

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original Article

การศึกษาสรรพคุณขมิ้นชันในการรักษาสิว
A Study on Pharmacological Action of Curcuma
in the Treatment of Acne

วีระศักดิ์ แพพานิช พ.บ.
วรณี ณ นองคาย วท.บ.(พยาบาล)
ดรุณี มันทะ ป.พย.
ศิริกาญจน์ ชิวเรื่องโรจน์ ป.พย.
วรวิทย์ ไสยสมบัติ ภ.บ.
โรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชธาตุพนม
อำเภอธาตุพนม จังหวัดนครพนม

Verasakdi Paepanich M.D.
Woranee Na Nongkai B.Sc.(Nursing)
Darunee Manta Dip. Nursing
Sirikarn Chivaruangroj Dip. Nursing
Warawitaya Siyasombati B.Sc.(Pharm)
Dhatphanom Crown Prince Hospital
Dhatphanom District, Nakhon Phanom

บทคัดย่อ

การศึกษาสรรพคุณของขมิ้นชันในการรักษาสิว มีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบสรรพคุณในการรักษาสิวเมื่อทาสารละลายขมิ้นชันเปรียบเทียบกับกรณีไม่ทา โดยเลือกตัวอย่างแบบโควต้าในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นสิวกับกลุ่มอายุสูงมา 52 คน 83 คู่ หัวสิวเปรียบเทียบกับวิธีจับคู่สิวจนคนเดียวกัน โดยในแต่ละคู่ของหัวสิวจะมีเม็ดหนึ่งทาด้วยขมิ้นชัน อีกเม็ดหนึ่งไม่ทา ติดตามผลการรักษา 2 สัปดาห์ขึ้นไป ผลปรากฏว่า หัวสิวกที่ทาด้วยขมิ้นชันยุบเร็วกว่า หายเร็วกว่า จำนวนหัวสิวกหายมากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับไม่ทา การรักษาสิวกด้วยขมิ้นชันจึงเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ ประหยัด และหาได้ง่ายในประเทศ

ABSTRACT

The study was carried out to investigate the action and effects of curcuma (yellow root) for treating acne. The purpose of this study to find out whether the cucuma could cure or shorten the course of the disease.

The samples were selected by quota sampling between teen age group and older age group. The acne lesions in the two groups were matched one by one in the same patient; one was painted by curcumatic solution, the other was not. Match pairs t-test was used to analysed the effects of curcumma on acne in this study.

The results showed that the acne lesions painted by curcuma recovered faster than the control, ($p < 0.05$) and more acne lesions in the treatment group recovered when compared to the control group.

บทนำ

สิวเป็นโรคที่พบบ่อยมากในวัยรุ่น มักจะเป็นเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นหนุ่มสาวและจะเป็นมากในช่วงอายุ 17-18 ปี (สำหรับผู้หญิง) 19 ปี (สำหรับผู้ชาย) จากนั้นจะค่อยๆเลาลงจนกระทั่งอายุมากกว่า 25 ปีขึ้นไป ก็

จะหายได้เองเป็นส่วนใหญ่ แต่บางคนจนเป็นเรื้อรังจนถึงอายุ 40-50 ปี สิวเป็นโรคที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนร้ายแรง แต่อาจทำให้ใบหน้ามีแผลเป็น หรือผิวหนังชำรุด ทำให้เสียบุคลิกภาพ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง บางรายแกะสิวกแล้วเกิดภาวะติดเชื้อลุกลามไป

ที่สมองเป็นผีในสมองถึงแก่ความตาย ชายหญิงมี โอกาสเป็นได้เท่าๆกัน แต่ผู้ชายมักจะเป็นรุนแรงกว่า⁽¹⁾

คนที่เป็นสิวมักจะชวนชววยหายามารักษา ซึ่ง ส่วนใหญ่เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผลิตในต่างประเทศ มีราคา แพงทำให้สิ้นเปลืองเงินตราเป็นจำนวนมาก ชาวชนบท รู้จักนำสมุนไพรชนิดหนึ่งชื่อว่า ขมิ้นชัน โดยนำเอา เหง้าของขมิ้นชันมาขูดให้ละเอียดแล้วใช้ทาบริเวณที่ เป็นสิ วซึ่งได้ผลเป็นที่พอใจ แต่ยังไม่มืผู้ใดศึกษา สรรพคุณ ของสมุนไพรตัวนี้อย่างจริงจังตามหลักวิชา การ เป็นเพียงคำบอกเล่าสืบทอดกันมาว่า ขมิ้นชันมี สรรพคุณในการรักษาสิว บำรุงผิว

ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาสรรพคุณของสมุนไพรตัวนี้เพราะเป็นสมุนไพรพื้นบ้านหาได้ง่าย ราคาถูก ถ้ามีสรรพคุณดีจริงก็จะเป็นประโยชน์ต่อประชาชน สังคม และประเทศชาติ ในด้านลดการนำเข้ายารักษา สิว กับทั้งสนับสนุนการแพทย์ไทยในการนำ ทรัพยากรในประเทศมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสรรพคุณ ของขมิ้นชันในการรักษาสิว ซึ่งเป็นกิจกรรมหนึ่งในการส่งเสริมการใช้สมุนไพรในการแพทย์แผนไทย

วัตถุประสงค์และวิธีการศึกษา

จากการสำรวจนำร่องพบว่าคนที่เป็นสิวมักมี อายุระหว่าง 14-16 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่น อายุสูงกว่า นี้พบน้อยมากและต่ำกว่านี้เกือบไม่พบเลย การเลือก กลุ่มตัวอย่างจึงใช้วิธีเลือกแบบโควต้าในกลุ่มวัยรุ่น พบสิวมาก ใช้วิธีสุ่มมาจำนวนหนึ่ง สำหรับกลุ่มที่ อายุสูงขึ้นไปพบนสิวน้อยจึงใช้วิธีเลือกแบบบังเอิญ ถ้า พบก็จะชวนเข้าร่วมโครงการ ได้ตัวอย่างทั้งหมด 52 ราย แต่ละรายในคนเดียวกันจะแบ่งสิวออกเป็น 2 กลุ่มโดยจับคู่กัน (matching) หัวสิวในแต่ละคนจะมี ลักษณะคล้ายกันมากที่สุด ไม่ว่าจะเป็นชนิดของสิว

(สิวเสี้ยนหรือสิวหัวช้าง) ขนาดลักษณะทางกายภาพ ระยะเวลาการเกิดใกล้เคียงกัน สิว 1 คู่ในคนเดียวกัน หัวหนึ่งจะทาขมิ้นชันที่เตรียมไว้ ก่อนเข้านอนทุกวัน อีกหัวหนึ่งจะปล่อยตามธรรมชาติ ระหว่างการ ทดลองห้ามใช้เครื่องสำอางใดๆยกเว้นสบู่ล้างหน้าที่ เคยใช้ จัดบันทึกการเปลี่ยนแปลงของสิวแต่ละคู่ทุก วันโดยสังเกตการยุบการหาย บันทึกวันที่เริ่มยุบ วันที่สิวหาย เมื่อสิ้นสุด 2 สัปดาห์ สรุปผลการทดลอง

การเตรียมขมิ้นชันเป็นยารักษาสิว

ในขมิ้นชันที่แก่เต็มที่บดเป็นผงละเอียด ผสมน้ำ สะอาด ในอัตราส่วนขมิ้นชันต่อน้ำเท่ากับ 0.7 กรัม ต่อครึ่งช้อนชาผสมเข้ากันดีแล้วนำมาใช้ทาหัวสิวได้ทันที

ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 52 คน มีหัวสิวในการ ศึกษาครั้งนี้ 83 คู่

ลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง เป็นชาย 8 คน หญิง 44 คน เฉลี่ย 17.83 ปี อายุที่พบมาก 15-19 ปี (ตารางที่ 1) ร้อยละ 86.5 (45 คน) เป็นนักศึกษา นอกนั้นรับราชการ คำขาย และทำงานบ้าน ระดับ การศึกษาส่วนใหญ่กำลังเรียนอยู่ในชั้นมัธยม (43 คนหรือร้อยละ 82.7)

หัวสิวที่ทำการทดลองทั้ง 83 คู่ แบ่งออกเป็น 2

ตารางที่ 1 ลักษณะประชากรของกลุ่มตัวอย่าง จำแนก ตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
10 - 14	16	30.8
15 - 19	28	53.8
20 - 24	1	1.9
25 - 29	2	3.8
30+	5	9.6
รวม	52	100

ชนิด คือ สิวหัวแดง 39 คู่ (ร้อยละ 47.0) กับ สิวเสี้ยน 44 คู่ (ร้อยละ 53.0) เมื่อศึกษาเปรียบเทียบหัวสิวแต่ละคู่ในคนๆ เดียวกัน หัวสิวนึ่งทาขมิ้นชันที่เตรียมเป็นสารละลาย แล้วอีกหัวหนึ่งไม่ทาอะไร แล้วสังเกตดูการเปลี่ยนแปลงภายใน 2 สัปดาห์ พบว่า กลุ่มทาขมิ้นชันมีจำนวนหัวสิวย่อยมากกว่ากลุ่มไม่ทา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) (ตารางที่ 2)

