

# “อัญชัน” ประโยชน์ที่ควร

พิชานันท์ ลีแก้ว

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



ภาพจาก <http://www.superfinefeline.com/2006/10/blue-pea-flower-project.html>

อัญชัน (butterfly pea หรือ blue pea) มีชื่อทางวิทยาศาสตร์คือ *Clitoria ternatea* Linn. จัดอยู่ในวงศ์ Fabaceae ซึ่งเป็นวงศ์ของถั่วในกลุ่มถั่วฝักเมล็ดกลม (pea) เช่น ถั่วลันเตา (green pea) ถั่วระตั้น (congo pea) ถั่วพู (manila pea) มีชื่อเรียกอื่นๆ คือ แดงชัน (เชียงใหม่) เอื้องชัน (เหนือ) เป็นต้น ลักษณะลำต้นเป็นไม้เลื้อยล้มลุก สามารถพบได้ทั่วไปในป่าโล่งแจ้ง หรือในที่กึ่งร่ม ทั้งป่าเบญจพรรณในพื้นที่ล่างจนถึงป่าดิบเขาสูง ในต่างประเทศพบในทุกประเทศในเขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เอเชียใต้ และหมู่เกาะแปซิฟิก (1, 2)

เมื่อกล่าวถึงอัญชัน โดยทั่วไปมักนึกถึงดอกสีน้ำเงิน ซึ่งเป็นที่นิยมนำมาใช้ประโยชน์ทางเครื่องสำอาง หรือใช้เป็นสีผสมอาหารและเครื่องดื่ม แท้จริงแล้วสรรพคุณของอัญชัน สามารถใช้ประโยชน์ได้ทั้งต้น ซึ่งการใช้อัญชันเป็นยาพื้นบ้านนั้น ส่วนราก ใช้ฝนเอาน้ำหยอดตา แก้กตาเจ็บ ตาฟาง บำรุงดวงตา หรือผสมทำยาสีฟัน แก้วปวดฟัน และใช้ต้มน้ำดื่มเป็นยาระบายท้อง ขับปัสสาวะ แก้วปัสสาวะพิการ ไบและราก ฝนเอาน้ำหยอดตา แก้กตาและ ตาฟาง ดอก ต้มเป็นยาพอก หรือคั้นเอาน้ำทาแก้ฟกบวม แก้วพิษแมลงกัดต่อย และใช้สระผมเป็นยาแก้ผมร่วง เมล็ด ใช้กินเป็นยาระบายท้อง (2) นอกจากนี้การใช้ประโยชน์ในต่างประเทศ ตามตำราอายุรเวทศาสตร์ของอินเดีย อัญชันถูกจัดอยู่ในหมวดหมู่วิษที่ มีสรรพคุณบำรุงสมอง โดยได้มีการนำส่วนรากและเมล็ดของอัญชันมาใช้เป็นยาสำหรับบำรุงร่างกาย บำรุงสมอง และบำรุงความจำ รวมถึงใช้เป็นยาระบายและขับปัสสาวะ และในแถบอเมริกามีรายงานการ

ใช้น้ำต้มจากส่วนรากเพียงอย่างเดียวหรือน้ำต้มจากรากและดอกกร่วมกันเป็นยาบำรุงโลหิต ส่วนเมล็ดใช้เป็นยาระบาย ขับปัสสาวะ และขับพยาธิ (3, 4)

จากการรวบรวมข้อมูลงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์พบว่า ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาจากส่วนต่างๆ ของอัญชันเป็นจำนวนมาก มีการทดสอบในสัตว์ทดลอง สารสกัดชนิดต่างๆ ที่ได้จากส่วนลำต้นเหนือดิน ใบ ดอก และรากของอัญชันมีฤทธิ์กระตุ้นการเรียนรู้และความจำ ช่วยคลายความเครียดและวิตกกังวล มีฤทธิ์ช่วยในการนอนหลับ ลดน้ำตาลในเลือด แก้ไข้ แก้ปวด และต้านการอักเสบ (5-20) รวมถึงการใช้ประโยชน์ในด้านเครื่องสำอางก็มิงงานวิจัยที่สนับสนุนว่า สารสกัดเอทานอลจากดอกอัญชันมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ 5 $\alpha$ -reductase ซึ่งเป็นเอนไซม์ที่ยับยั้งการเจริญของเส้นขน และมีฤทธิ์กระตุ้นการงอกของเส้นขนของหนูแรท (21) นอกจากนี้ สารสกัดเมทานอลจากดอกอัญชันยังมีฤทธิ์กระตุ้นการทำงานของเอนไซม์ tyrosinase ซึ่งเป็นเอนไซม์ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการสร้างเซลล์เม็ดสีเมลานิน และกระตุ้นการเพิ่มจำนวนของเซลล์ melanocyte เมื่อทำการทดสอบในหลอดทดลอง (22) และในการทดสอบฤทธิ์ของอัญชันในผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางสำหรับบำรุงผิวพบว่า มีการนำสารสกัดน้ำและสารสกัดเอทานอลจากดอกอัญชันไปเป็นส่วนประกอบในเจลสำหรับทาครอบดวงตา ซึ่งจะได้ประโยชน์จากฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระที่มีอยู่ (23)

