดอกบานเย็นว่า "ดอกสายฝน" (Shower flower) หรือเรียกว่า "ดอกหุงข้าว" (Rice boiling flower) สำหรับในฮ่องกง จะเรียกดอกบานเย็นว่า "มะลิม่วง" (Purple jasmine) และ

ความน่าสนใจของดอกบานเย็นอีกอย่างหนึ่งก็คือ เป็นไม้ดอกที่สามารถมีดอกได้หลายสีอยู่บนต้นเดียวพร้อม ๆ กันได้ แต่ละดอกอาจมีหลายสีปนกันอยู่ก็ได้ และดอกยังสามารถเปลี่ยนสีได้เมื่อต้นมีอายุมากขึ้น เช่น พันธุ์ดอกเหลืองจะค่อย ๆ เปลี่ยนเป็นสีชมพูเข้ม หรือพันธุ์ดอกขาวจะค่อย ๆ เปลี่ยนเป็นสีม่วงอ่อน เป็นต้น

### ลักษณะของต้นบานเย็น

**ต้นบานเย็น** มีถิ่นกำเนิดในประเทศเปรู เม็กซิโก อเมริกากลาง และมีเขตการกระจายพันธุ์เฉพาะในทวีปอเมริกาใต้ และบางครั้งอาจขึ้นเป็นวัชพืช โดยจัดเป็นไม้พุ่มเนื้ออ่อนมีอายุหลายปี มีเหง้าหรือหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้นมีความสูงประมาณ 1-1.5 เมตร มีลำต้นสีแดงออกนวลเล็กน้อย แตกกิ่งก้านจำนวนมาก เป็นทรงพุ่มแผ่กว้าง เป็นไม้ที่เลี้ยงง่าย ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ด ควรปลูกไว้กลางแจ้งและดินที่ปลูกควรเป็นดินร่วนมีธาตุอาหารสมบูรณ์ ต้องการน้ำและความชื้นปานกลาง

**รากบานเย็น** มีลักษณะพองเป็นหัว หรือเรียกว่าเหง้า มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 10 เซนติเมตร

**ใบบานเย็น** ใบออกเป็นคู่ ๆ สลับกันไปตามลำต้น ใบมีลักษณะเป็นรูปไข่ หรือเป็นรูปใบหอก หรือเป็นรูปสามเหลี่ยม และมีขนประปราย ใบมีความกว้างประมาณ 2-9 เซนติเมตรและยาวประมาณ 5-15 เซนติเมตร ปลายใบแหลม ส่วนโคนใบตัดหรือเป็นรูปหัวใจ ขอบใบเรียบ มีเส้นกลางใบเป็นสีเหลืองอ่อนเห็นได้ชัดเจน และก้านใบมีความยาวประมาณ 1-4 เซนติเมตร<sup>[1],[2],[3]</sup> โดยในใบจะประกอบด้วยสาร B-sitosterol, 12-tricosanone, n-hexacosanol, กรดไขมัน (Tetracosanoic acid), กรดอะมิโน (Alanine, Glycine, Leucine, Tryptophan, Valine) และกรดอินทรีย์ (Citric acid, Tartaric acid)

