

ประโยชน์ของพืชสมุนไพรในน้ำอบไทย

The usefulness of herbs in Thai scented water (Nam-Ob-Thai)

ภญ. อรภา สกุลพาณิชย์[†]

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์เภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

เครื่องหอมดำรงอยู่กับคนไทยมาช้านานและเป็นภูมิปัญญาไทยที่มีประโยชน์ยิ่งสำหรับเมืองร้อนอย่างประเทศไทย เครื่องหอมน้ำอบ น้ำปรุง นำมาใช้ประพรมหรือทาตามร่างกาย เพื่อให้เกิดกลิ่นหอม รัญจวน หรือเย็นสดชื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันที่มีอากาศร้อน เช่น ในช่วงวันสงกรานต์ ซึ่งเครื่องหอมที่สำคัญจะขาดเสียมิได้และต้องนำมาใช้ในพิธีสงฆ์หรือรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ คือ “น้ำอบไทย”

น้ำอบไทย หมายถึง น้ำที่ปรุงด้วยเครื่องหอมแล้วอบด้วยควันกำยานหรือเทียนอบ¹ ในกระบวนการทำน้ำอบไทยนั้นใช้พฤกษวัตถุที่มีกลิ่นหอม ได้แก่

เปลือกชั้นในของต้นชะลูด (*Alyxia reinwardtii* Blume วงศ์ Apocynaceae) มีกลิ่นหอมชุ่มชื้นเนื่องจากมีสารกลุ่มคูมาริน (Coumarins) สารกลุ่มนี้เป็นสารที่ให้กลิ่นหอมมักนำมาใช้แต่งกลิ่นหรือผสมในตำรับน้ำหอมและเครื่องสำอาง

ใบเตยหอม (*Pandanus amaryllifolius* Roxb. วงศ์ Pandanaceae) มีกลิ่นหอมมักนำไปใช้ในการแต่งกลิ่นและสี² สารสำคัญที่ให้กลิ่นหอม คือ สาร 2-acetyl-1-pyrroline³⁻⁵ และเป็นที่น่าสนใจว่า สารสกัดจากใบเตยหอมมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ⁶ ที่มีความคงทนต่อความร้อน (Heat-stable antioxidant property)⁷

ผิวมะกรูด (*Citrus hystrix* วงศ์ Rutaceae) มีน้ำมันหอมระเหยซึ่งประกอบไปด้วยสารสารเบตา-ไพเนน (β -pinene) และสารลิโมนีน (Limonene) ใช้แต่งกลิ่นเครื่องหอม² น้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดมีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อก่อสิ่ว *Propionibacterium acnes* (*P. acnes*) และฤทธิ์ต้านการอักเสบ⁸

กำยาน (Benzoin) เช่น กำยานสุมาตรา (Sumatra benzoin) และกำยานญวนหรือกำยานหลวงพระบาง (Siam benzoin) เป็นชันน้ำมัน (Oleo-resin) ที่ได้จากพืชสกุล *Styrax* วงศ์ Styracaceae เมื่อเผากำยานแล้วจะให้กลิ่นหอมจึงมีการนำกำยานมาใช้เป็นเครื่องร่ำในการทำน้ำอบไทย² โดยเฉพาะอย่างยิ่งกำยานหลวงพระบางมีกลิ่นหอมหวาน (Sweet-balsamic odour) มากกว่ากำยานสุมาตราที่มีกลิ่นฉุน (Strong styrax-like odour) เนื่องจากกำยานหลวงพระบางประกอบด้วยสารวานิลลิน (Vanillin) และองค์ประกอบทางเคมีหลักของกำยานหลวงพระบาง คือ สารโคนิเฟอร์ิล เบนโซเอต (Coniferyl benzoate) ซึ่งพบได้ประมาณร้อยละ 60-70 และกรดกำยานอิสระ (Benzoic acid) ในขณะที่กำยานสุมาตราประกอบด้วยกรดซินนามิก (Cinnamic acid) และเอสเทอร์

[†] ติดต่อ E-mail: aurapa.sak@gmail.com

(Ester) ของกรดทั้งสอง เช่น สาร *p-coumaryl cinnamate* และสาร *cinnamyl cinnamate* เป็นส่วนใหญ่^{2,9} กายาน มีประโยชน์ในอุตสาหกรรมน้ำหอม คือ เป็นสารให้คงกลิ่น (Fixative agent) และสารถนอม (Preservative agent) ในตำรับน้ำหอม

