



# MUPY Newsletter

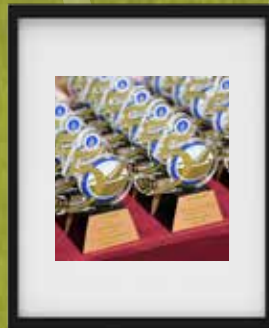
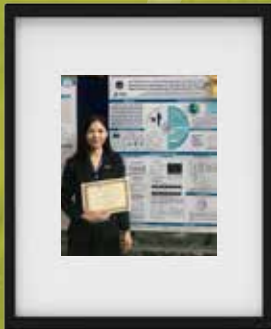
ฉบับที่ 23 พฤษภาคม - สิงหาคม 2561



## จุฬารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
Faculty of Pharmacy, Mahidol University



### แนะนำ-ติชม

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
447 ถนนศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400  
โทรศัพท์ 02-644-8679-81 โทรสาร 02-354-4326

### คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา/บรรณาธิการ คณะกรรมการฝ่ายวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์  
กองบรรณาธิการ งานวิเทศสัมพันธ์และประชาสัมพันธ์ คณะเภสัชศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล ฝ่ายศิลปกรรม หน่วยปฏิบัติการคอมพิวเตอร์ฯ  
พิมพ์ที่ บจก.วิสด้า อินเทอร์เน็ต



# EDITOR TALK

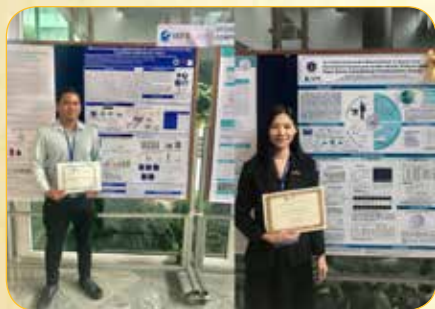
สวัสดีท่านผู้อ่านทุกท่านค่ะ มาพบกันอีกครั้งในจุลสารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล สำหรับใครที่เคยมีข้อสงสัยว่า นอนน้อยทำให้อ้วน จริงหรือไม่? สามารถหาคำตอบได้ในจุลสารฉบับนี้ ในคอลัมน์ Drug Tips ค่ะ นอกจากนี้ยังมีบทความสาระความรู้ ยาหาราก : ตำรับยาสมุนไพรแก้ไข้ มาให้ผู้อ่านได้รู้จักสมุนไพรไทยที่สามารถนำมาแก้ไข้มากยิ่งขึ้น ที่ผู้อ่านสามารถติดตามอ่านได้ในคอลัมน์ Herb for health นอกจากนี้ยังมีข่าวสารต่าง ๆ ของชาวเภสัชมหิดลค่ะ

รองศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.มัลลิกา ชมนาวัง  
รองคณบดีฝ่ายวิจัยและวิเทศสัมพันธ์

## MUPY Good News: โดยกองบรรณาธิการ

### อาจารย์เภสัชมหิดลรับรางวัล 'Top 10 Most Cited Articles'

ศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.วรภกรณ์ จรรยาประเสริฐ เข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ The 5<sup>th</sup> Asian Pharmaceutical Science and Technology & Enlarged Editorial Board Conference of Asian Journal of Pharmaceutical Sciences ระหว่างวันที่ 8 - 10 พฤษภาคม 2561 ณ เมืองหางโจว สาธารณรัฐประชาชนจีน ในโอกาสนี้ศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.วรภกรณ์ จรรยาประเสริฐ ได้รับเชิญเป็นวิทยากรบรรยายในหัวข้อ "Nanocarriers of polymer-drug conjugate for enhanced drug delivery and targeting" นอกจากนี้ ยังได้รับรางวัล 'Top 10 Most Cited Articles' จากผลงานวิจัยเรื่อง Nanomystals for enhancement of oral bioavailability of poorly water-soluble drugs อีกด้วย



นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลคว้ารางวัลจากการนำเสนอผลงานโปสเตอร์งาน ISPE ครั้งที่ 15

เมื่อวันที่ 16 - 17 กรกฎาคม 2561 นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล นางสาว บุญตา ฉัตรวีระสกุล และนายญาณวุฒิ หมานมานะ ได้รับรางวัลชนะเลิศและรองชนะเลิศ จากการนำเสนอผลงานโปสเตอร์งาน ISPE Thailand 15<sup>th</sup> Anniversary Annual Meeting 2018 Quality beyond Compliance (ISPE ครั้งที่ 15) ณ โรงแรมแอมบาสซาเดอร์ กรุงเทพฯ

นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดีเด่น ประจำปี 2560

นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดีเด่น ประจำปี 2560 ได้แก่ กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพและวิทยาศาสตร์สุขภาพประยุกต์ ระดับปริญญาโท ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดีเด่น คือ ร.อ.ณัฐพล ใจสุภา สาขาวิชาเภสัชวิทยาและวิทยาศาสตร์ชีวโมเลกุล (หลักสูตรนานาชาติ) โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาหลักคือ รองศาสตราจารย์ ดร. ภก.ศุภโชค มั่งมุล และกลุ่มวิทยาศาสตร์ชีวภาพ ระดับปริญญาเอก ได้รับรางวัลวิทยานิพนธ์ดี คือ นายจิรดิษฐ์ สารสำคัญ สาขาวิชาเภสัชเคมีและพฤกษเคมี โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาหลักคือ ศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.โอภา วัชรคุปต์ ซึ่งได้รับรางวัลเมื่อวันที่ 31 กรกฎาคม 2561 ณ อาคารมหิตลสถิตาคาร มหาวิทยาลัยมหิดล



นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้รับรางวัล Best Poster Award

นางสาวบุญตา ฉัตรวีระสกุล นักศึกษาปริญญาเอก หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาเภสัชเคมีและพฤกษเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้รับรางวัลชนะเลิศ Best Poster Award จากโปสเตอร์จำนวน 121 เรื่อง ในการประชุม HPLC 2018 ณ เมือง Washington DC ประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างวันที่ 29 กรกฎาคม - 2 สิงหาคม 2561 จากผลงานเรื่อง Development of Microfluidic Distance-Based Paper Device Immobilizing Polydiacetylene Sensor for DNA Measurement โดยมี ศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.สิณา สุนทรสุข เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาหลักและ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.นันทนา นุชถาวร เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

# STUDENT ACTIVITIES

## ปฐมนิเทศการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชศาสตร์ สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4

เมื่อวันที่ 8-9 พฤษภาคม 2561 เวลา 08.00-16.30 น. ณ ห้องประชุม 203 ชั้น 2 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยคณะอนุกรรมการจัดการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 โดยมี วิทยากรบรรยายเพื่อเตรียมความพร้อมของนักศึกษา ก่อนไปฝึกงาน ดังนี้

วันที่ 8 พฤษภาคม 2561 ห้อง 203 อาคารเทพรัตน์

- วิธีคิดแก้ปัญหาผู้ป่วยโดยแนวทาง SOAP & How to relate to DRPs และ การวิเคราะห์ใบสั่งยา & การให้คำปรึกษาด้านยา โดย รองศาสตราจารย์ ภก.ปรีชา มณฑกานติกุล
- Drug specification และ COA กับการจัดหายา โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ปิยนุช โรจน์สง่า
- ผลิตภัณฑ์ยาออกฤทธิ์นานสำหรับรับประทานและข้อควรระวัง และยาเตรียมและการเตรียมยาสำหรับผู้ป่วยเฉพาะรายโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภก.จิรพงศ์ สุขศิริวรวงษ์ และ อาจารย์ ดร. ภญ.จิราพร เลื่อนผลเจริญชัย
- ชี้แจงรายวิชาฝึกงาน และคู่มือการฝึกปฏิบัติงานและกิจกรรมการปฏิบัติตนในระหว่างการฝึกปฏิบัติงาน โดยรองคณบดีฝ่ายการศึกษา และรองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา

วันที่ 9 พฤษภาคม 2561 ห้อง 203 อาคารเทพรัตน์

- แนวทางการฝึกปฏิบัติงานในโรงพยาบาลและเภสัชกรโรงพยาบาล โดย ภก.วุฒิชัย เลิศวัฒน์ชัย โรงพยาบาลศิริราช



### เภสัชมหิดลจัดกิจกรรม

### “จากครูถึงศิษย์ จากพี่ถึงน้อง ครั้งที่ 9”

เมื่อวันที่ 9 พฤษภาคม 2561 เวลา 13.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรม “จากครูถึงศิษย์ จากพี่ถึงน้อง ครั้งที่ 9” ภายใต้โครงการปฐมนิเทศการฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพเภสัชศาสตร์สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เพื่อให้นักศึกษาเภสัชศาสตร์ได้รับการหล่อหลอมที่จะเป็นเภสัชกรที่ดีในอนาคต ซึ่งเป็นพิธีมอบเสื้ออกวอร์น โดยมีไฮไลต์สำคัญของงาน คือ พิธีมอบเสื้ออกวอร์นตัวแรก ซึ่งเป็นเครื่องแบบสำหรับวิชาชีพเภสัชกรให้แก่นักศึกษาทุกคนที่เข้าร่วมโครงการ เพื่อสานความสัมพันธ์ ความรัก และเป็นกำลังใจเชิงสัญลักษณ์จากคณาจารย์ไปยังนักศึกษาทุกคน ตลอดจนช่วยกระตุ้นการสำนึกของการเป็นเภสัชกรที่ดีในอนาคต ณ ห้องประชุม 302 อาคารเทพรัตน์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



