

ปอบิตพิชิตสรรพโรคได้จริงหรือ?

รองศาสตราจารย์ รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล
ภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



ถ้ามีใครเดินไปตามร้านขายผัก หรือสมุนไพรในขณะนี้ คงไม่มีใครไม่เห็นสมุนไพรที่เรียกกันว่า ปอบิต วางขายอยู่ทั่วไปพร้อมทั้งมีใบปลิวแนบสรรพคุณมากมาย ตั้งแต่ รักษาเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง ลดน้ำหนัก แก้เหน็บชา ชาปลายมือปลายเท้า ภูมิแพ้ ไทรอยด์ ปวดข้อ เข้าหลัง รวมถึง ไมเกรน บำรุงตับ ไต และใช้ได้ในโรคเรื้อรังทุกชนิด รวมถึงระบบของสตรี ด้วยวิธีการเตรียมที่ง่าย สะดวก โดยการต้ม และมีรสชาติที่ดื่มง่าย ดังนั้นมีผู้คนจำนวนมากเริ่มสนใจ และใช้มัน และมีหลายคนที่ตั้งคำถามที่ว่า มันใช้ได้จริงหรือ และปลอดภัยหรือไม่

ก่อนอื่นต้องทำความรู้จักกับปอบิตก่อน ปอบิตมีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Helicteres isora* L. เป็นพืชในวงศ์ Sterculiaceae มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นมากมาย เช่น ปอกะบิด ปอทับ มะบิด มะบิด (พายัพ) ชีอันใหญ่ ปอลิงไซ (ภาคเหนือ) ลูกบิด (ไทยภาคกลาง) ซ้อ (กะเหรี่ยง เชียงใหม่) เซ้าจี (สระบุรี) เป็นพืชที่ขึ้นเองตามริมป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง ที่รกร้าง แม้กระทั่งในบริเวณกรุงเทพมหานคร พบได้ทั่วไปทั้งในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ จีน และอินเดีย ลักษณะเป็นไม้พุ่ม สูงไม่มากประมาณ 1-2 เมตร มีขนสีน้ำตาล ใบเดี่ยว รูปไข่กว้าง ขอบใบหยัก เมื่อลูบผิวใบรู้สึกสากคาย ออกดอกปีละครั้ง ช่วงเวลาอาจแตกต่างกันไปตามท้องถิ่นและภูมิอากาศ ตามบันทึกขององค์การสวนพฤกษศาสตร์ ออกดอกและติดผลประมาณเดือน

กรกฎาคม-สิงหาคม แต่ตัวผู้เขียนเองเคยพบที่สระบุรี ออกดอกช่วงฤดูร้อน ประมาณเดือนเมษายน กลีบดอกสีส้มอิฐ เป็นหลอด เมื่อติดฝัก เป็นฝักยาว 3-4 ซม. บิดเป็นเกลียวคล้ายเชือกขวัน เมื่อแก่จะแตก มีสีน้ำตาลดำ¹



จากข้อมูลในตำรายาไทย ใช้เปลือกต้นและราก บำรุงธาตุ ผล ใช้แก้บิด (สันนิษฐานว่าตามรูปร่างของผล) แก้ววดเบ่ง(อันเนื่องมาจากบิด) ท้องเสีย ขับเสมหะ ตำพอกแก้ปวดเคล็ดบวม^{2,3}

ในประเทศอินเดียใช้ผลแก้ท้องเสียเช่นเดียวกัน และมีการทดลองพบว่าสารสกัดด้วยน้ำมีฤทธิ์ที่ดีในการยับยั้งเชื้ออีโคไล ที่เป็นเชื้อสาเหตุของอาการท้องเสียทั่วไป และให้ผลดีกับเชื้อ *Salmonella typhimurium* ซึ่งเป็นเชื้อสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กระเพาะอาหารหรือลำไส้อักเสบอีกด้วย นอกจากนี้ยังมีผลปานกลางต่อเชื้อไข้ไทฟอยด์ (*Salmonella typhi*) ซึ่งมีอาการไข้ร่วมกับท้องเสียอื่น⁴ และมีผลยับยั้งการเกร็งตัวของกล้ามเนื้อเรียบ⁵ ถึงแม้งานวิจัยนี้จะสอดคล้องการใช้ในโรคท้องเสีย ขนาดที่ใช้ในคนก็ยังไม่ชัดเจนนัก

