

# หญ้าฝรั่น...เครื่องเทศที่แพงที่สุดในโลก!!!

ภญ. กฤติยา ไชยนอก

สำนักงานข้อมูลสมุนไพร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ในปลายของวันที่อากาศแจ่มใส สามเพื่อนเกลอกำลังนั่งทลายปัญหาที่แสนจะประเทืองปัญญากันอยู่...

**อัครเดช:** นี่ๆ พวกเธอคิดว่าอะไรแพงที่สุดในโลก

**พรประภา:** อืมมม...ก็น่าจะเป็นเพชรละมัง?

**สมเกียรติ:** ปฏิสสาร...

**อัครเดชและพรประภา:** ...?...

**อัครเดช:** แหะๆๆ สงสัยจะไกลตัวเกินไป...เอ่อ งั้นถ้าเป็นของที่กินได้ละ อะไรแพงที่สุดในโลก?

**พรประภา:** ก็ต้องนี้เลย...ไขปลาคาเวียร์ เห็ดทรัฟเฟิล ไม่ก็เนื้อมัดลีซากะ...

**สมเกียรติ:** หญ้าฝรั่น...

อัครเดชและพรประภาหันควับไปมองหน้าสมเกียรติทันที สมเกียรติหัวเราะอี พลังส่งสายตาที่ตีความหมายได้ว่า “อ่อนหัด มีความตั้งใจ แต่ก็ยังอ่อนหัด” แล้วเดินจากไปท่ามกลางความมึนงงของสหายที่เหลือทั้งสอง พลันเกิดภาวะสุญญากาศไปชั่วขณะหนึ่ง...ทำไมสมเกียรติจึงกล่าวเช่นนั้นกันนะ?? เรื่องปฏิสสารนะช่างมันก่อน (เพราะถ้าจะให้อธิบายละเอียดก็ยาวแน่ๆ) แต่เจ้าหญ้าฝรั่นนี่มันคืออะไร...และไหนๆ ก็เกิดความสงสัยขึ้นมาแล้ว งั้นตามเรามาดูข้อมูลของหญ้าฝรั่นกันเลยดีกว่า...

“หญ้าฝรั่น” ชื่อนี้คนทั่วไปอาจไม่คุ้นหู แต่ถ้าเป็นผู้ที่อยู่ในวงการอาหารหรือสมุนไพรละก็จำเป็นต้องร้องอ้อกันทุกคน เพราะเจ้าหญ้าที่ไม่ใช่หญ้าชนิดนี้ มักจะถูกใช้เป็นส่วนประกอบในตำรายา หรือแม้กระทั่งเป็นส่วนประกอบในอาหารหรูๆ แพงๆ ทั้งนั้น และด้วยสนนราคา ชื่อ – ขาย ที่อยู่ระหว่าง 37,400 - 374,000 บาท/กก. (ขึ้นอยู่กับคุณภาพของวัตถุดิบ) จึงทำให้มันได้รับสมญานามว่า หญ้าฝรั่น...เครื่องเทศที่แพงที่สุดในโลก!!!

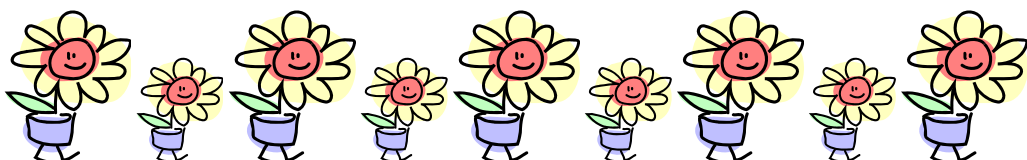
หญ้าฝรั่น (Crocus, Saffron) มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Crocus sativus* L. เป็นพืชในวงศ์ IRIDACEAE ส่วนที่นำมาใช้คือเกสรตัวเมียหรือที่เรียกว่าหญ้าฝรั่น ซึ่งมีรสเผ็ด ขมอมหวาน และมีกลิ่นหอมคล้ายฟาง นิยมนำไปเป็นส่วนประกอบในอาหารและเครื่องดื่ม ใช้ในอุตสาหกรรมน้ำหอม และใช้เป็นสีย้อมผ้า นอกจากนี้ยังเป็นส่วนประกอบสำคัญในตำรับยาหลายชนิดด้วย สรรพคุณตามตำรายาไทย