# MUPY Special

## “50 ปี เกษัชศาสตร์มหิดล สร้างสรรคคุณค่าเรืองยา ตั้งปัญญาขອງแผ่นดิน”



### กิจกรรมฉลองครบรอบ 50 ปี ของการก่อตั้งคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



ในโอกาสครบรอบ 50 ปี ของการก่อตั้งคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล คณะฯ ได้จัดกิจกรรมเฉลิมฉลอง ภายใต้โครงการ “50 ปี เกษัชมหิดลสู่ความเป็นเลิศด้านเภสัชศาสตร์เพื่อการพัฒนาประเทศไทยที่ยั่งยืน” ระหว่างวันที่ 7 - 9 มิถุนายน พ.ศ. 2561 โดยในวันที่ 7 มิถุนายน พ.ศ. 2561 ซึ่งเป็นวันครบรอบ 50 ปีของคณะฯ สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก เสด็จทรงเจิมป้ายอาคารวิจัยประดิษฐ์ หุตางกูร ณ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และทรงประทานของที่ระลึกแก่บุคคลผู้ทำคุณประโยชน์ต่อคณะฯ โดยมี ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล เลขาธิการมูลนิธิชัยพัฒนา ดร. ภก.สุวิทย์ เมษินทรีย์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี พร้อมด้วย ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.ไกรสิทธิ์ ตันติศิรินทร์ อุปนายกสภามหาวิทยาลัย และปฏิบัติหน้าที่แทนนายกสภามหาวิทยาลัยมหิดล รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.จุฑามณี สุทธิสีสังข์ รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายนโยบายและแผน มหาวิทยาลัยมหิดล รวมทั้งผู้บริหารคณะฯ คณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษา ฝ้าฯ รับเสด็จ นอกจากนี้ ยังมีการบรรยายในหัวข้อ “50 ปี แห่งการพัฒนาเภสัชมหิดลสู่ความเป็นเลิศด้านเภสัชศาสตร์เพื่อการพัฒนาประเทศไทยและแนวทางในอนาคต” โดยรองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.สุวัฒนา จุฬาวัดนทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล รวมทั้งการปาฐกถาพิเศษในหัวข้อ “ศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน” โดย ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล เลขาธิการมูลนิธิชัยพัฒนา และในช่วงบ่ายของวันเดียวกัน คณะฯ ได้จัดกิจกรรมรำลึกถึงคุณูปการของอาจารย์ประดิษฐ์ หุตางกูร คณบดีท่านแรกและบูรพคณาจารย์ ตลอดจนบุคลากรอาวุโสของคณะฯ ด้วย



ในวันที่ 8 - 9 มิถุนายน พ.ศ. 2561 คณะฯ ได้จัดการประชุมวิชาการในหัวข้อ **“Innovation in Pharmaceutical Sciences & Clinical Use of Drugs & Health Products”** ณ โรงแรมโกลเด้นทิวลิป ซอฟเฟอริน พระราม 9 โดยได้รับเกียรติจาก ดร. ภก. สุวิทย์ เมษินทรีย์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี และศาสตราจารย์ นายแพทย์บรรจง มไหสวริยะ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหิดล เป็นประธานในพิธีเปิดการประชุมวิชาการดังกล่าว ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับความก้าวหน้าของศาสตร์ทางเภสัชกรรมและวิชาชีพที่จะมีผลกระทบต่อการศึกษา การวิจัย และบทบาทของวิชาชีพในศตวรรษที่ 21 และเพื่อให้เภสัชกรและผู้เข้าร่วมประชุมสามารถปรับตัวให้เข้ากับแนวโน้มความเปลี่ยนแปลงของศาสตร์ทางเภสัชกรรมและวิชาชีพ ตลอดจนสามารถดำเนินงานโดยใช้เทคโนโลยีและศาสตร์รูปแบบใหม่ต่าง ๆ ในการปรับเข้ากับการทำงานของตนเอง โดยได้รับเกียรติจากวิทยากรที่เป็นผู้นำทางวิชาการระดับชาติและนานาชาติ อาทิ ดร. ภก.สุวิทย์ เมษินทรีย์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี บรรยายในหัวข้อ **“ทิศทางการพัฒนานวัตกรรมเพื่อสุขภาพและเศรษฐกิจสู่ไทยแลนด์ 4.0”** นายแพทย์ชูชัย ศรชำนิ รองเลขาธิการสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ บรรยายในหัวข้อ **“นโยบายการประกันสุขภาพแห่งชาติ : สถานการณ์ปัจจุบันและทิศทางในอนาคต”** และ Prof. Aliasger K. Salem จาก University of Iowa ประเทศสหรัฐอเมริกา บรรยายในหัวข้อ **“Future Landscape of Pharmaceutical Innovation”** และในช่วงบ่ายวันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2561 คณะฯ ร่วมกับ มูลนิธิคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และชมรมศิษย์เก่าเภสัชมหิดล ได้จัดพิธีมอบรางวัล **“เพชรเภสัชมหิดลเกียรติคุณ”** และรางวัล **“เพชรเภสัชมหิดล”** เพื่อยกย่องและเชิดชูเกียรติคณาจารย์และศิษย์เก่าของคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลให้เป็นที่ประจักษ์ และเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเภสัชกรรุ่นหลัง รวมถึงศิษย์ปัจจุบันของคณะฯ รวมทั้งกิจกรรมแสดงมุทิตาจิตแก่คณาจารย์อาวุโส และปิดท้ายด้วยงานเลี้ยงสังสรรค์ ครึ่งศตวรรษคืนสู่เหย้า เภสัชมหิดล ซึ่งมีศิษย์เก่าเภสัชมหิดลจากรุ่นต่าง ๆ เข้าร่วมงานเป็นจำนวนมาก





## นอนน้อยทำให้อ้วน จริงหรือไม่

รองศาสตราจารย์ ดร. กัญจิรภรณ์ อังวิทย์อร  
ภาควิชาเภสัชเคมี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

หลายท่านคงจะสังเกตได้ว่า มีคนหนุ่มสาวและเด็กที่เข้าข่ายว่าเป็น “คนอ้วน” มากขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับในอดีต คำเปรียบเปรยที่ว่า “นอนจนอ้วนเป็นหมู” ไม่ตรงกับความจริงเสมอไป คนที่นอนน้อยมีโอกาสอ้วนมากกว่าคนนอนหลับปกติ

ข้อมูลจากศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค (Centers for Disease Control and Prevention) ของสหรัฐอเมริกา ซึ่งสำรวจในระหว่างปี ค.ศ. 2013-2014 พบว่าราว 70% ของชาวอเมริกันมีน้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วน (โดยวัดจากผู้ที่มิได้ชั่งน้ำหนักมาตั้งแต่ 30 ขึ้นไป) ผู้ชายที่เป็นโรคอ้วนมีจำนวนมากกว่าผู้หญิง ทั้งนี้ 7.7 % เข้าขั้นเป็นโรคอ้วนมาก โดยผู้หญิงที่เป็นโรคอ้วนมากมีมากกว่าผู้ชาย ในเด็กและวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 2 - 19 ปี ประมาณ 17% เป็นโรคอ้วน และ 6% เป็นโรคอ้วนมาก ในวัยรุ่นอายุระหว่าง 12 - 19 ปี 20.6% เป็นโรคอ้วน และ 9% เป็นโรคอ้วนมาก ประเทศในแถบเอเชียแม้ว่าจะมีจำนวนคนเป็นโรคอ้วนน้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศทางตะวันตก แต่อัตราการเพิ่มของคนเป็นโรคอ้วนก็สูงขึ้นเช่นกัน

จากรายงานการศึกษาวิจัยจากหลายสถาบัน พบว่าการนอนหลับที่ไม่เพียงพอ และคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดี เช่นหลับไม่สนิท หลับยาก ตื่นบ่อย เป็นต้น เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วน ในทำนองเดียวกัน คนอ้วนมักมีปัญหาในการนอนหลับมากกว่าคนน้ำหนักปกติ ข้อมูลล่าสุดจาก National

Sleep Foundation (NSF) ของสหรัฐอเมริกา รายงานว่า คนในช่วงวัยต่างๆ ควรมีระยะเวลาในการนอนต่อวัน ดังนี้

