

มะตูมชาอู ผักหลายชื่อ

รองศาสตราจารย์ ภญ.รุ่งระวี เต็มศิริฤกษ์กุล
ภาควิชาเภสัชพฤกษศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล



มะตูมชาอู เป็นพืชที่นำเข้ามาประเทศไทยมานาน ในช่วงที่คนไทยเริ่มไปทำงานตะวันออกกลาง และนำกลับเข้าปลูกในประเทศไทยแถบอิสาน จนคนอิสานรู้จักกันดีใช้เป็นผักแก้มลาบ ที่เรียกว่ามะตูมชาอู เพราะเอาติดกลับมาจากประเทศชาอูดีอาระเบีย และมีกลิ่นคล้ายมะตูม ปัจจุบัน มะตูมชาอูมีการเรียกชื่อกันหลากหลาย เช่น มะตูมแขก สะเดามาเลย์ สะเดาบาเรน ต่างประเทศรู้จักในชื่อ **Brazilian pepper tree, Florida holly, Christmas berry หรือ Pepper tree**

มะตูมชาอู เป็นพืชพื้นเมืองของอเมริกาใต้ อาร์เจนตินา ปารากวัย และ บราซิล คนไทยเรียกชื่อว่ามะตูม เพราะมีกลิ่นคล้ายมะตูม หรือเรียกว่าสะเดา เพราะใบคล้ายสะเดา แต่ในทางพฤกษศาสตร์แล้ว มะตูมชาอู ไม่ได้เป็นพืชวงศ์เดียวกับมะตูม หรือสะเดา แต่อย่างใด ที่จริงแล้วมะตูมชาอู เป็นพืชวงศ์เดียวกับมะม่วง (วงศ์ **Anacardiaceae**) และมีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า **Schinus terebinthifolius Raddi** ลักษณะเป็นไม้พุ่มขนาดใหญ่ หรือไม้ต้นขนาดเล็ก สูงได้ถึง 10 เมตร แตกกิ่งก้านเป็นพุ่ม ใบประกอบแบบขนนกชั้นเดียว ใบอ่อนมีสีแดง ใบย่อยขอบหยัก ขอบเป็นหามสั่น ๆ กว้างยาวประมาณ 2.5x5 ซม.

ดอกช่อ ยาวประมาณ 15 ซม. ดอกแยกเพศ อยู่ต่างต้น ดอกย่อยขนาดเล็ก สีขาวนวล ออกดอกทั้งปี ผลชนิดมีเนื้อแบบ **drupe** ผลอ่อนสีเขียวและเมื่อแก่เปลี่ยนเป็นสีแดงเข้ม และเปลือกแข็ง ติดเมล็ดคล้ายพริกไทย มีรสเผ็ดร้อน ชาวอเมริกาใต้ใช้ผลแทนพริกไทย

มะตูมซาอู มีประโยชน์หรือไม่

ใบมะตูมซาอู ไม่มีรายงานเรื่องสารอาหาร แต่จากลักษณะความกรอบ มันของใบ ทำให้การรับประทานใบมะตูมซาอูแบบดิบๆ น่าจะมีกากเส้นใยอาหารประเภทไม่ละลายน้ำในปริมาณสูง ซึ่งเมื่อรับประทานแล้วมีกากมากทำให้ขับถ่ายได้ดี การใช้ยาแบบพื้นบ้านของประเทศทางอเมริกาใต้ ก็มีหลากหลาย เช่น ชาชงใบใช้รักษาอาการปวดข้อ และสูดดมรักษาหวัด ลดความดันโลหิต และ อาการซึมเศร้า ใบตำน้ำรักษาอาการประจำเดือนไม่ปกติ ชาชงทำจากเปลือกต้น เป็นยาระบาย ยางเป็นยาระบาย และขับปัสสาวะ ทั้งต้น หรือ น้ำมันและชัน (**oleoresin**) ใช้เป็นยาฆ่าเชื้อสำหรับทาแผลภายนอก รักษาแผล ห้ามเลือด แก้ปวดฟัน มีรายงานวิจัยเกี่ยวกับฤทธิ์ของส่วนต่างๆ ของมะตูมซาอูหลายอย่าง เช่น สารสกัดใบลดอาการปวด และลดความดันโลหิต เมื่อทดลองในสุนัขและหนู น้ำมันหอมระเหยจากใบและ เปลือกต้น มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรคและเชื้อราบางชนิด เปลือกต้น สกัดด้วยแอลกอฮอล์สมานแผลในทางเดินอาหาร สารสกัดจากส่วนผลลดความดันโลหิตได้เช่นเดียวกัน อย่างไรก็ตาม การกินมะตูมซาอูแนะนำให้ใช้เป็นอาหารเท่านั้น เพราะไม่มีประสบการณ์การใช้เป็นยาในประเทศไทย และงานวิจัยที่กล่าวมาก็เป็นทดลองในสัตว์ ขนาดวิธีใช้ รวมถึงความเป็นพิษยังไม่ชัดเจน