**ดอกบานเย็น** ดอกมีกลิ่นหอม ออกดอกติดกันเป็นกลุ่ม ๆ ลักษณะของดอกที่ยังไม่บานจะเป็นรูปหลอด เมื่อบานแล้วจะเป็นรูปแตร ปลายแยกเป็น 5 กลีบ โดยดอกบานเต็มที่จะมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 3-5 เซนติเมตร ดอกมีกลีบประดับเป็นรูปประฆังติดอยู่ที่ฐาน มีความยาวประมาณ 1-1.5 เซนติเมตร ดอกเกือบไร้ก้าน แต่ละช่อดอกมีดอกอยู่ประมาณ 4-5 ดอก ดอกจะบานตอนเย็นเรื่อยไปจนถึงตอนเช้าแล้วจะหุบ ส่วนวงกลีบหรือกลีบดอกมีหลายสีขึ้นอยู่กับสายพันธุ์ที่ปลูก เช่น ดอกสีชมพู สีม่วง สีแดง สีขาว สีเหลือง สีส้ม สีดำ หรือแม้กระทั่งมีสองสีในดอกเดียวกัน มีความยาวประมาณ 3-6 เซนติเมตร โดยปากกลีบจะมีเส้นผ่านศูนย์กลางยาวประมาณ 2.5-3 เซนติเมตร ดอกมีเกสรตัวผู้ 5 ก้าน ยื่นยาวออกมาประมาณ 1 เซนติเมตร มีก้านเกสรเป็นสีแดง ส่วนอับเรณูมีลักษณะเป็นทรงกลม รั้งไข่เป็นรูปรี ส่วนก้านเกสรตัวเมียจะยาวเท่ากับก้านเกสรตัวผู้ และมีสีแดง ปลายเกสรเป็นตุ่ม เป็นพู่สั้น ๆ และสามารถออกดอกได้ตลอดปี<sup>[1],[2],[4],[5]</sup> โดยในดอกจะสารจำพวกฟลาโวนอยด์ และสาร Betaxanthins

**ผลบานเย็น** หรือ **เมล็ดบานเย็น** มีลักษณะทรงกลม มีสีดำ ผิวขรุขระหยาบ ๆ มีขนาดยาวประมาณ 0.5-0.9 เซนติเมตร เปลือกบาง มีสัน 5 สัน ภายในจะมีแบ่งอยู่เป็นจำนวนมาก โดยประกอบไปด้วยไขมันประมาณ 4.

3%, linolenic acid ประมาณ 15.1% และยังมีประกอบด้วยสาร Kaempferol glycoside และสาร Quercetin

### สรรพคุณของบานเย็น

1. ช่วยแก้ไข้ ระวังความร้อนในร่างกาย (หัว)
2. หัวบานเย็นใช้รับประทานเป็นยาขับเหงื่อ (หัว)
3. หัวหรือรากช่วยแก้โรคเบาจัด (หัว)
4. ช่วยแก้ไอเจ็บเป็นเลือด แก้กระอักเลือด (ดอก, หัว)<sup>[5],[6]</sup>ด้วยการใช้ดอกสดประมาณ 120 กรัม นำมาคั้นเอาแต่น้ำผสมกินแก้ไอ
5. ช่วยแก้ต่อมทอนซิลอักเสบ ด้วยการใช้รากหรือหัวสดนำมาคั้นเอาแต่น้ำใช้กวาดคอ (หัว)
6. หัวหรือรากบานเย็น มีสาร "Alkaloid Trigonelline" ที่มีฤทธิ์เป็นยาถ่าย ยาระบาย (หัว)
7. ช่วยขับปัสสาวะ (หัว, ใบ)
8. เชื่อว่ารากหรือหัวของบานเย็นช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้ (หัว)
9. ใบนำมาใช้ภายในเป็นยารักษาโรคหนองในได้ หรือจะใช้รากหรือหัวจากต้นดอกสีขาวนำมาหั่นเป็นแผ่น ผสมกับโป่งรากสน นำมาต้มกินก่อนอาหารวันละ 2 เวลา (หัว, ใบ)
10. ช่วยแก้อาการตกขาวของสตรี ด้วยการใช้รากหรือหัวจากต้นดอกสีขาวนำมาหั่นเป็นแผ่น ผสมกับโป่งรากสน นำมาต้มกินก่อนอาหารวันละ 2 เวลา (หัว)
11. ช่วยรักษาอาการบวมหน้า (หัว)
12. น้ำคั้นจากใบใช้ชะล้างบาดแผลหรือแผลฟกช้ำให้หายเร็วยิ่งขึ้นได้ (ใบ)
13. ใบสดนำมาตำพอกหรือคั้นเอาแต่น้ำมาทาเป็นยารักษากลากเกลื้อน (ใบ)
14. ใช้ใบสดนำมาตำให้ละเอียด แล้วนำไปอุ่นไฟให้ร้อนพอทนได้ นำมาใช้พอกรักษาฝี แผลมีหนองต่าง ๆ ช่วยให้หนองออกมา แก้ต่อมน้ำเหลืองอักเสบ (ใบ)
15. ช่วยรักษาแผลเรื้อรังได้ (ใบ, หัว)<sup>[5]</sup>หากเป็นแผลเรื้อรังบริเวณหลังให้ใช้รากหรือหัวสดจากต้นดอกสีแดง ผสมกับน้ำตาลทรายแดงพอประมาณ นำมาตำแล้วพอก และให้หมั่นเปลี่ยนยาวันละ 2 ครั้ง<sup>[6]</sup> และหัวยังช่วยรักษาหนองได้อีกด้วย (หัว)
16. แป้งจากเมล็ดใช้รักษาแผลมีน้ำเหลือง ผิวน้ำเหลือง ผิวน้ำเหลือง ด้วยการใช้เมล็ดนำมาแกะเอาเปลือกออก แล้วเอาแป้งมาบดเป็นผงให้ละเอียด นำใช้ทาภายนอก (เมล็ด)
17. น้ำคั้นจากใบใช้ทารักษาผื่นแดงที่มีอาการคัน ใช้ทาช่วยบรรเทาอาการคัน และยังลดอาการแสบร้อนได้ด้วย (ใบ)
18. ใบบานเย็นช่วยลดอาการอักเสบได้ (ใบ)