ทารกแรกเกิด	อายุ 0 - 3 เดือน	14 - 17 ชั่วโมง
ทารก	อายุ 4 - 11 เดือน	12 - 15 ชั่วโมง
เด็กวัยหัดเดิน	อายุ 1 - 2 ปี	11 - 14 ชั่วโมง
เด็กก่อนวัยเรียน	อายุ 3 - 5 ปี	10 - 13 ชั่วโมง
เด็กวัยเรียน	อายุ 6 - 13 ปี	9 - 11 ชั่วโมง
วัยรุ่น	อายุ 14 - 17 ปี	8 - 10 ชั่วโมง
ผู้ใหญ่	อายุ 18 - 64 ปี	7 - 9 ชั่วโมง
ผู้สูงอายุ	อายุ 65 ปีขึ้นไป	7 - 8 ชั่วโมง

โลกในยุคปัจจุบันที่เต็มไปด้วยการใช้เทคโนโลยี และการแข่งขันสูง คนที่มีปัญหาเรื่องการนอนไม่หลับหรือนอนไม่พอ มีเพิ่มขึ้นกว่าในอดีต ซึ่งอาจเกิดจากปัญหาด้านสุขภาพภาวะทางจิตใจ เช่น มีอาการซึมเศร้า ความวิตกกังวล หรือจากสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่รบกวนการนอน การดื่มแอลกอฮอล์หรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน ป๊อปปี้ อื่น ๆ นอกเหนือจากความผิดปกติของการนอน (sleeping disorder) แล้ว การนอนไม่หลับหรือนอนน้อยยังอาจเกิดจากคนในสังคมยุคนี้เป็นโรคติดโซเชียล ต้องดูโทรศัพท์มือถือตลอดทั้งวัน ดูทีวี เล่นอินเทอร์เน็ต เล่นเกมส์หรือใช้คอมพิวเตอร์จนดึกดื่น ต้องเอางานกลับมาทำที่บ้าน ต้องทำงานล่วงเวลา หรือต้อง

ทำงานกะกลางคืน ตลอดจนการจราจรที่ติดขัด ทำให้ต้องใช้ เวลาเดินทางยาวนาน จนรบกวนเวลาที่ใช้พักผ่อนนอนหลับ การนอนน้อยจะทำให้กินมากขึ้นเพื่อให้มีแรงทำงานและ ทำกิจกรรมต่าง ๆ และยังทำให้เกิดการต้านทานต่ออินซูลิน การเผาผลาญกลูโคสลดลง จึงเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน และโรคอื่น ๆ ที่จะตามมาในอนาคต เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ ต่างๆ นอกจากนี้การนอนน้อยทำให้เกิดภาวะหยุดหายใจใน ขณะนอนหลับ

ฮอร์โมน ghrelin และ leptin มีบทบาทสำคัญต่อ ความรู้สึกริวและความสมดุลของการใช้พลังงานใน ร่างกาย ฮอร์โมน ghrelin กระตุ้นให้เกิดความหิวและอยาก อาหาร โดยเฉพาะอาหารจำพวกแป้ง ในขณะที่ฮอร์โมน leptin ลดความอยากอาหารและเพิ่มการใช้พลังงานของร่างกาย ระดับของฮอร์โมนทั้งสองมีความเกี่ยวข้องกับการนอนหลับ เมื่อร่างกายนอนหลับไม่เพียงพอ ระดับฮอร์โมน ghrelin จะ เพิ่มขึ้น และระดับฮอร์โมน leptin จะลดลง ทำให้เกิดความหิว และอยากอาหาร จึงเพิ่มความเสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วน



จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าการนอนที่เพียงพอมีความ สำคัญอย่างยิ่งต่อสุขภาพ เราจึงควรให้ความสำคัญกับการนอน โดยพยายามเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตในแต่ละวันให้มีเวลาพักผ่อน อย่างเพียงพอ จัดห้องนอนให้มีบรรยากาศชวนให้นอนหลับสบาย เช่น ไม่ควรมีทีวี โทรศัพท์ หรือคอมพิวเตอร์ในห้องนอน ปราศจากแสงและเสียงที่จะรบกวนการนอน รับประทานอาหารที่มีแป้งและน้ำตาลน้อย ไม่ควรออกกำลังกาย อย่างหนักก่อนนอนอย่างน้อย 4 - 6 ชั่วโมง ทำจิตใจให้สงบ และผ่อนคลาย หลีกเลี่ยงการทำการกิจกรรมที่ทำให้ร่างกายและ สมองตื่นตัว จนไม่อยากนอนหรือนอนหลับยาก ทำให้ปล่อยวาง การสวมดนตรี หรือนั่งสมาธิอาจทำให้นอนหลับง่ายขึ้น แต่ทั้งนี้ ไม่ได้หมายความว่า ถ้าอยากลดน้ำหนักก็ต้องนอนให้มากๆ การนอนมากจนเกินไปก็อาจทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นได้ เนื่องจากขาดการออกกำลังกาย การเผาผลาญพลังงานลดลง

การนอนหลับได้สนิทในระยะเวลาที่เพียงพอ เป็นอีก สิ่งหนึ่งที่ช่วยให้น้ำหนักลดลง เมื่อน้ำหนักลด โรคภัยต่าง ๆ ก็จะลดลงด้วย

#### เอกสารอ้างอิง

- Bayon V, Leger D, Gomez-Merino D, et al. Sleep debt and obesity. *Ann Med.* 2014;46(5):264-72.
- Pacheco SR, Miranda AM, Coelho R, et al. Overweight in youth and sleep quality: Is there a link? *Arch Endocrinol Metab.* 2017;61(4):367-73.
- Jarrin D, McGrath J, Poirer P. Autonomic dysfunction: A possible pathophysiological pathway underlying the association between sleep and obesity in children at risk for obesity. *J Youth Adoles.* 2015;44(2):285-97.
- <https://sleepfoundation.org/sleep-topics/obesity-and-sleep>.
- <https://sleepfoundation.org/press-release/national-sleep-foundation-recommends-new-sleep-times>

# MUPY INSIDES



## เกษมศึกษาลงกิจกรรมทัศนศึกษาประจำปี 2561 ณ จังหวัดราชบุรี

เมื่อวันเสาร์ที่ 5 พฤษภาคม 2561 บุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรมทัศนศึกษาประจำปี 2561 ณ จังหวัดราชบุรี โดยมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมกว่า 70 ท่าน บรรยายภาคเป็นไปด้วยความสนุกสนานและอบอุ่น โดยออกเดินทางจากคณะเภสัชศาสตร์ เวลา 07.00 น. และได้เยี่ยมชมตลาดน้ำดำเนินสะดวก จากนั้นรับประทานอาหารกลางวันที่ Alpaca Ratchaburi และได้เยี่ยมชมวัดคงคาราม วัดถ้ำน้ำ วัดถ้ำสติ วัดพระศรีอรารย์ และสุดท้ายได้แวะเยี่ยมชมโรงงานเซรามิคเก่า ซึ่งได้ก่อนจะเดินทางกลับถึงคณะเภสัชศาสตร์โดยสวัสดิภาพ



## สวนบำบัดลอยฟ้า ณ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

เมื่อวันอังคารที่ 15 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.สุวิมล จุฬาวินมทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ ฟ้า รับเสด็จสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสที่เสด็จพระราชดำเนินมาเป็นประธานการประชุมใหญ่มูลนิธิรามาธิบดีฯ ประจำปี 2561 และในการนี้ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้เสด็จฯ ทอดพระเนตร “สวนบำบัดลอยฟ้า” ที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ณ ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตน์ ชั้น 10 ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่างคณะเภสัชศาสตร์กับคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเครือข่ายการให้บริการทางการแพทย์และสร้างความพึงพอใจให้กับผู้รับบริการตามมาตรฐานการให้บริการระบบคุณภาพสถานพยาบาล (Hospital Accreditation) และพัฒนาความร่วมมือกันในด้านการศึกษาเชิงวิชาการ โดยการจัดทำสวนสมุนไพรของอาคารสมเด็จพระเทพรัตน์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี เพื่อใช้เป็นแหล่งส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสมุนไพรแก่บุคลากรต่าง ๆ รวมทั้งนักศึกษา ผู้ป่วย และผู้มารับบริการ



## เกษมศึกษาลงกิจกรรมทำบุญแด่ อาจารย์ประดิษฐ์ หุตางกูร และบุคลากรที่ล่วงลับ ประจำปี 2561

เมื่อวันอังคารที่ 22 พฤษภาคม 2561 ตั้งแต่เวลา 10.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยหน่วยสวัสดิการและบุคลากรสัมพันธ์ จัดกิจกรรมทำบุญอุทิศส่วนกุศลแด่อาจารย์ประดิษฐ์ หุตางกูร และบุคลากรที่ล่วงลับไปแล้ว ประจำปี 2561 ณ ห้องบรรยาย 203 อาคารเทพรัตน์ โดยมีผู้บริหารคณะ บุคลากรสายวิชาการ และบุคลากรสายสนับสนุนเข้าร่วมในการทำบุญดังกล่าวเป็นจำนวนมาก ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมวัฒนธรรมไทย ปลูกฝังความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ และเสริมสร้างความสามัคคี