ใบมะตูมซาอู มีพิษหรือเปล่า

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า มะตูมซาอู เป็นพืชวงศ์เดียวกับมะม่วง พืชในวงศ์นี้มีทั้งพืชที่รับประทานได้ใช้เป็นผักได้แก่ ยอดมะม่วงหิมพานต์ มะม่วง และพืชที่เป็นพิษ เช่น รักหลวง เนื่องจากมีสารที่มีฤทธิ์เป็นกรด เช่น **urushiol** และ **cardol** เป็นต้น พืชในวงศ์นี้ส่วนใหญ่พบสารที่เป็นกรดในน้ำยางใสจากใบและลำต้น แต่ความเป็นพิษมากน้อยต่างกัน ขึ้นอยู่กับชนิดและปริมาณของสารที่พบ จะเห็นได้ว่า ยางมะม่วง ก็มีสารกลุ่มนี้แต่พบความเป็นพิษน้อยมาก เรายังกินมะม่วงโดยเฉพาะมะม่วงดิบ หรือกินยอดมะม่วงหิมพานต์ดิบได้ จากรายงานวิจัยและบทความของต่างประเทศ ยางของมะตูมซาอู มีสาร **urushiol** และ **cardol** เช่นเดียวกัน แต่ความเป็นพิษต่ำ อย่างไรก็ตามก็อาจทำให้เกิด การแพ้ แบบเป็นผื่นแดง อักเสบ บวม จากการสัมผัสได้เช่นเดียวกัน ส่วนดอกและผลอาจทำให้ระคายเคืองทางเดินหายใจ การกินผลอาจทำให้อาเจียน มีรายงานว่า ในเมล็ดมีสารกลุ่ม **triterpene** ที่ทำให้ระคายเคืองทางเดินอาหาร ท้องเสีย และ อาเจียน เป็นอันตรายกับนก อาจทำให้นกที่กินผลไม้เข้าไปเป็นอัมพาต แต่ข้อมูลจากบางแหล่งระบุว่าไม่เป็นอันตรายต่อคน นอกจากนี้การทำลายซากส่วนของพืชเมื่อตัดแต่งกิ่งห้ามใช้วิธีเผา เพราะจะทำให้เกิดกลิ่น คว้นที่ระคายเคือง รายงานความเป็นพิษเหล่านี้เป็นไม่เคยพบรายงานความเป็นพิษ ในประเทศไทย เนื่องจากเป็นพืชวงศ์เดียวกับมะม่วง มีสารอยู่ในกลุ่มเดียวกัน จึงตั้งข้อสังเกตได้ว่า ถ้าแพ้ยางมะม่วง ก็น่าจะแพ้ยางของต้นนี้ได้เช่นเดียวกัน ดังนั้น หากคนที่ยังไม่เคยกินมะตูมซาอู แต่กังวลว่า ตนเองจะแพ้หรือไม่ ให้สังเกตจากการแพ้ยางมะม่วง จากการทานมะม่วงดิบ หรือมะม่วงอ่อน ถ้ามีความรู้สึกคัน แสบ ริมฝีปาก บางครั้งผิวไหม้ ทำให้ขอบริมฝีปากกลายเป็นสีดำ นั้นเป็นลักษณะที่แพ้ยางมะม่วง ซึ่งก็ต้องหลีกเลี่ยงไม่กิน ไม่สัมผัส อย่างไรก็ตาม สำหรับเคยรับประทานพืชชนิดนี้แล้วแล้วมี

อาการแสบปาก คันคอ ก็คืออาการแสดงของการระคายเคืองที่เกิดจากยางไม้เช่นเดียวกัน สำหรับคนที่ไม่เคยมีอาการดังกล่าว ก็สามารถรับประทานได้ โดยใช้เฉพาะส่วนใบ และยอดอ่อน เท่านั้น การรับประทานเป็นผักสด ให้ล้างและแช่น้ำจนยางออกมากที่สุด และให้รับประทานพอควร ไม่มากเกินไป

สรุปได้ว่าการกินใบมะตูมชาอู๋แบบสด จะทำให้เพิ่มกากใยอาหาร ขับถ่ายได้ดี แต่ควรระวังในการสัมผัสยาง โดยล้างผักให้สะอาด และแช่น้ำนาน ๆ ก่อนนำมารับประทาน

เอกสารอ้างอิง

1. Campello JP and Marsaioli AJ. Triterpenes of *Schinus terebinthifolius*. *Phytochemistry* 1974; 13: 659–60.
2. Lampe KF and McCann MA. *AMA Handbook of Poisonous and Injurious Plants*. American Medica, 1985.
3. *Global invasive species database*. <http://www.iucngisd.org/gisd/species.php?sc=22>
4. *Brazillian pepper tree*. *Tropical plant database*. <http://www.rain-tree.com/peppertree.htm#.V7VexJiLTZk>
5. <http://floridata.com/Plants/Anacardiaceae/Schinus%20terebinthifolius/622>
6. <http://www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2480191>