19. ช่วยแก้บวม แก้อักเสบ (หัว)

20. รากหรือหัวจากต้นดอกสีแดงนำมาใช้รักษาอาการปวดตามข้ออย่างเฉียบพลันได้ ด้วยการเอาข่าห่มหรือเจ้าหู้ นำมาต้มกิน (หัว)

21. หัวใช้รับประทานจะทำให้ผิวหน้าขาว อยู่คงกระพันเขี่ยนตีแล้วไม่แตกกลับทำให้รู้สึกคัน (หัว)

### ข้อมูลทางเภสัชวิทยาของบานเย็น

1. สารสกัดที่ได้จากใบ (เรซิน) มีฤทธิ์ช่วยขับปัสสาวะ ช่วยรักษาอาการบวมหน้า และมีฤทธิ์เป็นยาถ่าย
2. ส่วนรากก็มีสารเรซินที่มีฤทธิ์ระคายเคืองเมื่อกิน เยื่อบุผนังลำไส้
3. ดอกมีกลิ่นหอมฉุน อาจทำให้เกิดอาการมีเนมาได้ จึงสามารถใช้ไล่ยุงและแมลงได้
4. น้ำสกัดจากใบหรือทั้งต้น เมื่อนำมาใช้เพื่อทานอลลงจะไปจะตกตะกอน แล้วกรองเอาน้ำสกัดที่ได้จะมีตัวยาเทียบเท่ากับยาสด เมื่อนำมาใช้ฉีดกระต่าย มีผลทำให้หัวใจกระต่ายเต้นเร็วขึ้น มีการบีบตัวแรงขึ้น แต่กลับสู่สภาพปกติอย่างรวดเร็ว เมื่อนำมาฉีดเข้าไปในหลอดเลือดแมว พบว่ามีความดันเลือดสูงขึ้นประมาณ 75% และจะกลับสู่สภาพปกติอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ฤทธิ์ดังกล่าวจะไม่มีผลอะไรต่อลำไส้เล็กของหนูตะเภา ส่วนลำไส้เล็กของกระต่ายจะมีผลเป็นการยับยั้งการบีบตัวของกล้ามเนื้อลำไส้เล็ก และจากการตรวจสอบทางเคมีของน้ำสกัดจะไม่พบสารอัลคาลอยด์
5. นักวิจัยฮ่องกงได้ทำการแยกสาร MAPs อีกตัวหนึ่งที่อยู่ในรากของบานเย็น โดยพบว่ามีฤทธิ์เป็น Antiviral และยังพบว่ามีฤทธิ์ทำให้แท้งในหนู, ยับยั้งการสังเคราะห์โปรตีน ยับยั้งการเจริญเติบโตของ Tumor cell และรบกวนกระบวนการอื่น ๆ ในเซลล์ของไวรัส และยังพบว่าในส่วนของเมล็ดมี Peptide บางชนิดที่มีฤทธิ์คล้ายกับพิษแมงมุม
6. ในปี 2001 นักวิจัยได้ค้นพบสารประกอบ Phenolic ที่มีฤทธิ์ต้าน Candida albican เมื่อทดลองในหลอดทดลอง และจากการสกัดดอก ใบ และรากด้วยน้ำร้อนจะได้สารที่ออกฤทธิ์เป็น Antifungal ในการทดลองอื่น ๆ และในการวิจัยอื่น ๆ ในส่วนของใบบานเย็นและกิ่งก้านของต้นไม่มีการยืนยันว่ามีฤทธิ์ Antimicrobial ดังนั้นคุณสมบัตินี้อาจมีอยู่แค่เพียงในรากเท่านั้น
7. สารสกัดจากส่วนรากด้วยน้ำและ Ethanol จะแสดงฤทธิ์ Mild uterine stimulant ในหนูทดลอง และ Antispasmodic ใน Guinea pigs