## เกษมศึกษาลงกิจกรรมเนื่องในวันวิสาขบูชา ประจำปี 2561

เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 24 พฤษภาคม 2561 ตั้งแต่เวลา 13.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยหน่วยสวัสดิการและบุคลากรสัมพันธ์ จัดกิจกรรมเนื่องในวันวิสาขบูชา ประจำปี 2561 ณ ห้องบรรยาย 203 อาคารเทพรัตน์ โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.สุวิมล จุฬาวินมทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ ให้เกียรติเป็นประธานในกิจกรรม และมีบุคลากรสายวิชาการและบุคลากรสายสนับสนุนเข้าร่วมในกิจกรรมดังกล่าว ซึ่งเป็นการบรรยายธรรม เรื่อง “3 ดี 4 ฝน” โดยพระปริยัติสุธี ธีรังกูโร วัดชนะสงครามราชวรมหาวิหาร ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการถวายเป็นกุศลบูชาต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และทำนุบำรุงพุทธศาสนาให้คงอยู่สืบไป



## เกษมศึกษาลงกิจกรรมจิตอาสาพัฒนาองค์กร

เมื่อวันศุกร์ที่ 25 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 ตั้งแต่เวลา 09.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยหน่วยสวัสดิการและบุคลากรสัมพันธ์ จัดกิจกรรมจิตอาสาพัฒนาองค์กร โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร. ภญ.สุวิมล จุฬาวินมทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ ให้เกียรติเป็นประธานในกิจกรรมและกล่าวเปิดโครงการ และมีบุคลากรเกษมศึกษาลงมาร่วมร่วมใจกันทำความสะอาดพื้นที่โดยรอบคณะฯ เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับการจัดงานเฉลิมฉลองในโอกาสครบรอบ 50 ปีของการก่อตั้งคณะฯ ซึ่งกำหนดจัดกิจกรรมในเดือนมิถุนายน



## อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ ร่วมกับ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมงานมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติ ครั้งที่ 15

เมื่อวันที่ 18-21 กรกฎาคม 2561 อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ ร่วมกับ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมงานมหกรรมสมุนไพรแห่งชาติ ครั้งที่ 15 ณ อาคารชาเลนเจอร์ 1-2 และห้องประชุม จูปีเตอร์ 4-16 ศูนย์แสดงสินค้าและการประชุมอิมแพค เมืองทองธานี จังหวัดนนทบุรี ภายใต้หัวข้อหลัก “โลกมันใจ สมุนไพรไทย ภูมิปัญญาไทย” ภายในงานมีกิจกรรมและสินค้าเกี่ยวกับสมุนไพรที่น่าสนใจมากมาย และมีบูธของสำนักงานข้อมูลสมุนไพรและอุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ เสาต้นที่ 30 ในโซนภูมิปัญญา และสวนสมุนไพรโลกมันใจ สมุนไพร ภูมิปัญญาไทย (Global Trust in Thai Herbs & Wisdom) ภายในบูธของอุทยานฯ Wisdom Zone ที่ 22 (สีเหลือง) ได้จัดแสดงผลงาน ทางวิชาการ มีต้นสมุนไพรจริงให้ชม มีการจำหน่ายหนังสือ และกิจกรรมต่าง ๆ มากมาย



### เกษมศิลาพร้อมพิธีทำบุญตักบาตร เจริญพระเกียรติ เนื่องในโอกาสมหามงคล วันเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร

เมื่อวันที่ 23 กรกฎาคม 2561 เวลา 06.30 น. รองศาสตราจารย์ ดร. ญ.สุวัฒนา จุฬาวัดมนทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมด้วยคณะผู้บริหารและบุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เข้าร่วมพิธีทำบุญตักบาตรเจริญพระเกียรติ เนื่องในโอกาสมหามงคล วันเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร โดยทำบุญตักบาตรข้าวสารอาหารแห้ง แต่พระภิกษุสงฆ์และสามเณร จำนวน 67 รูป จากวัดปุณณวาส วัดโกมุทพุทธรังสี และวัดเทพากร ณ บริเวณหน้าสำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา หลังจากนั้น ณ บริเวณโถงด้านในสำนักงานอธิการบดี จัดให้มีพิธีถวายราชสดุดีเฉลิมพระเกียรติ ถวายพระพรชัยมงคล และถวายสัตย์ปฏิญาณเพื่อเป็นพนักงานที่ดี พลังของแผ่นดิน โดยประธานในพิธีฯ ลงนามถวายพระพร เปิดกรวยกระทงดอกไม้ ถวายพานพุ่มดอกไม้ ถวายความเคารพพระฉายาลักษณ์ กล่าวราชสดุดีเฉลิมพระเกียรติ ถวายพระพรชัยมงคล ถวายสัตย์ปฏิญาณฯ และร่วมร้องเพลงสรรเสริญพระบารมี



### เกษมศิลาพร้อมพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงทางวิชาการ เพื่อสร้างเครือข่ายการประเมินงานสร้างเสริมสุขภาพเชิงเศรษฐศาสตร์ในประเทศไทย

เมื่อวันที่ 23 กรกฎาคม 2561 รองศาสตราจารย์ ดร. ญ.สุวัฒนา จุฬาวัดมนทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร. ญ.มนทรัตม์ ถาวรเจริญทรัพย์ ในนามตัวแทนคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เข้าร่วมพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงทางวิชาการ เพื่อสร้างเครือข่ายการประเมินงานสร้างเสริมสุขภาพเชิงเศรษฐศาสตร์ในประเทศไทย ซึ่งเป็นการบันทึกข้อตกลงความร่วมมือวิชาการ ระหว่าง กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (TDRI) มูลนิธิโครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร วิทยาลัยการจัดการระบบสุขภาพ มหาวิทยาลัยนเรศวร คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข และสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข ซึ่งได้มีการลงนามบันทึกข้อตกลงทางวิชาการ เวลา 11.00 น. ณ โรงแรมพูลแมน คิง พาวเวอร์ กรุงเทพฯ



### เกษมศิลาจัดกิจกรรมวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษา ประจำปี 2561

เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 26 กรกฎาคม 2561 เวลา 13.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรมวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษา ประจำปี 2561 เพื่อรณรงค์ให้บุคลากรของคณะเภสัชศาสตร์ ได้ทราบถึงประวัติความเป็นมาและตระหนักถึงความสำคัญในวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษา เพื่อเสริมสร้างและปลูกฝังรากฐานอันดีงามรวมถึงจิตใจของบุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ โดยการตั้งใจและร่วมใจกันนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อรณรงค์และส่งเสริมให้บุคลากรคณะเภสัชศาสตร์ ร่วมทำบุญถวายเทียนพรรษาและผ้าอาบน้ำฝนเนื่องในวันอาสาฬหบูชาและวันเข้าพรรษา เพื่อเป็นการอนุรักษ์ประเพณีอันดีงามของไทยและสืบทอดพุทธศาสนาให้ยืนยาวต่อไป ณ วัดสุคันธาราม เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร

### เกษมศิลาเข้าร่วมการจัดนิทรรศการงานมหิดล-วันแม่ 2561

เมื่อวันพุธที่ 2 สิงหาคม 2561 พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชทินนัดดา มาตุ เสด็จฯ ไปทรงเป็นประธานเปิดงาน “มหิดล – วันแม่” ณ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา ซึ่งมหาวิทยาลัยมหิดลจัดขึ้นเป็นปีที่ 33 เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ในรัชกาลที่ 9 เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา โดยมีศาสตราจารย์ นายแพทย์บรรจง มไหสวริยะ รักษาการแทนอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และผู้บริหารมหาวิทยาลัยเฝ้ารับเสด็จฯ โดยคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลได้ร่วมจัดนิทรรศการวิชาการ โดยได้นำเสนอเรื่อง “น้ำนมแม่ ประโยชน์อเนกอนันต์” ถวายรายงานโดย ดร.ผกากรอง วนไพศาล ภาควิชาจุลชีววิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และมีการจัดแสดงสมุนไพรจากอุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกขชาติ ถวายรายงานโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภก.ภานุพงษ์ พงษ์ชิวิน หัวหน้าภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล นอกจากนี้ภายในงานยังมีกิจกรรมอีกมากมาย



# HERB FOR HEALTH

# ยาห้าาราก ตำรับยาสมุนไพรแก้ไข้

อริญญา ศรีบุศราคม  
สำนักงานข้อมูลสมุนไพร  
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ยาห้าาราก ยาเบญจโลกวิเชียร ยาแก้วห้าดวง หรือยาเพชรสว่าง ทั้งหมดนี้เป็นชื่อของตำรับยาเดียวกัน ยาห้าารากเป็นตำรับยาแผนโบราณของไทยที่มีการใช้กันมานานแล้ว โดยมีสรรพคุณในการใช้แก้ไข้ กระทั่งพิษหรือถอนพิษต่าง ๆ ตำรับยาจะประกอบด้วย รากสมุนไพร 5 ชนิด (รูปที่ 1) ได้แก่ คนทา (*Harrisonia perforata* (Blanco) Merr.) ชิงชี (*Capparis micracantha* DC.) เท้ายายม่อม (*Clerodendrum indicum* (L.) Kuntze) มะเดื่อชุมพร (*Ficus racemosa* L.) และย่านาง (*Tiliacora triandra* (Colebr.) Diels) ในอัตราส่วนที่เท่ากัน

