

ข่าวล่าสุด!

Latest News

อ่านทั้งหมด

การรับประทานพืชสมุนไพรโควิด ใช้ชุดตรวจ/น้ำยาฯ ไร้การประเมินผล อย.ชี้ข้อดีไม่มีขีดจำกัด เรือรับนักท่องเที่ยวเห็นมีวาระเปลี่ยนแปลงเลขพรรค พปชร. :

ข่าวก่อนแชร์

28/05/2564 21:41

ข่าวก่อนแชร์ : กินกระชาย “ป้องกัน-รักษา” โควิด-19 ได้ จริงหรือ ?

28 พฤษภาคม 2564 ตรวจสอบข้อเท็จจริง โดย : พีรพล อนุตรโสตถี, ภริตพร สุทธิพิเชษฐภินท์

บนสังคมออนไลน์มีการแชร์ข้อมูลว่ากินกระชายสามารถป้องกันและรักษาโควิด-19 ได้ มีสรรพคุณในการต้านเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ดีกว่าชิง และฟ้าทะลายโจรได้มากถึง 10-20 เท่า นั้น ศูนย์ข่าวก่อนแชร์ ตรวจสอบข้อมูลกับ ญ.ดร.ผกากรอง ขวัญข้าว หัวหน้าศูนย์หลักฐานเชิง ประจักษ์ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร พบว่า **จริงบางส่วน**

บทสรุป จริงบางส่วน ต้องอธิบายเพิ่ม

- กระชายเป็นเพียงส่วนหนึ่งในการดูแลสุขภาพเท่านั้น ไม่ใช่การกินเพื่อป้องกันหรือรักษาโควิด-19 ได้
- การศึกษากระชายรักษาและป้องกันโควิด-19 ยังเป็นการศึกษาในระดับเซลล์ ซึ่งพบว่าประสิทธิภาพของการยับยั้งเชื้อเมื่อเข้าสู่เซลล์ จะดีกว่าการป้องกันเชื้อเข้าสู่เซลล์ ยังคงต้องมีการศึกษาในระดับสัตว์ทดลอง และในมนุษย์ต่อไป
- การป้องกันและรักษาโควิด-19 เป็นการรักษาสุขภาพแบบองค์รวม ไม่สามารถใช้อยาสมุนไพร หรือยาชนิดใดชนิดหนึ่ง ทำการรักษา เพียงอย่างเดียว

## ข้อมูลที่ถูกแชร์

“(มะนาว)น้ำกระชายขาวน้ำผึ้ง(มะนาว) เครื่องดื่มทรงคุณค่า ด้านโควิด กระจายขาว” พบว่าสารสกัดจากกระชายขาว ซึ่งมีสารสำคัญ 2 ชนิด สามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของโควิด-19 ได้ถึง 100% โดยสารสำคัญทั้ง 2 ตัวที่อยู่ในกระชายขาว ได้แก่ Pandulatin A และ Pinostrobin สารทั้ง 2 ตัวในกระชายขาว สามารถทำหน้าที่ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อไวรัสต้นเหตุของโควิด-19 ได้ ซึ่งสารทั้ง 2 ตัวนี้ สามารถลดจำนวนเซลล์ที่ติดเชื้อจาก 100% ให้ลดลงจนเหลือ 0% นอกจากนี้ ยังสามารถยับยั้งเซลล์ในการผลิตไวรัสได้ถึง 100% อีกด้วย”