### ข้อควรระวังในการใช้สมุนไพรบานเย็น

1. เมล็ดบานเย็นส่วนใหญ่จะมีความเป็นพิษมาก (สาร Neurotoxic) ไม่ควรนำมารับประทาน หากได้รับพิษอาจทำให้เกิดอาการอาเจียนและมีอาการท้องเสีย หากได้รับในปริมาณมากอาจทำให้เสียชีวิตได้

2. ไม่ควรใช้สมุนไพรบานเย็นในหญิงตั้งครรภ์ เนื่องจากมีรายงานพบว่ามันทำให้เกิดการแท้งบุตรได้

### ประโยชน์ของบานเย็น

1. ต้นไม้บานเย็นนิยมใช้ปลูกเป็นไม้ประดับทั่วไป โดยเฉพาะต้นที่มีดอกสีชมพูและดอกสีขาว
2. แป้งจากเมล็ดใช้ทารักษาผิว ฝ้า ลบรอยต่างดำนใบหน้าได้ โดยภายในเมล็ดจะมีแป้งสีขาวเป็นผงละเอียด หญิงไทยในอดีตจะนำมาใช้ผัดหน้า ให้ผิวสวย และไม่เปื้อนเสื้อผ้า นอกจากนี้ยังมีหลักฐานว่าหญิงชาวจีนและญี่ปุ่นก็เคยใช้แป้งชนิดนี้เพื่อผัดหน้าแก้สิวเช่นกัน
3. เมล็ดของบานเย็นบางสายพันธุ์ เมื่อนำมาบดละเอียดเป็นผงแล้วสามารถนำมาใช้เป็นส่วนผสมในสีย้อม ในเครื่องสำอาง
4. ผงจากรากนำมาใช้ผสมกับแป้งข้าวเจ้าและผงไม้จันทน์ นำมาทำเป็นเครื่องสำอางได้
5. ใบบานเย็นสามารถรับประทานแบบสุกได้ แต่ควรรับประทานเมื่อยามจำเป็นเท่านั้น
6. ดอกนิยมนำมาใช้ทำเป็นสีผสมอาหาร โดยจะให้สีแดงเข้ม ซึ่งมักนำมาใช้ในการแต่งสีเค้กและเจลลี่
7. เมล็ด ราก และยอดอ่อน มีสาร Mirabilis antiviral proteins (MAPs) ที่ช่วยปกป้องพืชจากพวกไวรัสที่ก่อโรคในพืชและเชื้อราบนดินได้ มีประสิทธิภาพในการช่วยป้องกันพืชผลทางเศรษฐกิจที่สำคัญได้หลายชนิด เช่น ข้าวโพด ยาสูบ จาก มัันฝรั่ง เป็นต้น

คำสำคัญ : บานเย็น

ที่มา : <https://medthai.com/>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-06-02

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=1653&code\\_db=610010&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1653&code_db=610010&code_type=01)