ถ้ารวมกลุ่มที่ยุบแต่ไม่หายภายใน 2 สัปดาห์ กับกลุ่มที่เหมือนเดิมเป็นกลุ่มเดียวกัน คือกลุ่มที่ยังรักษาไม่หาย เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่รักษาหาย จะพบว่ากลุ่มที่ทาขมิ้นชันมีโอกาสหายได้สูงกว่าถึง 1.9 เท่า (ตารางที่ 3)

ประมาณ 42% ของสิวย่อยได้เองภายใน 2 สัปดาห์ แต่ปริมาณการหายของสิวนั้นน้อยกว่ากลุ่มทาขมิ้นชัน และเมื่อศึกษาครบ 4 สัปดาห์ ทำการเปรียบเทียบจำนวนวันที่ใช้ในการเริ่มยุบของกลุ่มทาขมิ้นชันกับกลุ่มไม่ทา โดย match pair t-test จะพบว่า กลุ่มทาใช้เวลาสั้นกว่าในการยุบเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มไม่ทาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 4)

เมื่อเปรียบเทียบชนิดของสิวระหว่างสิวเสี้ยนกับสิวหัวแดง (อักเสบ) ว่ายุบหรือหายแตกต่างกันหรือไม่ ถ้าทาขมิ้นทั้ง 2 ชนิด โดยใช้ independent t-test พบว่า $t = 1.13$, $df. = 81$, $p = 0.261$ ซึ่งไม่แตกต่างกัน ถ้าไม่ทาขมิ้นทั้ง 2 ชนิดก็พบว่าจำนวนวันหายไม่แตกต่างกัน $t = 1.86$, $df. = 81$, $p\text{-value} = 0.066$ อาจกล่าวได้ว่า การรักษาสิวด้วยขมิ้นชันไม่ว่าสิวชนิดใดก็ให้ผลเหมือนกัน

วิจารณ์

สิวแบ่งออกเป็นชนิดต่างๆ ดังนี้^(2,3)

สิวหัวดำ คือสิวอุดตันที่มีจุดดำตรงกลาง มีรูเปิด

สิวหัวขาว คือสิวอุดตันที่มีหัวสีขาว ตรงกลางรู

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบผลการรักษาหายของกลุ่มหัวสิวที่ทาและไม่ทาขมิ้นชัน

ขมิ้นชัน	หาย	ยุบ	เหมือนเดิม
ทา	67	15	1
ไม่ทา	35	38	10
รวม	102	53	11

Chi square = 27.38, $p = 0.00000113$

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบอัตราการรักษาหายในกลุ่มหัวสิวที่ทาและไม่ทาขมิ้นชัน ภายใน 2 สัปดาห์

ขมิ้นชัน	หาย	ไม่หาย
ทา	67	16
ไม่ทา	35	48

Ratio of recovery rate = 1.91 (1.46 < CI > 2.52)

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบจำนวนวันที่ใช้ในการเริ่มยุบของกลุ่มทาขมิ้นชันกับกลุ่มไม่ทา โดย match pair t test เมื่อรักษาครบ 4 สัปดาห์

ขมิ้นชัน	Mean	t value	p (2-tail)
ทา	11.0964		
ไม่ทา	12.7590	3.38	0.001

ของไขผิวหนังปิดตัน การรักษาต้องใช้เวลาานาน

สิวหัวแดง คือหัวสิวที่มีการอักเสบ

สิวหัวช้าง คือสิวอักเสบมีขนาดใหญ่มาก เป็นถุงน้ำหนอง

บริเวณที่เกิดสิวมากที่สุดคือใบหน้า โดยเฉพาะแก้ม ร่องจมูก และหน้าผาก บริเวณหลัง ลำคอ และอก อาจเกิดสิวได้

สิวเกิดจากการอุดตันของต่อมไขมัน ซึ่งการอุดตันนี้อาจเกิดขึ้นได้ 2 ทาง⁽⁴⁾ คือ

1. จากการกระตุ้นของสารเคมีภายในต่อมไขมันเอง ฮอริโมนแอนโดรเจน ซึ่งหลังมากในวัยรุ่นหรือวัยหนุ่มสาว จะกระตุ้นให้ต่อมไขมันทำงานมากกว่าปกติ เกิดการขับไขมันมาก ตัวต่อมเองเกิดการอักเสบและโต ทำให้เกิดการอุดตัน ไขมันที่คั่งค้างทำให้เกิดบวมออกมาเป็นหัวสิวหรือคอมมีโดน