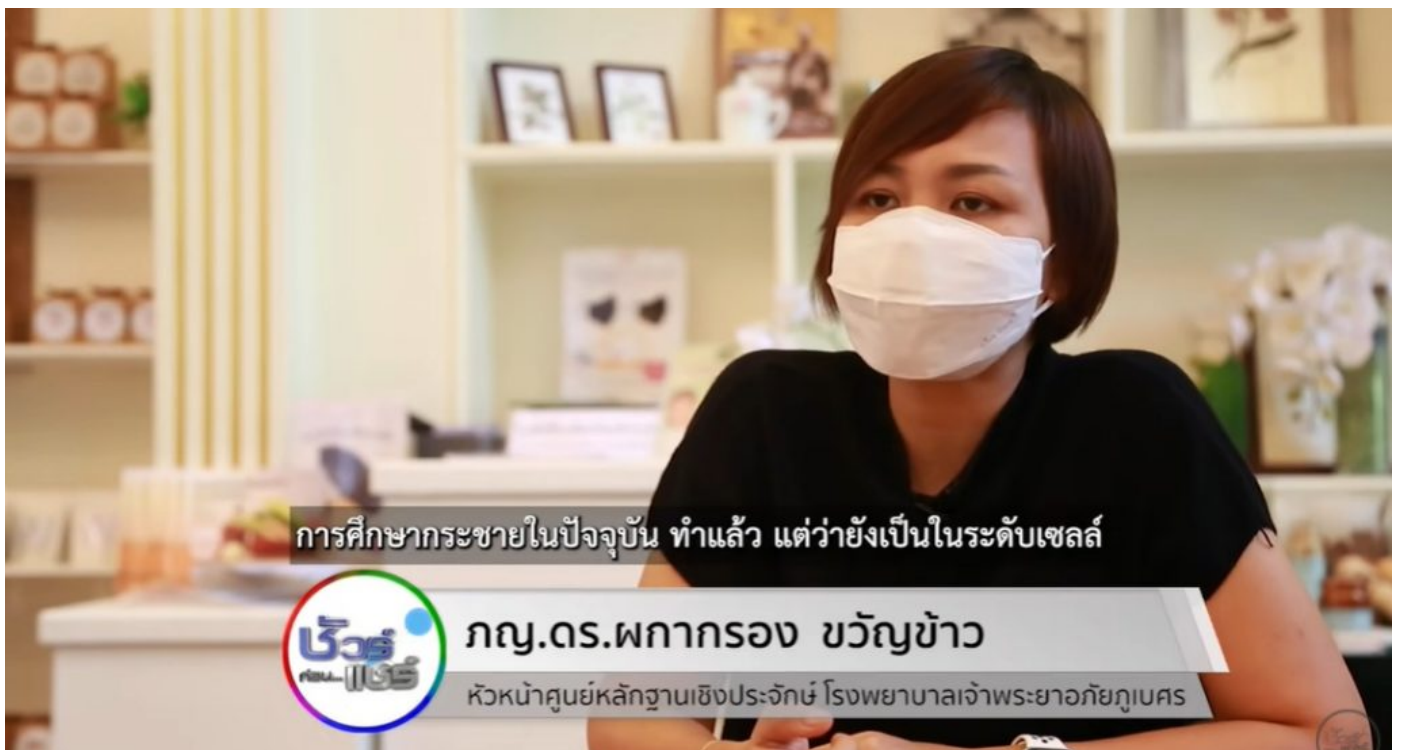
“.....ของดีมีอันใจ ห่างไกลโรค เอาไว้ดูแลสุขภาพช่วงนี้ กระชายขาว 1.สารสกัดกระชายขาว(30 แคปซูล) 179฿2.กระชายขาวผงขงดื่ม 150g 260฿ ขิง 3.ขิงผง กรีนฟาร์ม รสเข้มข้น ขิง 95% น้ำตาล 5% แบบซอง 15gx10 ซอง 145฿ 4.ขิงผง กรีนฟาร์ม รสกลมกล่อม ขิง 90% น้ำตาล 10% แบบซอง 15gX10ซอง 145฿....”

“กระชายขาว 100% กระชายขาวสกัด แคปซูล จำนวน 60 แคปซูล ต่อต้านไวรัส โควิด-19 ฿ 249.00 สรรพคุณของกระชายขาว ต่อต้าน และยับยั้งการเติบโตของเชื้อไวรัส ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อไวรัสต้นเหตุของโควิด-19....”