ตำรับยาห้าารากจัดอยู่ในกลุ่มยาแก้ไข้ที่กระทรวงสาธารณสุขประกาศใช้ในบัญชียาจากสมุนไพรที่มีการใช้ตามองค์ความรู้ดั้งเดิมในบัญชียาหลักแห่งชาติ<sup>(1)</sup> โดยมีรายละเอียด ดังนี้



**สูตรตำรับ** ในผงยา 100 กรัม ประกอบด้วยรากคนทา รากชิงชี รากเท้ายายม่อม รากมะเดื่อชุมพร รากย่านาง หนักสิ่งละ 20 กรัม

**ข้อบ่งใช้** บรรเทาอาการไข้  
**ขนาดและวิธีใช้** : ชนิดผง ชนิดแคปซูล และชนิดเม็ด  
ผู้ใหญ่รับประทานครั้งละ 1 - 1.5 กรัม วันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหาร เมื่อมีอาการ

เด็ก อายุ 6-12 ปี รับประทานครั้งละ 500 มก - 1 กรัม วันละ 3 ครั้ง ก่อนอาหาร เมื่อมีอาการ

**หมายเหตุ** : ชนิดผงให้ละลายน้ำสุกก่อนรับประทาน  
**ข้อควรระวัง** :

- ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจบดบังอาการของไข้เลือดออก
- หากใช้ยาเป็นเวลานานเกิน 3 วัน แล้วอาการไม่ดีขึ้น ควรปรึกษาแพทย์

- ไม่แนะนำให้ใช้ในหญิงที่มีไข้ทับระดู หรือไข้ระหว่างมีประจำเดือน
- รายงานการศึกษาวิจัยฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาที่สนับสนุนสรรพคุณของตำรับยาห้าาราก มีดังนี้

### ฤทธิ์ลดไข้

สารสกัดเอทานอลจากตำรับยาห้าาราก ขนาด 25 - 400 มก./กก. มีฤทธิ์ลดอุณหภูมิของหนูแรท ที่ถูกเหนี่ยวนำให้เป็นไข้ด้วยไลโปโพลีแซคคาไรด์ (lipopolysaccharide; LPS) ขนาด 50 ไมโครกรัม/กก. ได้โดยที่ขนาด 400 มก./กก. จะมีประสิทธิภาพสูงสุดในการลดไข้ และที่ขนาด 100 และ 200 มก./กก. จะมีประสิทธิภาพในการลดไข้ได้เทียบเท่ากับยาแอสไพรีน ขนาด 300 มก./กก.<sup>(2)</sup> ตำรับยาขนาด 100-400 มก./กก. สามารถลดอุณหภูมิของหนูแรทที่ถูกเหนี่ยวนำให้เป็นไข้ด้วย Baker's yeast (ขนาด 0.135 มก./กก.) ได้ โดยที่ขนาด 200 มก./กก. จะมีฤทธิ์ดีที่สุด<sup>(3)</sup>

### ฤทธิ์ด้านการอักเสบ

สารสกัด 80% เอทานอลจากตำรับยา ความเข้มข้น 1 และ 10 ไมโครกรัม/มล. มีฤทธิ์ด้านการอักเสบโดยยับยั้งการแสดงออกของโปรตีน cyclooxygenase-2 (COX-2) ในเซลล์เยื่อผนังหลอดเลือดจากสายรกเด็กแรกคลอด (human umbilical vein endothelial cell) ที่ถูกเหนี่ยวนำให้เกิดการอักเสบด้วย interleukin 1 $\beta$  (IL-1 $\beta$ ) 1 นาโนกรัม/มล. แต่ไม่มีผลต่อการแสดงออกของ COX-2 mRNA นอกจากนี้สารสกัดที่ความเข้มข้น 1, 10 และ 1000 ไมโครกรัม/มล. มีฤทธิ์เพิ่มการผลิต prostaglandin E2 (PGE2) จากกรด arachidonic ที่ให้เข้าไปจากภายนอก แต่สารสกัดที่ความเข้มข้น 100 ไมโครกรัม/มล. จะเพิ่มการผลิต PGE2 ได้น้อยกว่าที่ความเข้มข้นต่ำแสดงว่าสารสกัดตำรับยามีผลต่อการทำงานของ COX แบบ biphasic dose-dependent<sup>(4)</sup> สารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับยา มีฤทธิ์ยับยั้งการสร้างไนตริกออกไซด์ (NO) ซึ่งเป็นสารที่ทำให้เกิดการอักเสบ เมื่อทดสอบในเซลล์ macrophage RAW264.7 ที่ถูกกระตุ้นด้วย LPS โดยค่าความเข้มข้นของสารสกัดที่มีฤทธิ์ยับยั้งได้ครึ่งหนึ่ง (IC<sub>50</sub>) เท่ากับ 40.4 ไมโครกรัม/มล. แต่มีฤทธิ์น้อยกว่ายามาตรฐาน Indomethacin (IC<sub>50</sub> เท่ากับ 20.32 ไมโครกรัม/มล.)<sup>(5)</sup>

## ฤทธิ์แก้ปวด

การทดสอบฤทธิ์แก้ปวดของสารสกัดจากตำรับยาห้ารากล ขนาด 25-400 มก./กก. ในหนูแรพท์ที่ถูกเหนี่ยวนำให้เกิดอาการปวดด้วยวิธี hot-plate, tail-flick และ acetic acid-induced writhing (เหนี่ยวนำให้เกิดการปวดจนบิดงอลำตัวด้วยกรดอะซิติก 0.6%) พบว่าสารสกัดจากตำรับยาที่ขนาด 400 มก./กก. เท่านั้น ที่มีฤทธิ์แก้ปวดได้เมื่อทดสอบด้วยวิธี hot-plate แต่ในการทดสอบวิธี tail-flick สารสกัดจากตำรับยาทุกขนาดมีฤทธิ์แก้ปวด ยกเว้นที่ขนาด 25 มก./กก. สำหรับการทดสอบวิธี acetic acid-induced writhing พบว่าสารสกัดที่ขนาด 200 และ 400 มก./กก. มีฤทธิ์แก้ปวดโดยสามารถลดจำนวนครั้งของการบิดงอลำตัวของหนูได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม<sup>(2)</sup>

## ฤทธิ์ต่อการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด

การศึกษาผลต่อการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดของตำรับยาห้ารากลในอาสาสมัครสุขภาพดี จำนวน 46 คน อายุ 18 - 45 ปี โดยให้รับประทานยาห้ารากล ขนาด 1,500 มก. 3 ครั้ง ทุก 8 ชั่วโมง ทำการเจาะเลือดอาสาสมัครก่อนได้รับยา และที่เวลา 8, 32 ชั่วโมง และ 7 - 10 วัน ภายหลังจากให้ยาครั้งแรก วัดผลการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดโดยใช้เครื่อง aggregometer และสารกระตุ้นการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดที่ใช้ คือ epinephrine, adenosine diphosphate (ADP) และคอลลาเจน พบว่าตำรับยาห้ารากลไม่มีผลต่อการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดที่ถูกกระตุ้นด้วย epinephrine หรือ ADP ภายใประยะเวลา 1 สัปดาห์หลังรับประทานยา แต่มีผลลดการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดที่ถูกกระตุ้นด้วยคอลลาเจน หลังรับประทานยา 32 ชั่วโมง อาสาสมัครมีอาการไม่พึงประสงค์เล็กน้อย คือ ปวดท้อง และท้องเสีย สรุปว่ายาตำรับห้ารากลที่ขนาด 1,500 มก. รับประทานทุก 8 ชั่วโมง ทั้งหมด 3 ครั้ง มีผลด้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดที่ถูกกระตุ้นด้วยคอลลาเจน แม้ว่าจะไม่เกิดผลข้างเคียงที่เป็นอันตรายร้ายแรง แต่ควรระมัดระวังความเสี่ยงจากภาวะเลือดออกเมื่อใช้ยานี้อย่างต่อเนื่อง และเป็นระยะเวลาานาน<sup>(4, 6)</sup>