2. จากการกระตุ้นของสารเคมีภายนอก เช่น สารที่ผสมอยู่ในสบู่หรือเครื่องสำอาง ยาบางชนิดสามารถรบกวนการทำงานของต่อมไขมัน ทำให้เกิดอุดตันเป็นสิวขึ้น นอกจากนี้ มีปัจจัยเสริม เช่น พันธุกรรม การมีประจำเดือน ความเครียด การเสียดสี รังสีแสงแดด เป็นต้น

การรักษาสิวมียอยู่ 3 ขั้นตอน⁽⁵⁾ คือ

1. ป้องกันไม่ให้ต่อมไขมันที่อุดตันอยู่แล้วอักเสบหรือลดการอักเสบของสิวโดยการรับประทานยาปฏิชีวนะบางชนิด เช่น tetracycline, erythromycne ภายใน 1-3 สัปดาห์ อาการอักเสบจะลดลงหรือหมดไป จึงดำเนินขั้นตอนที่ 2 ต่อไป

2. จัดการอุดตันของต่อมไขมัน โดยใช้ยาทาให้สิ่งอุดตันนั้นหลอมตัวถูกขับออกมาได้ หรือใช้เครื่องกดหรือดูดสิว สำหรับยาที่ใช้จัดการอุดตันได้แก่ กรดวิตามินเอ และ benzoyl peroxide 5%

3. ป้องกันมิให้มีการอุดตันอีก โดยใช้ยารับประทานต่อเนื่องไปจนพ้นวัยของการเป็นสิว หรือป้องกันโดยหลบเลี่ยงต้นเหตุหรือปัจจัยร่วมต่างๆที่ทำให้เกิดสิว

จากการศึกษาครั้งนี้ เป็นการทดลองเพื่อศึกษาสรรพคุณของขมิ้นชันในการรักษาสิว เพื่อใช้ทดแทนวิธีการรักษาด้วยยาต่างๆที่กล่าวมาแล้ว

ขมิ้นชัน เป็นพืชล้มลุกที่มีอายุหลายปี มีลำต้น

อยู่ใต้ดิน เป็นเหง้า มีเนื้อสีเหลือง ส่วนที่นำมาใช้ประโยชน์คือ เหง้าสอ มีรสฝาด มีกลิ่นเฉพาะตัว ใช้บำบัดอาการของโรคได้หลายอย่าง เช่น แผลในกระเพาะอาหาร อุจจาระร่วง ท้องอืด ท้องเฟ้อ รักษาโรคผิวหนังผื่นคัน ชาวบ้านนิยมทาตามร่างกายของทารกเพื่อรักษาโรคมดผื่นคัน⁽⁶⁾

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ขมิ้นชันสามารถทำให้สิวยุบตัวหายเร็วขึ้นอย่างชัดเจนเมื่อเทียบกับสิวกที่ไม่ได้ทา ($p < 0.05$) และจำนวนสิวกที่หายก็มีมากกว่าถึง 1.9 เท่า โดยไม่พบอาการข้างเคียงเลย

ขมิ้นชันรักษาสิวกโดยกลไกในการลดการอักเสบของสิวกและมีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดตามผลการทดลองของ Shankar และ Murthy⁽⁷⁾ ซึ่งพบว่า สารน้ำมันระเหยที่ได้จากขมิ้นชันสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียได้หลายชนิด นอกจากนี้ Yegnanarayana และคณะ⁽⁸⁾ ศึกษาพบว่า ขมิ้นชันสามารถลดการอักเสบและบวมในหนูทดลอง

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้ทำการศึกษาฤทธิ์ด้านการอักเสบของขมิ้นชันที่บริเวณอุ้งเท้าหนู⁽⁹⁾ โดยให้น้ำขมิ้นชันสดทางช่องท้องแก่หนูขาวในขนาด 250, 500, 1,000 และ 2,000 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม หรือสกัดด้วยแอลกอฮอล์ 95% ในขนาด 270, 540 และ 1,350 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ทางปากหรือทางช่องท้อง พบว่าสามารถลดการบวมที่ทำได้เป็นอย่างดีสำคัญทางสถิติ

ฤทธิ์ด้านการอักเสบของขมิ้นชันนี้ ยังพบในผลการศึกษาของบุคคลอื่น ๆ อีกหลายราย⁽¹⁰⁻¹²⁾ รวมทั้งฤทธิ์ในการยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อโรคชนิดต่างๆ^(12,13)

แม้จะไม่มีหลักฐานทางเภสัชวิทยาว่า ขมิ้นชันสามารถจัดสิ่งอุดตันของสิวก แต่การศึกษาครั้งนี้พบว่าสิวกที่ไม่มีการอักเสบก็ยุบตัวได้เร็วขึ้นเช่นกัน แสดงว่า