## FACT CHECK : ตรวจสอบข้อมูล

กระชายสามารถยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัสโควิด-19 ได้ เป็นผลการศึกษาที่อยู่ในระดับเซลล์

ศูนย์ชัวร์ก่อนแชร์ ตรวจสอบข้อมูลกับ ญ.ดร.ผกากรอง ขวัญข้าว หัวหน้าศูนย์หลักฐานเชิงประจักษ์ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร พบว่า ผลการศึกษาเรื่องของการยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัส โควิด-19 ได้ และยับยั้งการเข้าสู่เซลล์ของเชื้อได้ด้วย โดยประสิทธิภาพของการยับยั้งเชื้อเมื่อเข้าสู่เซลล์จะดีกว่าการป้องกันเชื้อเข้าสู่เซลล์ ทั้งนี้การศึกษาในเรื่องดังกล่าวยังเป็นการศึกษาในระดับเบื้องต้น ยังคงต้องมีการศึกษาในระดับสัตว์ทดลอง และในมนุษย์ต่อไป เพราะเรายังไม่มีกระชายในรูปแบบของยาที่ใช้ในระบบบริการสุขภาพ การศึกษาสมุนไพรจะต้องมีการศึกษาในหลายแง่มุม ต้องดูว่าในตำราดั้งเดิมเราใช้อย่างไร ในตำรภัทรแพทย์แผนไทยเราจะใช้กระชายในโรคที่เกี่ยวข้องทางเดินอาหาร ช่วยขับลม บำรุงกำลังเป็นหลัก ไม่ค่อยได้ใช้ในเรื่องของระบบทางเดินหายใจ โดยภาพรวมกระชายเป็นสมุนไพรที่ให้ความอบอุ่น ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด อาจจะทำให้มีการปรับสมดุลของร่างกายได้





ติดต่อโฆษณา โทร.02201-6600

11 มิถุนายน 2564

กลไกอะไรกันแน่ ก่อนหน้าที่มีการศึกษาในฟ้าทะลายโจรจะเห็นว่ากลไกที่ยับยั้งการแบ่งตัวของฟ้าทะลายโจรต่อเชื้อไวรัสจะออกฤทธิ์ได้ดีในช่วงระยะต่างๆ ซึ่งก็เหมาะสมที่ไปเสริมในการรักษากับยาแผนปัจจุบันที่มักจะออกฤทธิ์ในช่วงแรกๆ ของการแบ่งตัว แต่กระชายยังไม่มีข้อมูลตรงนี้ ยังไม่ทราบว่าต้องใช้กระชายเท่าไรถึงจะมีประสิทธิภาพในคน และความปลอดภัยเป็นอย่างไร เมื่อพิจารณาถึงผลดังกล่าว การหวังผลที่จะนำกระชายมาใช้ในการรักษาอาการโควิด-19 หรือว่าป้องกัน คงยังเป็นไปได้ยากในทางปฏิบัติ แต่การกินกระชาย ก็ไม่ได้เกิดผลเสียอะไรต่อร่างกายนัก โดยเฉพาะในรูปแบบของการรับประทานเป็นอาหาร”

### ถ้าจะกินให้ได้เท่ากับขนาดยาที่ทำการศึกษาวิจัย อาจจะต้องใช้กระชายประมาณ 2 ชีดครึ่งต่อครั้ง

ประชาชนควรยึดหลักโดยใช้เครื่องมือที่หลากหลายในการสู้กับโควิด-19 โดยเฉพาะในช่วงของการป้องกัน ขนาดของการศึกษาในหลอดทดลองที่เป็นขนาดของคนกิน ถ้าจะกินให้ได้เท่ากับขนาดยาที่ทำการศึกษาวิจัย อาจจะต้องใช้กระชายประมาณ 2 ชีดครึ่งต่อครั้ง ซึ่งปริมาณนี้อาจจะเกิดการระคายเคืองในกระเพาะอาหารของบางคนได้