## ฤทธิ์ต้านเชื้อมาลาเรีย

การศึกษาเปรียบเทียบฤทธิ์ในการต้านเชื้อมาลาเรียสายพันธุ์ที่ไวต่อยาคลอโรควิน (chloroquine-sensitive, Pf3D7) และสายพันธุ์ที่ดื้อต่อยา (chloroquine-resistant, PFW2) ของตำรับยาห้ารากลที่เตรียมจากรากหรือเตรียมจากลำต้นรวมทั้งส่วนรากและลำต้นของสมุนไพรเดี่ยวที่เป็นส่วนประกอบของตำรับ พบว่าตำรับยาที่เตรียมจากรากและลำต้น และส่วนของรากและลำต้นในสมุนไพรเดี่ยว ๆ สามารถต้านเชื้อมาลาเรีย มีความเป็นพิษต่ำ และความจำเพาะต่อฤทธิ์ต้านเชื้อมาลาเรีย โดยมีค่า SI values (selective index =  $TC_{50}$  cytotoxicity/ $IC_{50}$  antiplasmodial activity) อยู่ในช่วง 3.55 - 19.74 สารสกัดจากตำรับยาห้ารากลสามารถต้านเชื้อมาลาเรียสายพันธุ์ Pf3D7 และสายพันธุ์ PFW2 โดยมีค่า  $IC_{50}$  < 5 และ 6-10 ไมโครกรัม/มล. ตามลำดับ ในขณะที่รากและลำต้นของสมุนไพรเดี่ยวทั้ง 5 ต้น พบว่าย่านางมีประสิทธิภาพสูงสุด  $IC_{50}$  < 5 ไมโครกรัม/มล.) และมีความจำเพาะต่อฤทธิ์ต้านเชื้อมาลาเรีย > 10 และสามารถแยก

สารสำคัญที่ออกฤทธิ์ คือ tiliacorinine และ yanangcorinine จากสารสกัดลำต้นย่านาง โดยตรวจพบปริมาณสารทั้งสองชนิดในตำรับยาห้ารากลอยู่ถึง 0.57 - 7.66% นอกจากนี้เมื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างค่า  $IC_{50}$  และปริมาณสารทั้งสองชนิดในตำรับ พบว่าตำรับยาห้ารากลมีประสิทธิภาพในการต้านเชื้อมาลาเรียสูงกว่าสารเดี่ยว ๆ แสดงให้เห็นว่าเมื่อนำมาทำเป็นตำรับจะมีการเสริมฤทธิ์กันทำให้มีฤทธิ์ต้านมาลาเรียสูงมากขึ้น และลดความเป็นพิษของสมุนไพรในแต่ละต้นลง สรุปได้ว่าตำรับยาที่เตรียมจากรากหรือลำต้น มีประสิทธิภาพในการต้านเชื้อมาลาเรียได้ใกล้เคียงกัน จึงสามารถใช้ส่วนลำต้นทดแทนรากได้ เพื่อลดความเสี่ยงต่อการสูญเสียของพืช<sup>(7)</sup>

## ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ

สารสกัดเอทานอล<sup>(8)</sup> และสารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับยา<sup>(5)</sup> มีฤทธิ์ปานกลางในการต้านอนุมูลอิสระ เมื่อทดสอบด้วยวิธี DPPH สารสกัด 80% เอทานอลจากตำรับยา ความเข้มข้น 15-30 ไมโครกรัม/มล. มีผลป้องกันการลดลงของปริมาณของ glutathione และการทำงานของเอนไซม์ catalase, glutathione peroxidase และ glutathione S-transferase ในเซลล์ B16F10F10 melanoma ที่ถูกกระตุ้นด้วยรังสียูวีเอได้<sup>(4)</sup>

## ฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย

การทดสอบฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดสิวและหนอง ได้แก่ *Propionibacterium acnes*, *Staphylococcus epidermidis* และ *Staphylococcus aureus* ของสารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับยาห้ารากลและรากสมุนไพรเดี่ยวทั้ง 5 ชนิดในตำรับ<sup>(9, 10)</sup> เปลือกมังคุด และเปลือกมังคุดผสมตำรับยาห้ารากล<sup>(9)</sup> พบว่าสารสกัดทุกชนิดยกเว้นสารสกัดจากรากซึ่งมีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อ *P. acnes* และสารสกัดจากตำรับยาห้ารากล รากคนทา เปลือกมังคุด และเปลือกมังคุดผสมตำรับยาห้ารากล มีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อ *S. aureus* และ *S. epidermidis* ได้ จากผลการวิจัยสามารถสนับสนุนการใช้ตำรับยาห้ารากลในการรักษาสิวและนำไปพัฒนาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อแก้ปัญหาสิวต่อไป

การศึกษาฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียของสารสกัด 95% เอทานอล และสารสกัดน้ำจากรากห้ารากลและรากสมุนไพรเดี่ยวทั้ง 5 ชนิดในตำรับ พบว่าสารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับ มีฤทธิ์ต้านเชื้อ *S. aureus*, *Streptococcus pyrogenes*, *Shigella boydii*, *S. dysenteriae*, *S. flexneri*, *Acinetobacter baumannii*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Klebsiella pneumoniae* และ *Bacillus subtilis* ขณะที่สารสกัดน้ำไม่มีผล ส่วนสารสกัด 95% เอทานอลจากรากย่านาง รากเท้าชาย่อม และสารสกัดน้ำจากรากซึ่งจะมีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียได้ครอบคลุมมากที่สุด<sup>(11)</sup>

## ฤทธิ์ยับยั้งการสร้างเม็ดสีเมลานินและเอนไซม์ไทโรซิเนส

สารสกัด 80% เอทานอลจากตำรับยา ความเข้มข้น 15-30 ไมโครกรัม/มล. มีฤทธิ์ยับยั้งการสร้างเม็ดสี เมลานินและยับยั้งเอนไซม์ไทโรซิเนสในเซลล์ B16F10F10 melanoma ที่ถูกกระตุ้นด้วยรังสียูวีเอ<sup>(4)</sup>



# HERB FOR HEALTH

## ฤทธิ์ต้านการแพ้

การศึกษาฤทธิ์ต้านการแพ้ของสารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับยาห้ารากลและสมุนไพรเดี่ยวที่เป็นส่วนประกอบของตำรับ โดยวิธีการวัดค่าการยับยั้งการหลั่งเอนไซม์  $\beta$ -hexosaminidase จากเซลล์เม็ดเลือดขาวของหนู (RBL-2H3) พบว่าสารสกัดจากรากคนทา มีฤทธิ์ต้านการแพ้ที่สูงสุด รองลงมาคือสารสกัดจากรากมะเดื่ออุทุมพร และตำรับยาห้ารากล (ค่า  $IC_{50} = 14.5, 27.7$  และ  $39.8$  ไมโครกรัม/มล. ตามลำดับ) นอกจากนี้ยังพบว่าสารสำคัญที่แยกได้จากตำรับยา ได้แก่ pectolinarigenin และ O-methyl-alloptaeroxylin มีฤทธิ์ในการต้านการแพ้ได้ดีกว่าสารสกัดจากตำรับยา (ค่า  $IC_{50} = 6.3$  และ  $14.16$  ไมโครกรัม/มล. ตามลำดับ) และมีฤทธิ์ดีกว่ายา chlorpheniramine ( $IC_{50} = 16.2$  ไมโครกรัม/มล.)<sup>(12)</sup>

## หลักฐานความเป็นพิษและการทดสอบความเป็นพิษ

### การทดสอบความเป็นพิษ

เมื่อให้สารสกัด 80% เอทานอลจากตำรับยาห้ารากล ขนาด 300, 1,000, 3,000 มก./กก. แก่หนูแรท เป็นเวลา 14 วัน ไม่พบความเป็นพิษต่ออวัยวะของหนู<sup>(4)</sup>

### พิษต่อเซลล์

สารสกัดเอทานอลจากตำรับยา ห้ารากลน้ำ และสารสกัดเอทานอลจากรากย่านางและรากคนทา เป็นพิษต่อเซลล์โรทะเลเมื่อทดสอบด้วยวิธี Artemia salina lethality assay โดยมีค่าความเข้มข้นที่ทำให้โรทะเลตายครึ่งหนึ่ง ( $LC_{50}$ ) เท่ากับ 265, 44 และ 600 ไมโครกรัม/มล. ตามลำดับ ส่วนสมุนไพรเดี่ยวอื่น ๆ ในตำรับไม่เป็นพิษต่อเซลล์<sup>(8)</sup>

### ฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์

สารสกัดเอทานอลจากตำรับยาห้ารากล ห้ารากลน้ำ และสารสกัดเอทานอลจากสมุนไพรเดี่ยวในตำรับความเข้มข้น 5, 10, 20 และ 40 มก./จานเพาะเชื้อ ไม่มีฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์โดยตรงเมื่อทดสอบในเชื้อ Salmonella typhimurium TA98 และ TA100 แต่มีฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์ทางอ้อมหลังจากทำปฏิกิริยากับ

ไนโตรท์ (nitrosation) อย่างไรก็ตามพบว่าสารสกัดจากตำรับยาห้ารากล และสารสกัดจากสมุนไพรเดี่ยวแต่ละชนิด มีฤทธิ์ต้านการก่อกลายพันธุ์ของสารก่อกลายพันธุ์จากปฏิกิริยาของไนโตรท์กับวันอะมิโนไพรีน (nitrite treated 1-aminopyrene) ในเชื้อ S.typhimurium ทั้ง 2 สายพันธุ์ได้<sup>(8)</sup>