แม้ว่าจะมิงงานวิจัยเกี่ยวกับฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาจำนวนมาก แต่งานวิจัยทั้งหมดยังเป็นข้อมูลที่ศึกษาในระดับสัตว์ทดลองไม่มีรายงานการวิจัยในคน จึงยังไม่สามารถระบุขนาดและวิธีใช้ที่เหมาะสมได้ แต่ในประเทศไทยนั้น มักพบการใช้ประโยชน์ของดอกอัญชันเป็นส่วนผสมของผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางบางชนิด และใช้สีจากดอกเป็นส่วนผสมในขนมและอาหาร หรือใช้ดอกแห้งชงเป็นเครื่องดื่ม ซึ่งการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคควรระมัดระวังการรับประทานร่วมกับยาที่มีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือดหรือยาป้องกันการแข็งตัวของเลือด เช่น แอสไพริน และ warfarin เป็นต้น เนื่องจากมีรายงานว่า สาร ternatin D1 ในดอกอัญชันมีฤทธิ์ต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด (3) ซึ่งอาจมีผลเสริมฤทธิ์กันจนเกิดอันตรายต่อร่างกาย ดังนั้นผู้ที่ต้องใช้ยาดังกล่าวเป็นประจำ หากต้องการบริโภคดอกอัญชันในรูปแบบเครื่องดื่มหรือชาชง ไม่ควรชงในขนาดความเข้มข้นมาก และไม่ควรมีแทนน้ำ ส่วนข้อควรระวังสำหรับการใช้ภายนอกร่างกายคือ ควรระมัดระวังในผู้ที่มีอาการแพ้ดอกไม้ชนิดต่างๆ ให้หมั่นสังเกตตนเอง หากใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของอัญชันแล้วก่อให้เกิดอาการระคายเคืองควรหยุดใช้ทันที สามารถติดตามอ่านข้อมูลงานวิจัยของอัญชันโดยละเอียดได้ในจุลสารข้อมูลสมุนไพรฉบับ 32(1) เดือนตุลาคม 2557