อย่างไรก็ตาม สำหรับการกินกระชาย เพื่อส่งเสริมสุขภาพนั้น อยากให้เริ่มทานในปริมาณที่น้อย ไม่ต้องสูงมาก แต่หากทานร่วมกับอาหารที่หลากหลาย โดยเฉพาะกลุ่มเครื่องเทศ จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายแข็งแรงได้ดี แต่เมื่อได้รับเชื้อโควิด-19 แล้ว กระชายจะช่วยให้ร่างกายมีความอบอุ่น แต่ยังไม่ใช่เครื่องมือที่ดี ในการรักษาโควิด-19 อย่างไรก็ตามการรับประทานกระชาย 2 ชีดครึ่ง ยังเป็นการศึกษาที่เร็วและด่วนเกินไป และยังไม่มีความชัดเจนว่าเมื่อทานกระชายเข้าไป 2 ชีดครึ่งจะเกิดการดูดซึมเท่าไร จะต้องมีการศึกษาเพิ่มเติม

คนใช้โควิด-19 อาจจะมีผู้ติดเชื้อที่มีอาการ หรือไม่มีอาการ หรือมีอาการน้อยหรือมาก ผู้ที่มีอาการน้อยกระชายสามารถเป็นส่วนหนึ่งในการรักษาเพื่อทำให้ร่างกายอบอุ่นได้ เมื่อร่างกายอบอุ่น ร่างกายก็จะอยู่ในสภาวะที่สามารถต่อสู้กับเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น แต่ต้องทำร่วมกับการรักษาที่ทางการแพทย์แนะนำร่วมด้วย

### มีการกล่าวว่าการทานกระชาย ดีกว่าการทานซิงและฟ้าทะลายโจรเป็น 10 เท่าจริงหรือไม่?

ผศ.ดร.ผกากรอง ระบุว่า มาจากการศึกษาของอาจารย์คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล โดยนำพืชสมุนไพรมา 122 ชนิด ชนิดของพืชเป็นสารสกัดทั้งหมด และพบว่ามี 3 ชนิดที่น่าจะเด่นในการต้านไวรัสโควิด-19 สามารถไปยับยั้งการเจริญเติบโตของไวรัสได้คือ กระชาย ซิง ฟ้าทะลายโจร เมื่อเทียบความเข้มข้นและความสามารถในการยับยั้งการเจริญเติบโตหรือการแบ่งตัวของไวรัสแล้วพบว่ากระชายมีคุณสมบัติที่ดีที่สุด รองลงมาคือซิง และฟ้าทะลายโจร ตามลำดับ และความสามารถของกระชาย ดีกว่าซิง และฟ้าทะลาย ถึง 20 เท่าในกลไกที่สามารถยับยั้งการแบ่งตัวของไวรัสได้ แต่ยังเป็นการศึกษาที่อยู่ในหลอดทดลอง อย่างไรก็ตาม ต้องยอมรับว่าสมุนไพรโดยธรรมชาติ มีฤทธิ์ในการต้านไวรัส ไม่ได้เท่ากับยาแผนปัจจุบัน ฉะนั้นอาจจะต้องมีกลไกอื่นๆ ที่เราจะต้องศึกษาเพิ่มเติม แล้วดูว่าบทบาทของยาที่เราศึกษาพัฒนาวิจัยมา จะมาอยู่ส่วนไหนในขั้นตอนการรักษาได้





กระชาย



ขิง



ฟ้าทะลายโจร

มีการแชร์กันว่า การนำกระชายมาสกัดร้อน สกัดเย็น จะทำให้ไม่ป่วยจากโควิด-19 ไม่ว่าจะเดินทางไปไหนที่ไหนตาม เรื่องนี้เป็นอย่างไร?