### ทำให้เกิดการแพ้ การระคายเคืองต่อผิว

การศึกษาเรื่องความปลอดภัยของสารสกัด 95% เอทานอลจากตำรับยาห้ารากลและสมุนไพรเดี่ยวที่เป็นส่วนประกอบของตำรับ ความเข้มข้น 10% และ 20% โดยทดสอบการก่อการแพ้แบบปฏิกิริยาภูมิคุ้มกันและการก่อการระคายเคืองต่อผิวหนังของอาสาสมัครสุขภาพดี จำนวน 10 คน อายุระหว่าง 21 - 28 ปี ด้วยวิธีการปิดสารทดสอบบนผิวหนัง (closed patch test under occlusion) บริเวณแผ่นหลังส่วนบนข้างแนวกระดูกสันหลังระหว่างสะบักของอาสาสมัคร ทำการอ่านผลเมื่อครบ 48 และ 96 ชั่วโมง พบว่าสารสกัดจากตำรับยาห้ารากลไม่ทำให้เกิดระคายเคืองและการแพ้แบบปฏิกิริยาภูมิคุ้มกันต่อผิวหนังคน จึงน่าจะมีความปลอดภัยสูงในการที่จะนำไปพัฒนาเป็นยาหรือผลิตภัณฑ์สำหรับใช้ภายนอกกับผิวหนัง ขณะที่รากคนทาและรากชิงชันมีโอกาสทำให้เกิดการแพ้แบบปฏิกิริยาภูมิคุ้มกัน จึงไม่เหมาะสม สำหรับสมุนไพรเดี่ยวอื่น ๆ ในตำรับ ให้ผลไม่ชัดเจน ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติม<sup>(13)</sup>

จากข้อมูลรายงานการศึกษาวิจัยของตำรับยาห้ารากล จะเห็นว่า มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาต่าง ๆ ที่ใช้เป็นหลักฐานทางวิทยาศาสตร์เพื่อสนับสนุนสรรพคุณของตำรับยา ช่วยทำให้เกิดความเข้าใจด้านความปลอดภัย ประสิทธิภาพ และคุณภาพของสมุนไพรแต่ละชนิด และตำรับยาห้ารากลในการที่จะนำมาใช้รักษาอาการไข้ได้เช่นเดียวกับยาแผนปัจจุบัน หรือนำไปพัฒนาใช้สำหรับรักษาโรคอื่น ๆ ซึ่งจะเป็นการสนับสนุนและเผยแพร่การใช้ตำรับยาที่มีการใช้ตามองค์ความรู้ดั้งเดิมให้เป็นที่ยอมรับของบุคลากรทางการแพทย์และประชาชนต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

1. ประกาศคณะกรรมการพัฒนาพระยาแห่งชาติ เรื่อง บัญชียาหลักแห่งชาติ (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2555 ประกาศ ณ วันที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2555 คัดจากราชกิจจานุเบกษา เล่ม 130 ตอนพิเศษ 9 ง วันที่ 23 มกราคม 2556.
2. Jongchanapong A, Singharachai C, Palanuvej C, Ruangrungrisi N, Towiwat P. Antipyretic and antinociceptive effects of Ben-cha-lo-ka-wi-chian remedy. J Health Res 2010;24(1): 15-22.
3. อัมภา คนเชื้อ ชยันต์ พิเชียรสุนทร จินดา สัตยาชัย ประภาวดี พัวไพโรจน์ ศุภชัย ดิยาวรณันท์. การศึกษาฤทธิ์ลดไข้ของยาเบญจโลกวิเชียรในสัตว์ทดลอง. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก 2551;6(2):42.
4. พันทิพย์ ไตรภักดิ์ ประสิทธิ์ อัครเสรินนท์ อุไรวรรณ พาณิช วีรดี จันทร์ภาพงษ์. รายงานวิจัยเรื่องการศึกษาฤทธิ์ของสมุนไพรห้ารากลห้ารากลน้ำในการต้านอนุมูลอิสระ ด้านการอักเสบ และต้านกลีโคไลซิส. กรุงเทพมหานคร:ศูนย์สนับสนุนการวิจัย; 2556.
5. Juckmeta T, Itharat A. Anti-inflammatory and antioxidant activities of Thai traditional remedy called "Ya-ha-rak". J Health Res 2012;26(4): 205-10.
6. Chandranipapongse W, Palo T, Chotewuttakorn S, Tripatara P, Booranasubkajorn S, Laohapand T, Akaraseneont P. Study the effect of an antipyretic drug, Thai herbal Ha-rak formula on platelet aggregation in healthy Thai volunteers: a randomized, placebo-controlled trial. SMJ 2017;69(5):283-9.
7. Nutmakul T, Pattanapanyasat K, Soonthornchareonnon N, Shiomi K, Mori M, Prathanturug S. Antiplasmodial activities of a Thai traditional antipyretic formulation, Bencha-Loga-Wichian: A comparative study between the roots and their substitutes, the stems. J Ethnopharmacol 2016;193:125-32.
8. Singharachai C, Palanuvej C, Kiyohara H, Yamada H, Ruangrungrisi N. Safety evaluation of Thai traditional medicine remedy: Ben-cha-lo-ka-wi-chian. J Health Res 2011;25(2):83-90.
9. สมานา จินดาพงษ์ สุมาลี ปานทอง อรุณพร อธิรัตน์. การพัฒนาเจลแต้มสิวจากสารสกัดเปลือกมังคุดและตำรับเบญจโลกวิเชียร. วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก 2010; 8(2):29.
10. สมานา จินดาพงษ์ สุมาลี ปานทอง อรุณพร อธิรัตน์. การศึกษาฤทธิ์ต้านจุลชีพที่ก่อให้เกิดเลือดของสารสกัดสมุนไพรในตำรับเบญจโลกวิเชียร. การประชุมเครือข่ายวิชาการบัณฑิตศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 1, 18 ธันวาคม 2555; มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จ. ปทุมธานี.
11. Nuaeissara S, Kondo S, Itharat A. Antimicrobial activity of the extracts from Benchalokawichian remedy and its components. J Med Assoc Thai 2011;94(Suppl.7): S172-S177.
12. Juckmeta T, Thongdeeying P, Itharat A. Inhibitory effect on  $\beta$ -hexosaminidase release from RBL-2H3 cells of extracts and some pure constituents of benchalokawichian, a Thai herbal remedy, used for allergic disorders. Evid Based Complement Alternat Med 2014; 1-8.
13. วรันทพา สุวรรณรัตน์ มะลิ อาริยะกุล อรุณพร อธิรัตน์ สมบูรณ์ เกียรตินันท์. การศึกษาความปลอดภัยระยะที่ ๑ เรื่องความปลอดภัยของสารสกัดตำรับยาเบญจโลกวิเชียร (ห้ารากล) และสารสกัดสมุนไพรเดี่ยวที่เป็นส่วนประกอบของตำรับ. ธรรมชาติศาสตร์เวชสาร 2555;12(4):767-76.





## คณาจารย์และนักศึกษาหลักสูตรการประเมินเทคโนโลยีด้านสุขภาพ (HTA) เข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ The 7<sup>th</sup> HTAsialink Annual Conference 2018



รองศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.อุษา ฉายเกล็ดแก้ว ประธานหลักสูตรการประเมินเทคโนโลยีด้านสุขภาพ (MU-HTA) พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร. ภก.อาทร รวีไพบูลย์ รองศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.มนทร์ดีม์ ถาวรเจริญทรัพย์ อาจารย์ ดร. ภาณุ.ศิตาพร ยังกง ผู้ช่วยอาจารย์ ภาณุ.เสาวลักษณ์ ตุงคราวี และ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา เข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ The 7<sup>th</sup> HTAsialink Annual Conference 2018 ระหว่างวันที่ 8-11 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 ณ โรงแรมเลอเมอริเดียน จังหวัดเชียงใหม่

ในโอกาสนี้ ขอแสดงความยินดีกับนักศึกษาที่ได้รับรางวัลจากการนำเสนอผลงานในการประชุมดังกล่าว ภาณุ.กันต์กมล กิจตรงศิริ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาเภสัชศาสตร์สังคม เศรษฐศาสตร์และการบริการ ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ภาณุ.เสริมสิริ แสงรุ่งเรืองศรี นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาเภสัชศาสตร์สังคม เศรษฐศาสตร์และการบริการ ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 และ Mr. Ong The Due นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาการประเมินนโยบายและเทคโนโลยีด้านสุขภาพ ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2