## เอกสารอ้างอิง

1. นันทวัน บุญยะประภัสร์, บรรณารักษ์การ. สมุนไพรไม้พุ่มบ้าน 5. กรุงเทพฯ: บริษัทประชาชน จำกัด; 2543. 740 หน้า
2. สุธรรม อารีกุล. องค์ความรู้เรื่องพืชป่าที่ใช้ประโยชน์ทางภาคเหนือของไทย 1. กรุงเทพฯ: บริษัททอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด; 2552. 808 หน้า
3. Mukherjee PK, Kumar V, Kumar NS and Heinrich M. The Ayurvedic medicine *Clitoria ternatea* - from traditional use to scientific assessment. J Ethnopharmacol 2008; 120(3): 291-301
4. Patil Amol P and Patil Vijay R. *Clitoria ternatea* Linn.: An overview. Int J Pharm Res 2011; 3(1): 20-3
5. Malik J, Karan M and Vasisht K. Nootropic, anxiolytic and CNS-depressant studies on different plant sources of shankpushpi. Pharm Biol 2011; 49(12): 1234-42
6. Taranalli AD and Cheeramkuzhy TC. Influence of *Clitoria ternatea* extracts on memory and central cholinergic activity in rats. Pharm Biol 2000; 38(1): 51-6
7. Rai KS, Murthy KD, Karanth KS and Rao MS. *Clitoria ternatea* (Linn) root extract treatment during growth spurt period enhances learning and memory in rats. Indian J Physiol Pharmacol 2001; 45(3): 305-13
8. Rao RV, Descamps O, John V and Bredesen DE. Ayurvedic medicinal plants for Alzheimer's disease: a review. Alzheimers Res Ther 2012; 4(3): 22
9. Rai KS, Murthy KD, Karanth KS, Nalini K, Rao MS and Srinivasan KK. *Clitoria ternatea* root extract enhances acetylcholine content in rat hippocampus. Fitoterapia 2002; 73(7-8): 685-9
10. Parvathi M and Ravishankar K. Evaluation of antidepressant, motor coordination and locomotor activities of ethanolic root extract of *Clitoria ternatea*. J Nat Remedies 2013; 13(1): 19-24
11. Jain NN, Ohal CC, Shroff SK, et al. *Clitoria ternatea* and the CNS. Pharmacol Biochem Behav 2003; 75(3): 529-36
12. Anuradha M, Pragyandip PD, Richa K and Murthy PN. Evaluation of neuropharmacological effects of ethanolic extract of *Clitoria ternatea* flowers. Pharmacologyonline 2010; 1: 285-92
13. Boominathan R, Devi BP and Mandal SC. Studies on neuropharmacological effects of *Clitoria ternatea* Linn. Root extract in rats and mice. Nat Prod Sci 2003; 9(4): 260-63

14. Sarwar S, Rahman R, Nahar K and Rahman MA. Analgesic and neuropharmacological activities of methanolic leaf extract of *Clitoria ternatea* Linn. J Pharmacogn Phytochem 2014; 2(5): 110-4
15. Shyamkumar and Ishwar B. Antiinflammatory, analgesic and phytochemical studies of *Clitoria ternatea* Linn. flower extract. Int Res J Pharm 2012; 3(3): 208-10
16. Parimaladevi B, Boominathan R and Mandal SC. Evaluation of antipyretic potential of *Clitoria ternatea* L. extract in rats. Phytomedicine 2004; 11(4): 323-6
17. Talpate KA, Bhosale UA, Zambare MR and Somani R. Antihyperglycemic and antioxidant activity of *Clitoria ternatea* Linn. on streptozocin-induced diabetic rats. Ayu 2013; 34(3): 433-9
18. Umesha S, Marahel S and Aberomand M. Antioxidant and antidiabetic activities of medicinal plants: A short review. Int J Res Phytochem Pharmacol 2013; 3(1): 40-53
19. Daisy P and Rajathi M. Hypoglycemic effects of *Clitoria ternatea* Linn. (Fabaceae) in alloxan-induced diabetes in rats. Trop J Pharm Res 2009; 8(5): 393-8
20. Daisy P, Santosh K and Rajathi M. Antihyperglycemic and antihyperlipidemic effects of *Clitoria ternatea* Linn. in alloxan-induced diabetic rats. Afr J Microbiol Res 2009; 3(5): 287-91
21. Zingare ML, Zingare PL, Dubey AK and Ansari A. *Clitoria ternatea* (aparajita): a review of the antioxidant, antidiabetic and hepatoprotective potentials. Int J Pharm Bio Sci 2013; 3(1): 203-13
22. Kumar N, Rungseevijitprapa W, Narkkhong NA, Suttajit M and Chaiyasut C. 5 $\alpha$ -reductase inhibition and hair growth promotion of some Thai plants traditionally used for hair treatment. J Ethnopharmacol 2012; 139(3): 765-71
23. กฤตติญารัตน์ สมวงศ์ และ ชุตินันท์ ประสิทธิ์ภูริปรีชา.ฤทธิ์ต้านออกซิเดชัน และฤทธิ์กระตุ้นการสังเคราะห์เม็ดสีเมลานิน ของสารสกัดสมุนไพรพื้นบ้านบางชนิด เพื่อใช้สำหรับผมหยอกก่อนวัย. The 4th annual northeast pharmacy research conference of 2012, "pharmacy profession in harmony" คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 11 - 12 กุมภาพันธ์ 2555, 125-34
24. Kamkaen Nand Wilkinson JM. The antioxidant activity of *Clitoria ternatea* flower petal extracts and eye gel. Phytother Res 2009; 23(11):1624-5