

หน้าสวยด้วย “ทานาคาของเมียนมาร์หรือกระแจะของไทย”

รศ.พร้อมจิต ศรีลัมพ์

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



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

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

ตำรายาไทยใช้กระแจะเป็นยา ใบ แก้กลมบ้าหมู ราก เป็นยาถ่าย ผล เป็นยาบำรุง แก่น ดอกเหล้ากินแก้พิษ (การป่วยที่เกิดจากหลายสาเหตุ ทำให้ร่างกายเสื่อมโทรม ชูบผอม โลหิตจาง ชูบผอม) โลหิตพิการ ดับพิษร้อน ยาพื้นบ้านใช้ ดิน ต้มน้ำดื่ม ครั้งละครึ่งแก้ว วันละ 3 ครั้ง เช้า กลางวัน เย็น แก่ปวดตามข้อ ปวดเมื่อย เส้นตึง แก่ร้อนใน แก่โรคประดง (อาการโรคผิวหนังมีผื่นคัน เป็นเม็ดขึ้นคล้ายผด คันมาก มักมีไข้ร่วมด้วย) (2)

จากการวิจัยพบว่ามีสารสำคัญชื่อ marmesin เป็นสารกรองแสงอัลตราไวโอเล็ต (3) แสงอัลตราไวโอเล็ต ก่อให้เกิดการเสื่อมของเซลล์ผิวหนังโดยกระตุ้นการสังเคราะห์เอนไซม์แมทริกซ์-เมทัลโลโปรตีนเนส-1 (matrix-metalloproteinase-1, MMP-1) ซึ่งจะไปตัดเส้นใยโปรตีนคอลลาเจนที่ช่วยคงความแข็งแรงและยืดหยุ่นของเนื้อเยื่อผิวหนัง และลดการสังเคราะห์โปร-

คอลลาเจน พบว่าสารสกัดลำต้นกระเจจะสามารถยับยั้ง MMP-1 และเพิ่มการสร้างโปร-คอลลาเจน จึงพิสูจน์ภูมิปัญญาที่ชาวเมียนมาร์ใช้ได้ดี (5)

นอกจากนั้นผงกระเจและสารสกัดน้ำยังแสดงฤทธิ์ด้านการออกซิเดชั่น ลดการเสื่อมของเซลล์ ด้านการอักเสบ และมีสาร suberosin ที่มีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย (4) ช่วยป้องกันและรักษาผิวหนัง

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

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

ขณะนี้มีการพัฒนารูปแบบของทานาคาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตคนยุคนี้มากขึ้น โดยจะเห็นผลิตภัณฑ์ผงบดละเอียดนำมาใช้ได้เลย ไม่ต้องฝนอย่างแต่ก่อน เป็นครีมก็มี อยากรู้ก็ตามทุกสิ่งทุกอย่างมีประโยชน์ต่อคนหนึ่ง อาจทำให้อีกคนหนึ่งแพ้ก็ได้ ก่อนใช้ควรทดลองใช้กับท้องแขนของเราก่อน ถ้าไม่มีอาการผิดปกติจึงใช้กับใบหน้า จะได้สวยใส ปลอดภัย และสบายใจ

เอกสารอ้างอิง

1. Kanlayavattanakul M, Phrutivorapongkul A, Lourith N, Ruangrunsi N. Pharmacognostic specification of *Naringi crenulata* stem wood. J Health Res 2009;23(2):65-9.
2. พร้อมจิต ศรีลัมพ์ 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.