ระบุว่าเกสรตัวเมียใช้ขั้วเหนื่อในคนออกหัด ขั้วระดู และใช้แต่งสีแต่งกลิ่นในอาหาร ปัจจุบันประเทศที่มี การผลิตและส่งออกหญ้าฝรั่นมากที่สุดคือ อิหร่าน ดอกหญ้าฝรั่นใช้พื้นที่ในการปลูกมาก และต้องเก็บ ผลผลิตด้วยมือเท่านั้นเพราะดอกและเกสรของหญ้าฝรั่นมีลักษณะที่เปราะบาง การเก็บจะต้องทำให้เสร็จ ภายในวันเดียวและหลังจากเก็บต้องรีบนำเกสรที่แยกได้มาคั่วให้แห้งทันที ซึ่งหญ้าฝรั่นมีคุณสมบัติทน ต่อความร้อนได้ดี แต่จะเสื่อมสภาพได้ง่ายหากเจอกับแสงและออกซิเจน ดังนั้นจึงไม่นิยมบดหญ้าฝรั่น เป็นผง และต้องเก็บรักษาในภาชนะที่กันแสงและกันอากาศเพื่อคงคุณภาพของหญ้าฝรั่นก่อนนำไปใช้

การศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบว่าสารสกัดและสารสำคัญที่แยกได้จากหญ้าฝรั่นมีฤทธิ์ต้าน เชื้อแบคทีเรียและเชื้อราหลายชนิด มีฤทธิ์ต้านการเกิดแผลในกระเพาะอาหารและกระตุ้นการย่อย มีฤทธิ์ ยับยั้งการเพิ่มระดับของไขมันในเลือดและลดภาวะหลอดเลือดแข็งตัวจากการได้รับอาหารที่มีไขมันสูง มี ฤทธิ์ปกป้องตับจากการได้รับสารพิษ มีฤทธิ์บรรเทาปวดและต้านการอักเสบ มีฤทธิ์บรรเทาอาการก่อนมี ประจำเดือน มีฤทธิ์ต้านเซลล์มะเร็งและเนื้องอก มีฤทธิ์กระตุ้นกำหนด มีฤทธิ์ต้านภาวะซึมเศร้า วิดก กังวล และช่วยให้หลับ ซึ่งแม้ส่วนใหญ่จะยังเป็นเพียงการศึกษาในระดับเซลล์ หลอดทดลอง และ สัตว์ทดลอง แต่ก็มีแนวโน้มที่ดีในการนำมาพัฒนาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ในอนาคต การศึกษาความเป็น พิษพบว่าหญ้าฝรั่นมีความเป็นพิษต่ำ และแม้จะมีการรายงานความเป็นพิษของหญ้าฝรั่นน้อย แต่มีบาง รายงานระบุว่าการใช้หญ้าฝรั่นขนาด >10 ก. อาจเหนียวทำให้เกิดการแท้งได้ และการศึกษาในหนูเมาส์ เพศเมียที่กำลังตั้งครรภ์ในระยะสามเดือนสุดท้ายพบว่า หญ้าฝรั่นมีฤทธิ์กระตุ้นการบีบตัวของมดลูกและ ส่งผลให้เกิดการคลอดก่อนกำหนด ดังนั้นจึงควรระมัดระวังการใช้หญ้าฝรั่นในขนาดสูงและหลีกเลี่ยงการ ใช้ในสตรีมีครรภ์ ส่วนการใช้ในรูปแบบของอาหารยังไม่มีการรายงานความเป็นพิษ

คำถามที่ว่า ทำไมเจ้าหญ้าฝรั่นนี้ถึงแพงนัก นั่นก็เพราะกว่าจะได้เกสรตัวเมียหรือหญ้าฝรั่น ประมาณหนึ่งปอนด์ (ประมาณ 0.45 กก.) จะต้องใช้ดอกหญ้าฝรั่นถึง 75,000 ดอก หรือเกสรตัวเมีย จำนวน 225,000 อัน ซึ่งเท่ากับการนำดอกหญ้าฝรั่นมาเรียงต่อกันจนเต็มสนามฟุตบอลนั่นเอง!!! และ แล้วก็ได้ข้อสรุปเสียที่ว่าสิ่งที่สมเกียรติได้กล่าวเอาไว้ว่าหญ้าฝรั่นเป็นอาหารที่แพงที่สุดในโลกนั้นก็ไม่ได้ ห่างไกลจากความเป็นจริงเลย รู้แบบนี้แล้วลองมาหาวิธีปลูกหญ้าฝรั่นกันหน่อยดีไหมล่ะ...

อ่านข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับหญ้าฝรั่นเพิ่มเติมได้ใน  
จุลสารข้อมูลสมุนไพรปีที่ 32 ฉบับที่ 2





ดอกหญ้าฝรั่ง: ภาพจาก [www.flickrriver.com](http://www.flickrriver.com)



เกสรตัวเมียแห้ง: ภาพจาก [topone.in](http://topone.in)