ขมิ้นชันน่าจะมีส่วนช่วยหลอมหรือขับสิ่งอุดตันในลิวด์ ผลการศึกษานี้ แสดงได้ชัดเจนว่า ขมิ้นชันมีสรรพคุณในการรักษาสิวได้ ทั้งยังหาง่าย ราคาถูก การเตรียมไม่ยุ่งยาก ชาวบ้านรู้จักใช้กันมานาน แต่ที่ผ่านมายังขาดหลักฐานทางคลินิกมาสนับสนุน งานวิจัยครั้งนี้จึงเป็นเครื่องยืนยันสรรพคุณของขมิ้นชันในการรักษาสิวได้เป็นอย่างดี นับเป็นการสนับสนุนภูมิปัญญาพื้นบ้านในการนำสมุนไพรมาใช้รักษาโรคสนับสนุนการแพทย์แผนไทย หากมีการใช้กันอย่างแพร่หลายก็จะช่วยลดการนำเข้าผลิตภัณฑ์รักษาสิวจากต่างประเทศ ขมิ้นชันจึงเป็นทางเลือกอีกทางหนึ่งที่จะนำมาผลิตในเชิงพาณิชย์ให้เป็นยารักษาสิว ซึ่งจะมีราคาถูกเพราะสามารถหาซื้อวัตถุดิบคือขมิ้นชันได้ง่ายภายในประเทศ ทั้งยังจะเป็นการส่งเสริมอาชีพของเกษตรกรให้มีรายได้เพิ่มขึ้นจากการปลูกขมิ้นชัน

ไว้จำหน่าย สุดท้ายประโยชน์ที่ได้รับคือ การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติสมุนไพรไทยช่วงกาลนาน

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการศึกษาต่อไปว่า ขมิ้นชันมีฤทธิ์ในการป้องกันไม่ให้เกิดลิวด์หรือไม่ ถ้านำมาใช้ทาทุกวันเหมือนเช่นทาครีมบำรุงผิว

2. ดวรนนำขมิ้นชันมาผลิตเป็นยารักษาสิวในเชิงพาณิชย์ ทั้งในรูปแบบของยาหรือเครื่องสำอาง เพื่อให้ได้ยาที่มีราคาถูก เพราะวัตถุดิบคือขมิ้นชันหาได้ง่ายในประเทศไทย

3. ควรมีการสนับสนุนการปลูกสมุนไพร และส่งเสริมการศึกษาวิจัยทางคลินิก เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ให้กว้างขวาง

เอกสารอ้างอิง

1. สุรเกียรติ์ อาชานุกาพ. ตำราการตรวจรักษาโรคทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 2532:4-14.
2. ธาดา เปี่ยมพงศ์สานต์. เวชปฏิบัติโรคผิวหนัง, พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สันติประสิทธิ์การพิมพ์, 2535:2.
3. ประวิตร พิศาลบุตร. ผิวหนังสดใส, พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: โฮลิสติกพลัสลิซซิง, 2538:4-10.
4. Kligmam AM. An overview of acne. J Invest Dermatol 1974;62:268-287.
5. สิ้นธพ โฉมยา. สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน: ขมิ้นชัน. ขอนแก่น: คณะเภสัชศาสตร์, 2472:3-4.
6. พิชิต สุวรรณประกร. ตำรับยาและวิธีการรักษาโรคผิวหนัง, พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โพสต์พลัสลิซซิง จำกัด, 2528:169-193.
7. Shankar TWB, Murthy VS. The antibacterial efficacy of curcuma. Food Sci Technol 1978;15: 152.
8. Yegnanarayana R. The anti-inflammation of curcuma. Indian J Med Res 1976;64:601.
9. กองวิจัยและพัฒนาสมุนไพร. คู่มือสมุนไพรเพื่อการสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพมหานคร: Text and Journal Corporation Co Ltd, 2533:40-41.
10. Ammon HPT. Mechanism of anti-inflammatory actions of curcuma and boswellic acids. J Ethnopharmacol 1993;38:113-119.
11. Srimal RC. Pharmacology of diferuloyl methane (curcumin), a non-steroidal anti-inflammatory agent. J Pharm Pharmac 1973;25:447-452.
12. Herman PTA. Pharmacology of *Curcuma longa*. Planta Medica 1991;57:1-7.
13. Lutomoski VJ. Wirkung des athanolextraktes und akiver substanzen aus *Curcuma longa* auf bakterien und pilze. Planta Med 1974;26:9-18.