

สมุนไพรรักษาภาวะต่อมลูกหมากโต

Normal Prostate Enlarged Prostate

ภญ.กฤติยา ไชยนอก
สำนักงานข้อมูลสมุนไพรร คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

สรรพคุณ
ผลช่วยขับปัสสาวะ บรรเทาอาการ
อักเสบในทางเดินปัสสาวะ

การใช้พื้นบ้าน
ผลแก่แห้งขนาด 2.88 ก./วัน
liposterolic extract หรือ saw
palmetto extract (SPE)
ขนาด 320 มก./วัน

สารสำคัญ
fatty acids (oleic, caprylic, myristic,
lauric, stearic, palmitic, linoleic
acids), phytosterols (β -sitosterol),
flavonoids

ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- ต้าน androgen
- ยับยั้งเอนไซม์ 5 α -reductase จึงลดปริมาณ DHT ในต่อมลูกหมาก
- ยับยั้งการจับของ DHT กับ androgen receptor ในต่อมลูกหมาก
- ยับยั้ง α -adrenergic receptor ทำให้กล้ามเนื้อเรียบของต่อมลูกหมากคลายตัว
- ต้านการอักเสบ
- กระตุ้นการตายแบบ apoptosis ของเซลล์ในต่อมลูกหมาก

ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- สารสกัด SPE ที่มี fatty acids 90% ขนาด 160 มก. วันละ 2 ครั้ง ให้ผลดีกับภาวะต่อมลูกหมากโตในระดับไม่รุนแรงถึงระดับปานกลาง แต่จะให้ผลไม่ค่อยดีในระดับรุนแรงหรือภาวะที่มีอาการปัสสาวะไม่อย่างออกรุนแรง ซึ่งการใช้ต้องอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์
- การศึกษาในผู้ป่วย LUTS + BPH ที่รับประทาน SPE ขนาด 160 มก. วันละ 2 ครั้ง นาน 6 เดือน พบว่าอาการดีขึ้น
- การเปรียบเทียบระหว่าง SPE ขนาด 320 มก. กับยา finasteride ขนาด 5 มก. พบว่ามีประสิทธิภาพใกล้เคียงกัน แต่ยา finasteride จะทำให้การไหลของปัสสาวะดีกว่า

ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- การรวบรวมรายงานการวิจัยทางคลินิกจำนวนหนึ่งระบุว่า SPE ให้ผลดีกว่ายา finasteride ทั้งส่วนของอาการที่ลดลง คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ปัสสาวะไหลได้ดีขึ้น การปัสสาวะบ่อยในตอนกลางคืนและการปัสสาวะลำบากลดลง โดยไม่มีผลต่อค่า PSA และฮอร์โมนต่างๆ แต่มีบางการทดลองระบุว่าไม่ได้ผล
- การใช้ SPE ร่วมกับสาร astaxanthin ทำให้ประสิทธิภาพในการยับยั้งเอนไซม์ 5 α -reductase ดีขึ้น และ การใช้ SPE + ยา tamsulosin หรือ SPE + สารไลโคพีน + ซีลีเนียม + ยา tamsulosin สามารถเพิ่มอัตราการไหลของปัสสาวะและลดอาการต่างๆ ของภาวะต่อมลูกหมากโตได้

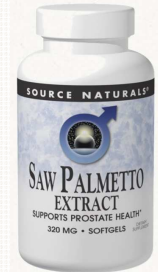
ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

อาการข้างเคียง

- ปวดหัว
- ความต้องการทางเพศลดลง
- มีปัญหาเรื่องการหลั่งน้ำกาม
- คลื่นไส้ อาเจียน และท้องเสีย
- ทำให้เกิด bleeding
- ทำให้เกิดภาวะตับอักเสบและตับอ่อนอักเสบ



ปาล์มใบเลื่อย (*Serenoa repens*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

ตับและตับอ่อนอักเสบ

- มีรายงานการเกิดภาวะตับและตับอ่อนอักเสบในชายวัย 55 ปี ซึ่งใช้ SPE มาเป็นเวลา 4 ปี
- พบภาวะตับอ่อนอักเสบเฉียบพลันในชายวัย 65 ปี ที่ใช้ SPE ขนาด 160 มก. วันละ 2 ครั้งมานาน 1 สัปดาห์ เพื่อรักษาอาการปัสสาวะลำบาก
- พบภาวะตับถูกทำลายในชายวัย 58 ปี ที่ใช้สารสกัดแห้งของ SPE ขนาด 900 มก./วัน

Bleeding

- แม้จะมีรายงานการเกิด bleeding จากการใช้ SPE แต่ยังไม่มียาที่รายงานว่า SPE เกิดปฏิกิริยากับยาต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด แต่พบค่า bleeding time เพิ่มขึ้นเมื่อใช้ร่วมกับยาด้านอักเสบชนิดยับยั้ง COX-2 และยา aspirin



