

ขมิ้นชัน



ชื่อวิทยาศาสตร์	: <i>Curcuma longa</i> L. : <i>Curcuma domestica</i> Valetton
ชื่อภาษาอังกฤษ	: Turmeric
ชื่ออื่นๆ	: ขมิ้น ขมิ้นแกง ขมิ้นหยอก ขมิ้นหัว ขี้มัน ตายอ สะขอ หมิ้น
วงศ์	: ZINGIBERACEAE

ลักษณะพืช

เป็นไม้ล้มลุกอายุหลายปี สูง 30-90 ซม. เหง้าใต้ดินส่วนตรงกลางมีขนาดใหญ่รูปไข่ มีแขนงแตกออกด้านข้าง 2 ด้าน ตรงข้ามกันคล้ายนิ้วมือ เนื้อในเหง้าสีเหลืองเข้ม มีกลิ่นหอม ใบเดี่ยวแทงออกจากเหง้า เรียงเป็นวงซ้อนทับกัน รูปใบหอก กว้าง 12-15 ซม. ยาว 30 ซม. ดอกช่อแทงออกจากเหง้า แทรกขึ้นมาระหว่างก้านใบรูปทรงกระบอก กลีบดอกสีเหลืองอ่อน บานครั้งละ 3-4 ดอก ผลเป็นผลแห้ง รูปกลมมี 3 พู

การปลูกและขยายพันธุ์

ปลูกโดยใช้เหง้า พันธุ์ที่นิยมปลูกมี 2 ลักษณะ คือ **ขมิ้นสีทอง** มีสีเหลืองจัด และ**ขมิ้นด่าง** ลักษณะการแผ่ของหัวจะคล้ายด่าง การปลูกขมิ้นชันไถพรวนดินให้ร่วนซุย ตากดินไว้ 1-2 สัปดาห์เพื่อทำลายไข่แมลง และเชื้อโรคในดิน ในกรณีที่พื้นที่ปลูกระบายน้ำได้ดีไม่ต้องยกร่อง ถ้าเป็นที่ลุ่มควรยกร่องกว้าง 100-150 ซม. สูง 15-20 ซม. เว้นทางเดิน 50 ซม. ปลูกในต้นฤดูฝน ระยะปลูก 50x70 ซม. ขุดหลุมลึก 15 ซม. นำหัวที่เตรียมไว้ฝังกลบ ไม่ควรใช้สารเคมีกำจัดวัชพืช เก็บเกี่ยวเมื่ออายุ 9-11 เดือน ช่วงที่เก็บเกี่ยวประมาณเดือนธันวาคม-กุมภาพันธ์ ไม่ควรเก็บเกี่ยวในระยะเริ่มแตกหน่อเพราะสารสำคัญต่ำ

การใช้ประโยชน์

การใช้ประโยชน์ทางยา

เหง้า : เหง้ารสฝาดหวานเย็น แก้ไข้เรื้อรัง ผอมเหลือง แก้โรคผิวหนัง แก้เสมหะและโลหิต แก้ท้องร่วง สมานแผล แก้ธาตุพิการ ขับผายลม แก้ผื่นคัน ขับกลิ่น และสิ่งสกปรกในร่างกาย
กุมธาตุ หยอดตาแก้ตาบวม ตาแดง น้ำคั้นจากเหง้าสดทาแก้แผลถลอก แก้โรคผิวหนังผื่นคัน ลดการอักเสบ ทำให้ผิวหนังนุ่มฟู ฟอง นำมาอัดเม็ดทำเป็นยารักษาท้องอืดเพื่อ ธาตุพิการ อาหารไม่ย่อย ภาวะอาหารอ่อนแอ รักษาแผลในภาวะอาหาร แก้ท้องร่วง แก้บิด

ผงขมิ้น : (นำเหง้าแห้งมาบดเป็นผง) นำมาเกี่ยวกับน้ำมันพืช ทำน้ำมันใส่แผลสด

ขมิ้นสด : (ใช้เหง้าสดล้างให้สะอาด) ตำกับดินประสิวเล็กน้อย ผสมน้ำปูนใส พอกบาดแผลและแก้เคล็ดขัดยอก เผาไฟ ตำกับน้ำปูนใส รับประทานแก้ท้องร่วง แก้บิด

ตำรับยา

การใช้ขมิ้นรักษาอาการแน่นจุกเสียด อาหารไม่ย่อย เป็นข้อบ่งชี้เดียวที่มีรายงานการวิจัยทางคลินิกที่เป็นที่ยอมรับขององค์การอนามัยโลก และคณะกรรมการแห่งชาติด้านยา

- รับประทานผงขมิ้นชั้นในขนาด 1.5-4 กรัม/วัน แบ่งให้วันละ 3-4 ครั้ง หลังอาหาร และก่อนนอน

- ใช้ผงขมิ้นชั้นผสมน้ำผึ้งปั้นเป็นยาลูกกลอน รับประทานหลังอาหารและก่อนนอน ครั้งละ 3-5 เม็ด วันละ 3 เวลา