## ผู้บริหารเภสัชมหิตลเข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ US-Thai Pharmacy Consortium 2018

รองศาสตราจารย์ ดร. ภาณุ.มัลลิกา ชมนาวัง รองคณบดีฝ่ายวิจัยและวิเทศสัมพันธ์ พร้อมด้วย อาจารย์ ดร. ภาณุ.ศิตาพร ยังกง รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา เข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ US-Thai Pharmacy Consortium 2018 ระหว่างวันที่ 11-12 มิถุนายน พ.ศ. 2561 ณ College of Pharmacy, University of Kentucky ประเทศสหรัฐอเมริกา การประชุมวิชาการนานาชาติดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นเวทีแลกเปลี่ยนความรู้ทางวิชาการด้านเภสัชศาสตร์ในสาขาต่าง ๆ และจุดประกายความก้าวหน้าด้านเภสัชศาสตร์และวิชาชีพเภสัชกรรม ระหว่างเภสัชกร นักวิชาการ และนักวิจัยทางเภสัชศาสตร์ระหว่างสหรัฐอเมริกา ประเทศกลุ่มอาเซียน และประเทศไทย นอกจากนี้ยังเพื่อให้ผู้เข้าประชุมได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ด้านเภสัชศาสตร์ศึกษา ด้านเภสัชกรรม และด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้เชี่ยวชาญในวิชาชีพเภสัชกรรม นักศึกษาเภสัชศาสตร์ ทั้งในระดับชาติและระดับสากล ตลอดจนเปิดโลกทัศน์ด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา ที่เกี่ยวข้องที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาวิชาชีพ และส่งเสริมการสร้างเครือข่ายการพัฒนาการศึกษาด้านเภสัชศาสตร์ และวิชาชีพเภสัชกรรม ในการพัฒนาประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางด้านการศึกษาและการบริการวิชาชีพทางเภสัชกรรมต่อไป





## คณาจารย์เภสัชมหิดลเข้าร่วมการนำเสนอผลงานทางวิชาการ ณ Kyoto Pharmaceutical University ประเทศญี่ปุ่น



อาจารย์ ดร. ภญ.ศิตาพร ยังกง รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา พร้อมด้วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภญ.วิณา นกุลการ หัวหน้าภาควิชาเภสัชวินิจฉัย และผู้ช่วยอาจารย์พรภัสสร เลิศผดุงกิจ ภาควิชาเภสัชเคมี เข้าร่วมการสัมมนาและการนำเสนอผลงานทางวิชาการแบบโปสเตอร์ (The Graduation-Thesis Presentation) ซึ่งเป็นผลงานวิจัยของนักศึกษาเภสัชศาสตร์ ชั้นปีที่ 6 จาก Kyoto Pharmaceutical University เมื่อวันที่ 26-28 มิถุนายน พ.ศ. 2561 ณ Kyoto Pharmaceutical University ประเทศญี่ปุ่น

## คณาจารย์เภสัชมหิดลเข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ The 5<sup>th</sup> Asian Association of Schools of Pharmacy (AASP) Deans Forum



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภก.วิชิต โนสูงเนิน รองคณบดีฝ่ายการศึกษา พร้อมด้วย อาจารย์ ดร. ภญ.ศิตาพร ยังกง รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และอาจารย์ ดร. ภก.ภฤษฎา ศักดิ์ชัยศรี เข้าร่วมการประชุมวิชาการนานาชาติ The 5<sup>th</sup> Asian Association of Schools of Pharmacy (AASP) Deans Forum ระหว่างวันที่ 9 - 11 กรกฎาคม พ.ศ. 2561 ณ Macau University of Science and Technology ประเทศมาเก๊า

## เภสัชมหิดลต้อนรับนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากมหาวิทยาลัยในภูมิภาคอาเซียน



เมื่อวันจันทร์ที่ 9 กรกฎาคม พ.ศ. 2561 เวลา 10.30 น. รองศาสตราจารย์ ภก.สุรภิจ นาชีสุวรรณ รองคณบดีฝ่ายแผนและพัฒนาคุณภาพ และรักษาการแทนรองคณบดีฝ่ายวิจัยและวิเทศสัมพันธ์ ให้การต้อนรับนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากมหาวิทยาลัยในภูมิภาคอาเซียน ได้แก่ 1) Hanoi University of Pharmacy ประเทศเวียดนาม จำนวน 6 คน 2) School of Medicine and Pharmacy, Vietnam National University, Hanoi ประเทศเวียดนาม จำนวน 6 คน 3) Faculty of Pharmacy, Universiti Kebangsaan Malaysia ประเทศมาเลเซีย จำนวน 7 คน และ 4) Faculty of Pharmacy, University of Santo Tomas ประเทศฟิลิปปินส์ จำนวน 5 คน ณ ห้องบรรยาย 702 อาคารราชรัตน์ โดยนักศึกษาแลกเปลี่ยนทั้ง 24 คนได้เข้าร่วมโครงการ Student Mobility Program ประจำปี 2561 และรับการฝึกอบรมทางวิชาชีพเภสัชกรรมที่คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และดูงานแหล่งฝึกงานภายนอก ระหว่างวันที่ 9 - 23 กรกฎาคม พ.ศ. 2561

## การบรรยายพิเศษโดย Prof. Jean Macq อาจารย์อาคันตุกะประจำหลักสูตรระดับบัณฑิตศึกษา



เมื่อวันศุกร์ที่ 13 กรกฎาคม 2561 เวลา 09.00 น. หลักสูตรฯ การประเมินเทคโนโลยีด้านสุขภาพ (HTA) นำโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นพ.บวรศม สิริระพันธ์ ประธานกรรมการร่วม หลักสูตรฯ การประเมินเทคโนโลยีด้านสุขภาพ (HTA) ให้การต้อนรับ Prof. Jean Macq จาก Institut de recherche santé et société (IRSS), Université catholique de Louvain (UCL), Brusel, Belgium ประเทศเบลเยียม ณ ห้องประชุม 606 ในโอกาสที่ Prof. Jean Macq เดินทางมาเยือนคณะฯ ในช่วงเดือน

กรกฎาคม 2561 ในฐานะอาจารย์อาคันตุกะประจำหลักสูตร และได้ให้เกียรติบรรยายพิเศษในหัวข้อ “Applying Agent-Based Modeling (ABM) and System Dynamics Modeling (SD) in the Studies of Complex Health Systems” ตั้งแต่เวลา 09.00 – 16.00 น. ณ ห้องบรรยาย 606 อาคารราชรัตน์ ให้แก่นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาซึ่งให้ความสนใจเข้าฟังเป็นจำนวนมาก

## เกษมศึกษารือความร่วมมือด้านการแลกเปลี่ยน นักศึกษา กับ Kyushu University ประเทศญี่ปุ่น

ผู้บริหารคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล นำโดย รองศาสตราจารย์ ดร. ภูญ.สุวัฒน์ จุฬวัฒน์นทล คณบดีคณะเภสัชศาสตร์ พร้อมด้วย รองศาสตราจารย์ ดร. ภูญ.มัลลิกา ชมนาวัง รองคณบดีฝ่ายวิจัยและวิเทศสัมพันธ์ และคณาจารย์ ให้การต้อนรับผู้แทนจาก Graduate School of Pharmaceutical Sciences, Kyushu University ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งนำโดย Prof. Kenji Hamase เมื่อวันที่ 17 กรกฎาคม พ.ศ. 2561 เวลา 14.00 น. ณ ห้องประชุม 106 อาคารราชรัตน์ ในโอกาสที่ผู้แทนดังกล่าวเดินทางมาเยือนคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อหารือเกี่ยวกับความร่วมมือด้านการแลกเปลี่ยนนักศึกษาและการจัดฝึกประสบการณ์วิชาชีพในต่างประเทศระหว่างสองสถาบัน



## เกษมศึกษารือจัดสัมมนานานาชาติ The 3<sup>rd</sup> Chiba University-Mahidol University Joint Symposium on Pharmaceutical Sciences



เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 2 สิงหาคม พ.ศ. 2561 เวลา 09.00 น. คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ Graduate School of Pharmaceutical Sciences, Chiba University ประเทศญี่ปุ่น จัดการสัมมนานานาชาติ “The 3<sup>rd</sup> Chiba University-Mahidol University Joint Symposium on Pharmaceutical Sciences” ตั้งแต่เวลา 09.00 - 16.00 น. ณ ห้องประชุม 606 อาคารราชรัตน์ โดยการสัมมนาดังกล่าวจัดขึ้นภายใต้ความร่วมมือของ มหาวิทยาลัยมหิดล (คณะเภสัชศาสตร์) และ Chiba University (Graduate School of Pharmaceutical Sciences) ประเทศญี่ปุ่น

# 50 ปี เกียรติชมहित เยี่ยมมะกอกกตัญญู 7 มิถุนายน 2561



5 ทศวรรษ เกียรติชมहितร่วมใจ พัฒนาคณะก้าวไกล  
เพื่อเภสัชกรรมไทยที่ยั่งยืน

ขอเชิญชวนศิษย์เก่าและทุกท่าน  
เข้าร่วมกิจกรรมและร่วมบริจาคเงิน  
เพื่อสนับสนุนการดำเนินงานและพัฒนาคณะฯ  
เนื่องในโอกาสครบรอบ 50 ปี

โดยผู้บริจาคสามารถนำไป  
ลดหย่อนภาษีได้ 2 เท่า ของยอดบริจาค

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

<http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/50th/>