การศึกษาวิจัยประสิทธิภาพของปอบิดในโรคอื่นที่น่าสนใจ ได้แก่ โรคเบาหวาน พบว่าสารสกัดน้ำจากผลปอบิดมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือดในหนูขาวที่ทำให้เป็นเบาหวาน และป้องกันไม่ให้ระดับไขมันสูงขึ้นซึ่งมักพบตามมาหลังจากการเป็นเบาหวาน ฤทธิ์ของสารสกัดคล้ายกับยาไกลเบนคลาไมด์⁶ การทดลองในเซลล์เพาะเลี้ยงพบว่าเพิ่มการขนส่งน้ำตาลเข้าสู่เซลล์กล้ามเนื้อของหนู⁷ และเพิ่มการขนส่งน้ำตาลเข้าสู่เซลล์

กล่าวถึงเนื้อกระบังลมแต่มีประสิทธิภาพน้อยกว่ายาเมทฟอร์มิน⁸ อย่างไรก็ตามการทดลองเหล่านี้แม้จะสรุปได้ว่า สารสกัดน้ำจากผลปอบิด น่าจะมีผลลดน้ำตาลในเลือดได้ แต่ยังไม่เพียงพอที่จะระบุขนาดที่ใช้ และยังไม่สามารถนำมาใช้ทดแทนยารักษาเบาหวานได้จริง จำเป็นต้องมีการทดลองเพิ่มเติมต่อไปทั้งในแง่ของ ประสิทธิภาพและความเป็นพิษ เนื่องจากปอบิดไม่ใช่พืชอาหาร การทดลองเพื่อหาความเป็นพิษเมื่อใช้ระยะ ยาวเป็นอีกงานวิจัยที่สำคัญ หนึ่งพบว่าสมุนไพรมีจำนวนไม่น้อยที่มีรายงานความเป็นพิษต่อดับและไต หาก รูปแบบหรือขนาดที่ใช้ไม่ถูกต้อง ในกรณีที่ยังมีข้อมูลไม่ครบเช่นนี้ สำหรับผู้ที่ต้องการเลือกใช้ด้วย ตนเอง หรือได้ทดลองใช้แล้ว ให้ตรวจภาวะการทำงานของไตอย่างสม่ำเสมอทุก 3 เดือน และ ห้ามใช้ในผู้ที่มีประวัติ หรือแม้แต่ครอบครัวมีประวัติเป็นโรคไต หรือโรคไต

สำหรับโรคอื่นๆที่กล่าวอ้างถึงนั้น ยังไม่พบการวิจัยที่พิสูจน์ฤทธิ์ดังกล่าว อีกทั้งโรคเรื้อรังต่างๆที่ กล่าวอ้างนั้น ไม่ได้มีข้อมูลการใช้แผนโบราณสนับสนุน ดังนั้นจึงควรพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนตัดสินใจ เลือกใช้

เอกสารอ้างอิง

1. ฐานข้อมูลพันธุ์ไม้ องค์การสวนพฤกษศาสตร์ กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม.
http://www.qsbg.org/database/botanic_book%20full%20option/search_detail.asp?Botanic_ID=1187
2. อุทยานธรรมชาติวิทยาสิริรุกชาติ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
<http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/siri/> Accessed on May 14h, 2013.
3. เสี่ยม พงษ์บุญรอด. ไม้เทศเมืองไทย. กรุงเทพฯ: บรรณกิจ, 2508.
4. Tambekar DH, Khante BS, Panzade BK, Dahikar S, Banginwar Y. Evaluation of phytochemical and antibacterial potential of *Helicteres isora* L. fruits against enteric bacterial pathogens. Afr J Tradit Complement Altern Med. 2008;5(3): 290-3.
5. Pohocha N, Grampurohit ND. Antispasmodic activity of the fruits of *Helicteres isora* Linn. [Phytother Res.](#) 2001 Feb;15(1):49-52.
6. Boopathy Raja A, Elanchezhiyan C, Sethupathy S. Antihyperlipidemic activity of *Helicteres isora* fruit extract on streptozotocin induced diabetic male Wistar rats. Eur Rev Med Pharmacol Sci. 2010 Mar;14(3):191-6.
7. R. N. Gupta, Anil Pareek, Manish Suthar, Garvendra S. Rathore, Pawan K. Basniwal, and Deepti Jain. Study of glucose uptake activity of *Helicteres isora* Linn. fruits in L-6 cell lines. Int J Diabetes Dev Ctries. 2009 Oct-Dec; 29(4): 170–173.

8. Suthar M, Rathore GS, Pareek A. Antioxidant and Antidiabetic Activity of *Helicteres isora* (L.) Fruits. Indian J Pharm Sci. 2009 Nov; 71(6): 695-9.