การใช้ขมิ้นรักษาอาการท้องเสีย

- ใช้ผงขมิ้นชั้นผสมน้ำผึ้งปั้นเป็นยาลูกกลอนรับประทานหลังอาหารและก่อนนอน ครั้งละ 3-5 เม็ด วันละ 3 เวลา

การใช้ขมิ้นรักษาแผล แผลงัดต่อ

- ใช้ผงขมิ้นชั้น 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำมันมะพร้าว หรือน้ำมันหมู 2-3 ช้อนโต๊ะ เคี่ยวด้วยไฟอ่อนๆ จนจนน้ำมันกลายเป็นสีเหลือง ใช้น้ำมันที่ได้ใส่แผล

- นำขมิ้นชั้นมาล้างให้สะอาด แล้วตำจนละเอียดคั้นเอาน้ำใส่แผล

- เอาขมิ้นชั้นผสมกับน้ำปูนใสเล็กน้อย และผสมสารส้มหรือดินประสิว พอกบริเวณที่เป็นแผล และแก้เคล็ดขัดยอก

การใช้ขมิ้นรักษากลาก เกื้อน

- ผสมขมิ้นกับน้ำ แล้วทาบริเวณที่เป็นกลากเกื้อน 2 ครั้งต่อวัน

การใช้ขมิ้นชั้นในการป้องกันกำจัดศัตรูพืช

- ขมิ้นชั้นแห้งครึ่งกิโลกรัม ตำให้ละเอียด หมักในน้ำ 2 ลิตร ทั้งค้ำกั้น กรองเอาน้ำ ผสมน้ำอีก 2 ลิตร ใช้ฉีดพ่นแปลงผัก ป้องกันหนอนใยผัก หนอนกระทู้ผัก และหนอนผีเสื้อทั่วไป

สารสำคัญ

เหง้าขมิ้นชันประกอบด้วยน้ำมันหอมระเหย (volatile oil) มีสีเหลืองอ่อน มีสารสำคัญคือเทอร์เมอร์โอน (turmerone) และซิงจีเบอร์ิน (zingiberene) นอกจากนี้ยังมีสารกลุ่ม เซสควิเทอร์ปีน (sesquiterpenes) และโมนอเตอร์ปีน (monoterpenes) อื่นๆ อีกหลายชนิด และสารสำคัญประเภทเคอร์คูมินอยด์ (curcuminoids) เป็นสารสีเหลือง ประกอบด้วยเคอร์คูมิน (curcumin) เดสเมทอกซีเคอร์คูมิน (desmethoxycurcumin) บิสเดสเมทอกซีเคอร์คูมิน (bisdesmethoxycurcumin)

สารสำคัญออกฤทธิ์ที่สำคัญของขมิ้นชัน ได้แก่ สารเคอร์คูมินอยด์ (curcuminoids) และสารเคอร์คูมิน (curcumin) มีรายงานว่า สารเคอร์คูมินอยด์ (curcuminoids) เป็นสารต้านอนุมูลอิสระด้วย สารเคอร์คูมินสามารถลดการสร้างปัจจัยการเจริญเติบโต (growth factors) จากเซลล์เนื้องอกได้ และสามารถทำให้เกิดการตายของเซลล์มะเร็ง ทำให้สารต้านมะเร็งที่มีประสิทธิภาพ สารเคอร์คูมินมีสรรพคุณหลากหลาย รวมทั้งการต้านไวรัส ลดการอักเสบ บรรเทาอาการปวดบวม แก้ปวดบวมข้อ และลดระดับคอเลสเตอรอลโดยการเร่งการผลิตและส่งออกจากรับไปสู่ลำไส้เล็กพร้อมกับน้ำดี ช่วยใช้ฮอร์โมนอินซูลินย่อยสลายน้ำตาล จึงช่วยผู้ป่วยเบาหวานควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้

การตลาด

ผลิตภัณฑ์ขมิ้นชันที่เป็นที่ต้องการของตลาด ได้แก่

1. เหง้าแห้งสำหรับผลิตยา ผลิตเครื่องเทศ และเป็นวัตถุดิบสำหรับสกัด (curcuminoids) หรือทำลูกประคบ
2. สารสกัด curcuminoids
3. น้ำมันหอมระเหย (turmeric oil)
4. ผงขมิ้นในรูปแบบของเครื่องเทศ
5. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เช่น แคปซูลสารสกัด curcuminoids
6. เครื่องสำอางผสมขมิ้น ผงขัดตัว ขัดหน้า (body & facial scrub) ดินสอพองผสมขมิ้น โลชั่น
7. ยา
 - 7.1 ยาใช้ภายใน เช่น แคปซูลขมิ้นชัน
 - 7.2 ยาใช้ภายนอก เช่น ครีมขมิ้นชันแก้สิว
 - 7.3 ยากันยุง

ประเทศที่ส่งออกขมิ้นชันรายใหญ่ที่สุดในโลก คือ อินเดีย