พิมเสน (Borneol) เป็นเกลือมีสีขาว มีกลิ่นหอมเย็นและฉุน มีสรรพคุณกระตุ้นการหายใจ กระตุ้นสมอง บำรุงหัวใจ เป็นยาระงับความกระวนกระวาย ทำให้ห้วงซึม แต่ถ้าใช้มากเกินไปทำให้คลื่นไส้อาเจียน ความจำสับสน²

น้ำมันหอมระเหยจากดอกมะลิ น้ำมันหอมระเหยจากดอกกุหลาบ และน้ำมันหอมระเหยจากจันทน์ ประกอบไปด้วยสารในกลุ่มเทอร์พีนอยด์ (Terpenoids) น้ำมันหอมระเหยจากพืชชนิดต่างๆ เหล่านี้มีประโยชน์ ในสูคนบำบัด (Aromatherapy) หรือการบำบัดโดยใช้กลิ่น โดยกลิ่นหอมเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อระบบประสาท สมอง รวมถึงความจำและอารมณ์ ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย สงบ สดชื่น และจากรายงานการวิจัยพบว่า น้ำมันหอมระเหยที่สกัดจากพืชแต่ละชนิดมีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาซึ่งแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ฤทธิ์ทางชีวภาพหรือเภสัชวิทยาของน้ำมันหอมระเหยชนิดต่างๆ ในตำรับน้ำอบไทย

ชนิดของน้ำมันหอมระเหย	ฤทธิ์ทางชีวภาพ/เภสัชวิทยา
น้ำมันหอมระเหยจากดอกมะลิ (Jasmine oil) สกัดจากพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ <i>Jasminum sambac</i> L. วงศ์ Oleaceae	<ol style="list-style-type: none"> เมื่อสูดดมจะช่วยบรรเทาอาการซึมเศร้า ช่วยผ่อนคลายและทำให้อารมณ์ดีมีความสุข^{10, 11} เมื่อทาผิวหน้าจะทำให้ผิวหนังชุ่มชื้น¹⁰ เช่น บรรเทาอาการระคายเคือง ลดอาการปวดอย่างอ่อน^{10, 11} กระตุ้นทำงานของฮอร์โมนในเพศหญิงและส่งผลต่อการบีบตัวของมดลูก (Uterine)¹⁰ เมื่อใช้ร่วมกับการนวดตัวทำให้มีอัตราการหายใจ ความดันโลหิต ปริมาณออกซิเจนในเลือดมากขึ้น¹¹
น้ำมันหอมระเหยจากดอกกุหลาบ (Rose essential oil)	<ol style="list-style-type: none"> เมื่อสูดดมจะช่วยบรรเทาอาการปวดประจำเดือนแบบปฐมภูมิ (Primary dysmenorrhea)¹² ใช้ร่วมกับการนวดบริเวณท้องสามารถลดอาการปวดประจำเดือนแบบปฐมภูมิ
น้ำมันหอมระเหยจากดอกกระดังงา (Ylang-ylang oil) สกัดจากพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ <i>Cananga odorata</i> Hook. f. & Th. วงศ์ Annonaceae	<ol style="list-style-type: none"> เมื่อสูดดมพบว่า ช่วยทำให้รู้สึกสงบ ช่วยให้นอนหลับ¹³ ความดันโลหิตและอัตราการเต้นของหัวใจลดลง^{13, 14} การนวดด้วยน้ำมันหอมระเหยกระดังงาช่วยให้ผ่อนคลายสงบ ลดอาการวิตกกังวลและบรรเทาอาการซึมเศร้า ความดันโลหิตลดลงแต่อุณหภูมิบริเวณผิวหนังเพิ่มขึ้น^{14, 15} มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ¹⁶
น้ำมันหอมระเหยจากจันทน์ (Sandalwood oil) สกัดจากพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ <i>Santalum album</i> L. วงศ์ Santalaceae	<ol style="list-style-type: none"> ฤทธิ์ทำให้ห้วง¹⁷และคลายความกังวล ฤทธิ์ด้านการอักเสบ¹⁸ ฤทธิ์บรรเทาอาการผิวหนังอักเสบในผู้ป่วยโรคสะเก็ดเงิน¹⁹ ฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ไทโรซิเนส (Tyrosinase) และ โคลีนเอสเตอเรส (Cholinesterase)²⁰ ฤทธิ์ด้านเชื้อแบคทีเรีย²¹