ภญ.ดร.ผกากรอง ระบุว่า มีความจริงบางส่วน การศึกษากระชายในปัจจุบันมีการศึกษาแล้ว แต่ยังเป็นในระดับเซลล์แบบที่บอกไปข้างต้น ซึ่งยังต้องมีการศึกษาต่อในระดับสัตว์ทดลอง และในคนต่อไป แต่ในสถานการณ์ปัจจุบันที่โรคโควิด-19 เป็นโรคระบาดใหม่ อาการของผู้ป่วยแต่ละรอบก็ยังไม่เหมือนกัน เราจึงต้องเรียนรู้อะไรจากโควิด-19 อีกมาก

กระชายเป็นอาหารอยู่แล้ว สามารถที่จะบริโภคได้ โดยรับประทานแบบปั่นหรือคั้นน้ำ ถ้าจะปรุงรสด้วยมะนาวหรือน้ำผึ้งก็ได้ แต่ที่เห็นจำหน่ายในท้องตลาด จะมีการใส่น้ำผึ้งในปริมาณที่สูง อาจจะมีผลกับผู้ป่วยโรคเรื้อรังในโรคเบาหวาน หากต้องการรับประทานที่ดีที่สุดคือควรทำรับประทานเอง

**แนะนำทานกระชายทั้งเนื้อมีประโยชน์กว่าบริโภคเป็นน้ำอย่างเดียว**

เท่าที่ทราบงานวิจัยเป็นการสกัดตัวกระชายด้วยการทำละลาย แต่ในระดับประชาชนเราคงไม่ได้ใช้ตัวทำละลาย เข้าไปสกัด ส่วนใหญ่ประชาชนจะทานเป็นแห้ง หรือที่เรียกว่า นมกระชาย หรืออาจจะนำมาปั่นแยกน้ำ หรือนำมาปั่น แล้วบริโภคไปพร้อมกับน้ำ ถ้าดูข้อมูลแพนดูราทินเอซึ่งเป็นสารสำคัญที่อยู่ในเนื้อกระชายนั้น ฉะนั้นการรับประทานที่จะได้ประโยชน์คือต้องรับประทานไปทั้งเนื้อ จะมีประโยชน์กว่าการที่บริโภคเป็นน้ำอย่างเดียว



### เตือน “ผู้ป่วยโรคตับ-ไต-ถุงน้ำดีอุดตัน-หญิงตั้งครรภ์-หญิงให้นมบุตร” ควรระวังในการบริโภคกระชายในปริมาณสูง

ผู้ป่วยบางกลุ่มอาจมีความจำเป็น ที่ต้องระมัดระวังหากบริโภคกระชายทุกวัน กลุ่มที่ต้องระมัดระวังในการทานกระชายคือ 1.กลุ่มผู้ป่วยโรคไต เนื่องจากกระชายเป็นสมุนไพรที่มีโพแทสเซียมสูง ถ้าบริโภคนานๆ ปริมาณสูง ก็อาจจะทำให้มีผลเกิดการสะสมของโพแทสเซียมในร่างกาย เกิดผลข้างเคียงต่อหัวใจ หรือทำให้ไตต้องทำงานหนักเพื่อที่จะขับโพแทสเซียมออก 2.ผู้ป่วยโรคตับ โดยหลักการทางการแพทย์ถ้าตับและไตทำงานไม่ดี การใช้สมุนไพรหรืออาหารเสริมใดๆเข้าไป จะยิ่งทำให้การทำงานของตับและไตทำงานเพิ่มขึ้น 3. กลุ่มผู้ป่วยที่มีถุงน้ำดีอุดตัน พืชในกลุ่มที่ลงหัว ทางพฤกษศาสตร์เรียกว่า ซิงจิเบอร์ร่าซีอี จะต้องมีความระมัดระวังในการใช้ หากใช้ในปริมาณสูงๆ ก็จะทำให้ น้ำดีหลังมากขึ้น หากถุงน้ำดีมีการอุดตันอยู่แล้ว อาจจะทำให้เกิดการปวดหรือการอักเสบเพิ่มมากขึ้น 4.กลุ่มเปราะบาง เช่น หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร หากจะทานในปริมาณสูงก็ควรระวัง

### เภสัชกรชี้หากมีอาการป่วย อยู่ในกลุ่มเสี่ยงโควิด-19 ควรพบแพทย์

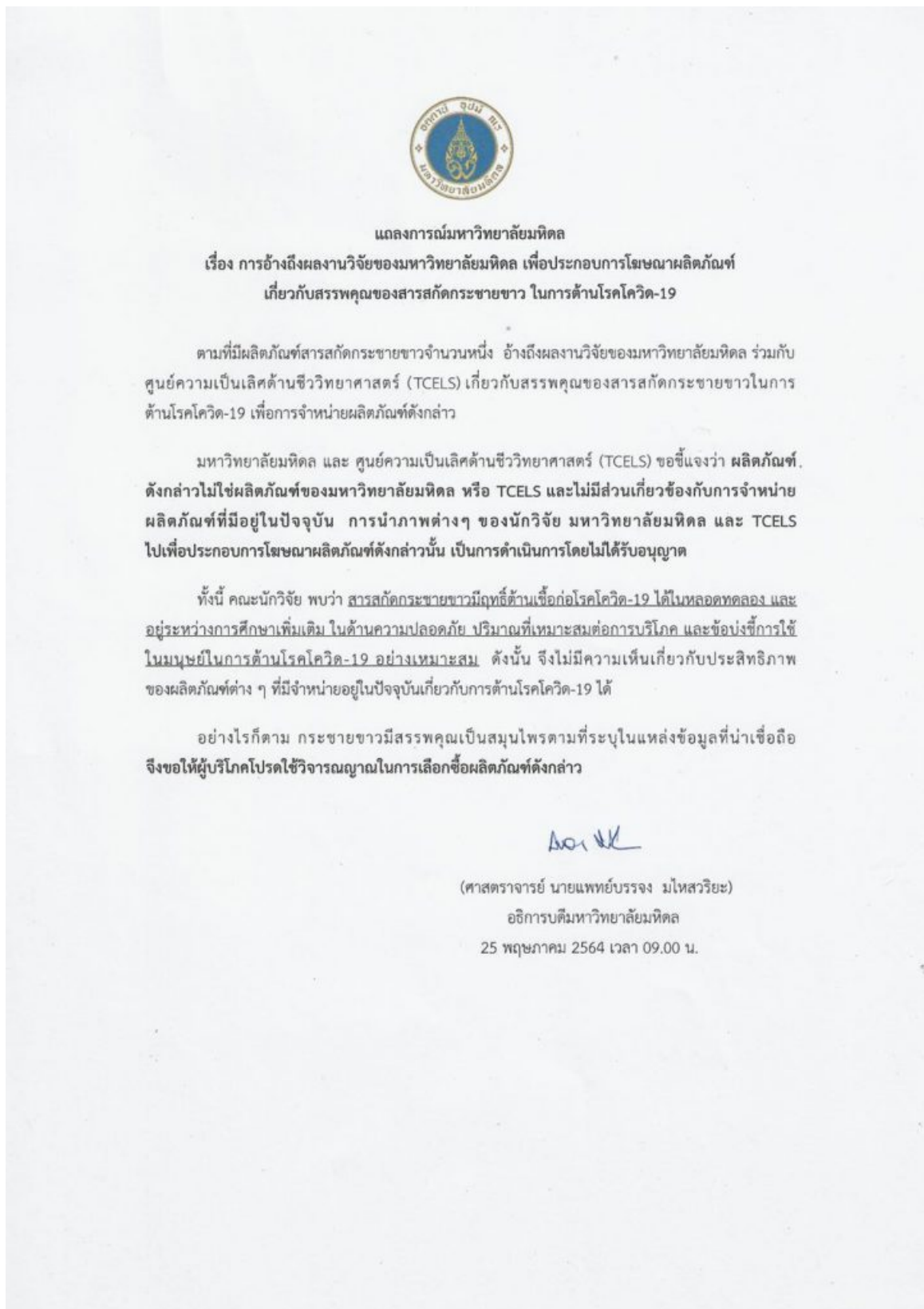
“ในตอนนี้หลายคนอาจจะมีอาการคล้ายๆ กับการเป็นไข้หวัด ก็ต้องมองย้อนกลับไปว่าเราอยู่ในกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงในการรับเชื้อโควิด-19 หรือไม่ มีญาติ คนในครอบครัว หรือเพื่อนร่วมงาน คนใดเป็นโควิด-19 หรือไม่ ถ้ามีความเสี่ยงสูงก็ควรไปตรวจอาการเพื่อดูให้ชัดว่าเราติดเชื้อโควิด-19 หรือไม่ ก็จะได้เข้าสู่กระบวนการรักษา และกันตัวเองออกจากผู้อื่น สำหรับคนที่มีอาการคล้ายๆ ไข้หวัด แต่ไม่ได้สัมผัสกับผู้ที่มีความเสี่ยงสูงหรือผู้ป่วยโควิด-19 สามารถใช้กระชายเพื่อดูแลสุขภาพตัวเองได้ การใช้กระชายเพื่อทำให้ร่างกายอบอุ่น และสร้างสมดุลขึ้นในร่างกาย แต่ไม่ควรที่จะใช้กระชายเพียงอย่างเดียวในการรักษา ควรจะมีการใช้ยาหรือสมุนไพรอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น หากมีเสมหะ ก็ใช้กระชายร่วมกับยาแก้ไอ มะขามป้อม หรือซิงกี้ก็ได้ หากมีไข้ ครั่นเนื้อ ครั่นตัว ก็อาจจะเหมาะกับฟ้าทะลายโจร