ในสมัยโบราณน้ำอบไทยเป็นเครื่องประทีน โคมอย่างหนึ่ง โดยในตำรับน้ำอบไทยนั้นประกอบด้วยเป็้ง รำและกระแจะ กระแจะหรือตะนาว (*Naringi crenulata* (Roxb.) Nicolson วงศ์ Rutaceae) ในภาษาพม่าเรียกว่า Thanatka² เนื้อไม้และเปลือกไม้ของกระแจะถูกนำมาบดเป็นผงแล้วนำมาใช้ทาผิวหน้าเป็นเครื่องสำอาง

ปัจจุบันมีรายงานการวิจัยพบว่าในผงเนื้อไม้ของกระแจะมีสารกลุ่มแอลคาลอยด์ (Alkaloids) ได้แก่ สารอาร์บูติน (Arbutin) ซึ่งเป็นสารทำให้ผิวขาว (Skin-lightening agent)^{22, 23} และสารกลุ่มคูมาริน (Coumarins)²² นอกจากนี้กระแจะมีฤทธิ์ชะลอวัย (Anti-aging)²⁴ ฤทธิ์ป้องกันการเกิดสิว (Anti-acne)²⁴ ฤทธิ์ป้องกันแสงแดด (Sunscreen activity)²³⁻²⁵



รูปที่ 1 วัตถุดิบในการทำน้ำอบไทยได้แก่ ชะลูด ใบเตยหอม น้ำมันหอมระเหยชนิดต่างๆ พิมเสน แป้งรำ แป้งกระแจะ

จากข้อมูลข้างต้นพบว่า ประโยชน์ของพืชสมุนไพรในน้ำอบนอกจากจะเป็นเครื่องหอมที่ให้กลิ่นหอมเพื่อบำบัดจิตใจสร้างสุขและเย็นกายคลายร้อนได้ในยามอากาศร้อนอบอ้าวแล้วนั้น ยังมีคุณสมบัติเป็นเครื่องสำอางที่ช่วยประทินผิวด้วย ดังนั้น น้ำอบไทยถือเป็นมรดกทางภูมิปัญญาอันทรงคุณค่าที่อาศัยศาสตร์และศิลป์แห่งการปรุงกลิ่นและการเลือกใช้สมุนไพรของบรรพชน ที่อนุชนรุ่นหลังควรเรียนรู้และสืบทอดตลอดจนสืบสาน พัฒนา สร้างนวัตกรรมใหม่ๆ จากน้ำอบไทยเพื่อให้มรดกนี้ยังคงอยู่ต่อไป



รูปที่ 2 ผลิตภัณฑ์น้ำอบไทย ผลิตโดย คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
เนื่องในงานวันสงกรานต์คณะเภสัชศาสตร์ ประจำปี 2560