การป้องกันและรักษาโควิด-19 เป็นการรักษาสุขภาพแบบองค์รวม ไม่สามารถใช้ยาสมุนไพร หรือยาชนิดใดชนิดหนึ่ง ทำการรักษาโดยวิธีเดียว ต้องใช้ร่วมกันหลายอย่าง โดยเฉพาะเรื่องของกระชาย ที่ยังมีข้อมูลไม่มากพอที่จะนำมาใช้เป็นเครื่องมือเดียวในการรักษาโรค คงต้องรอการศึกษาวิจัยเพิ่มเติม เรื่องนี้สิ่งที่สามารถแชร์ได้คือ วิธีการทำน้ำกระชาย แต่อาจจะต้องบอกว่าวิธีการที่เราใช้กระชายเป็นเพียงส่วนหนึ่งในการดูแลสุขภาพเท่านั้น” ญญ.ดร.ผกากรอง กล่าว

### ม.มหิดล ออกแถลงการณ์ อยู่ระหว่างการศึกษาศาสตร์กักกระชายขาวมีฤทธิ์ต้านเชื้อโควิด-19 ในหลอดทดลอง

วันที่ 25 พ.ค. 64 มหาวิทยาลัยมหิดล ออกแถลงการณ์เรื่อง การอ้างถึงผลงานวิจัยของมหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อประกอบการโฆษณา

## ด้านโรคโควิด-19 ได้



แถลงการณ์ดังกล่าว ยังระบุด้วยว่า ไม่อนุญาตให้นำภาพต่างๆ ของนักวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล และ TCELS ไปประกอบการโฆษณา

## ข้อมูลอ้างอิง

<https://www.facebook.com/mahidol/photos/a.10153450690529012/10161247225279012/>