เอกสารอ้างอิง

1. สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. สืบค้นจาก: <http://www.royin.go.th/dictionary/>
2. ชัยนต์ พิเชษฐสุนทร, แม้นมาส ชาวลิต และวิเชษฐ์ จีรวงศ์. คำอธิบาย ตำราพระโอสถพระนารายณ์ ฉบับเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษามหาราชา 5 ธันวาคม พุทธศักราช 2542. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์และมูลนิธิภูมิปัญญา; 2548. 777 หน้า
3. Rayaguru K and Routray W. Effect of drying conditions on drying kinetics and quality of aromatic *Pandanus amaryllifolius* leaves. *J Food Sci Technol* 2010; 47(6): 668–673. doi: 10.1007/s13197-010-0114-1
4. Wongpornchai S, Sriseadka T, Choonvisase S. Identification and quantitation of the rice aroma compound, 2-Acetyl-1-pyrroline, in bread flowers (*Vallis glabra* Ktze). *J Agric Food Chem* 2003; 51(2): 457-462. doi: 10.1021/jf025856x
5. Wakte KV, Thengane RJ, Jawali N, Nadaf AB. Optimization of HS-SPME conditions for quantification of 2-acetyl-1-pyrroline and study of other volatiles in *Pandanus amaryllifolius* Roxb. *Food Chem* 2010; 121: 595–600. doi: 10.1016/j.foodchem.2009.12.056
6. Jimtaisong A and Krisdaphong P. Antioxidant activity of *Pandanus amaryllifolius* leaf and root extract and its application in topical emulsion. *Trop J Pharm Res* 2013; 12(3): 425-431.
7. Nor FM, Mohamed S, Idris NA, Ismail R. Antioxidative properties of *Pandanus amaryllifolius* leaf extracts in accelerated oxidation and deep frying studies. *Food Chem* 2008; 110(2): 319-327.
8. Lertsatitthanakorn P, Taweechaisupapong S, Aromdee C, Khunkitti W. In vitro bioactivities of essential oils used for acne control. *Int J Aromather* 2006; 16(1): 43-49. doi: 10.1016/j.ijat.2006.01.006
9. Burger P, Casale A, Kerdudo A, Michel T, Laville R, Chagnaud F, Fernandez X. New insights in the chemical composition of benzoin balsams. *Food Chem* 2016; 210: 613–622. doi: 10.1016/j.foodchem.2016.05.015
10. Holmes P. Jasmine – the queen of the night. *Int J Aromather*. 1998; 8(4): 8-12.
11. Hongratanaworakit T. Stimulating effect of aromatherapy massage with jasmine oil. *Nat Prod Commun* 2010; 5(1): 157-162.
12. Uysal M, Dogru HY, Sapmaz E, Tas U, Çakmak B, Özsoy AZ, Sahin F, Ayan S, Esen M. Investigating the effect of rose essential oil in patients with primary dysmenorrheal. *Complement Ther Clin Pract* 2016; 24: 45-49.
13. Jung D-J, Cha J-Y, Kim S-E, Ko I-G, Lee Y-S. Effects of ylang-ylang aroma on blood pressure and heartrate in healthy men. *J Exer Rehabil* 2013; 9(2): 250-255. doi: 10.12965/jer.130007
14. Hongratanaworakit T and Buchbauer G. Relaxing effect of ylang ylang oil on humans after transdermal absorption. *Phytother Res* 2006; 20: 758-763. doi: 10.1002/ptr.1950
15. Gnatta JR, Piason PP, Lopes C de L, Rogenski NMB, Silva MJ. Aromatherapy with ylang ylang for anxiety and self-esteem: a pilot study. *Rev Esc Enferm USP* 2014; 48(3): 492-499. doi: 10.1590/S0080-623420140000300015
16. Sacchetti G, Maietti S, Muzzoli M, Scaglianti M, Manfredini S, Radice M, Bruni R. Comparative evaluation of 11 essential oils of different origin as functional antioxidants, antiradicals and antimicrobials in foods. *Food Chem* 2005; 91(4): 621–632. doi: 10.1016/j.foodchem.2004.06.031
17. Satou T, Ogawa Y, Koike K. Relationship between emotional behavior in mice and the concentration of (+)- α -santalol in the brain. *Phytother Res* 2015; 29: 1246–1250. doi: 10.1002/ptr.5372
18. Sharma M, Levenson C, Bell RH, Anderson SA, Hudson JB, Collins CC, Cox ME. Suppression of lipopolysaccharide-stimulated cytokine/chemokine production in skin cells by sandalwood oils and purified α -santalol and β -santalol. *Phytother Res* 2014; 28: 925–932. doi: 10.1002/ptr.5080
19. Sharma M, Levenson C, Clements I, Castella P, Gebauer K, Cox ME. East indian sandalwood oil (EISO) alleviates inflammatory and proliferative pathologies of psoriasis. *Front Pharmacol* 2017; 8(125): 1-12. doi: 10.3389/fphar.2017.00125
20. Misra BB and Dey S. TLC-bioautographic evaluation of in vitro anti-tyrosinase and anti-cholinesterase potentials of sandalwood oil. *Nat Prod Commun* 2013; 8(2): 253-256.
21. Misra BB and Dey S. Comparative phytochemical analysis and antibacterial efficacy of in vitro and in vivo extracts from east indian sandalwood tree. *Lett Appl Microbiol* 2012; 55: 476-486. doi: 10.1111/lam.12005
22. Kanlayavattanukul M, Phrutivorapongkul A, Lourith N, Ruangrunsi N. Pharmacognostic Specification of *Naringi crenulata* stem wood. *J Health Res* 2009; 23(2): 65-69.
23. Lourith N, Kanlayavattanukul M, Pongpunyayuen S. Skin lightening agent from *Naringi crenulata*. *World Acad Sci Eng Technol* 2010; 46: 1022-1023.
24. Lourith N, Kanlayavattanukul M, Pongpunyayuen S. Botanical Arbutin from *Naringi crenulata*. In: Hayes LM, editor. *Cosmetics: Types, allergies and applications*. Nova Science Publishers Inc.; 2013, p.157-164.
25. Kanlayavattanukul M and Lourith N. Sunscreen liquid foundation containing *Naringi crenulata* powder. *Adv Mat Res* 2012; 506: 583-586.