ปาล์มขวด (*Roystonea regia* Cook)

สรรพคุณ

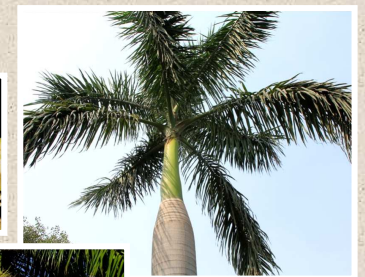
ผลใช้เป็นอาหารสัตว์ ยอดอ่อนรสชาติคล้ายยอดมะพร้าวทานได้ รากใช้เป็นยาขับปัสสาวะ

การใช้พื้นบ้าน

ไม่มีข้อมูลการใช้ส่วนผลแบบพื้นบ้าน

สารสำคัญ

fatty acids ที่พบส่วนใหญ่คือ oleic, lauric, palmitic, myristic acids (รวมเรียกว่า D-004) และที่พบเล็กน้อยคือ caprylic, capric, palmitoleic, stearic, linoleic และ linolenic acids



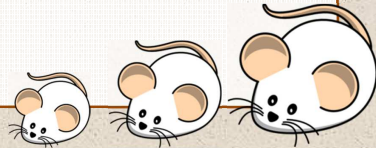
ปาล์มขวด (*Roystonea regia* Cook)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- ยับยั้งเอนไซม์ 5α -reductase
- ทำให้ระดับของ testosterone ลดลง
- ยับยั้ง $\alpha 1$ -adrenoceptor
- ลดขนาดของต่อมลูกหมากที่โตขึ้น
- ต้านอนุมูลอิสระ
- บรรเทาอาการซึมเศร้า



ปาล์มขวด (*Roystonea regia* Cook)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

- การทดสอบเปรียบเทียบ D-004 กับ SPE และยา tamsulosin พบว่า D-004 มีประสิทธิภาพดีกว่า SPE แต่น้อยกว่ายา tamsulosin
- การทดสอบให้ D-004 + tamsulosin พบว่าประสิทธิภาพดีกว่าการใช้ยา tamsulosin เพียงอย่างเดียว

การศึกษาความเป็นพิษ

- ให้หนูแรทกิน D-004 ขนาด 500-1500 มก./กก./วัน นาน 24 เดือน และขนาด 800-2000 มก./กก./วัน นาน 12 เดือน ไม่พบความเป็นพิษ และไม่พบความเป็นพิษ ต่อยีนเมื่อให้ในขนาด 1000 มก./กก./วัน



ปาล์มขวด (*Roystonea regia* Cook)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

การศึกษาทางคลินิกโดยให้ผู้ป่วยที่มีภาวะต่อมลูกหมากโตระดับปานกลาง โดยให้รับประทาน D-004 ขนาด 320 มก./วัน นาน 2 - 4 เดือน พบว่าผู้ป่วยมีอาการดีขึ้นและสามารถทนต่อยาได้ดี และมีประสิทธิภาพดีกว่า SPE เมื่อให้ในขนาดที่เท่ากันด้วย สำหรับอาการข้างเคียงจากการใช้ยังไม่มีรายงาน



มะเขือเทศ (*Lycopersicon esculentum* Mill.)

สรรพคุณ

ผลและน้ำคั้น ล้างสารพิษ ห้ามเลือด ลดไขมัน น้ำน้ำตาล นวัตกรรม ลดไขมัน ช่วยระบาย เป็นแหล่งวิตามิน A, B, C, E และ โฟลทาเซียม

การใช้พื้นบ้าน

รับประทานผลสดหรือผลที่ผ่านการปรุงสุก

สารสำคัญ

Lycopene เป็นคาโรทีนอยด์ชนิดหนึ่ง



มะเขือเทศ (*Lycopersicon esculentum* Mill.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- ยับยั้งการแบ่งตัวของเซลล์ต่อมลูกหมาก
- ยับยั้งการทำงานของเอนไซม์ 5 α -reductase
- ยับยั้งการสร้าง androgen receptor
- ลดค่า PSA ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้การเกิดความผิดปกติของต่อมลูกหมาก
- ต้านอนุมูลอิสระ
- ชะลอความแก่
- ต้านอักเสบ
- ลดระดับไขมันและน้ำตาลในเลือด
- ต้านมะเร็งหลายชนิด



มะเขือเทศ (*Lycopersicon esculentum* Mill.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- ผู้ป่วยที่รับประทานสารไลโคพีนในขนาด 15 มก./วัน นาน 6 เดือน มีค่า PSA ลดลง และขนาดของต่อมลูกหมากไม่ใหญ่ขึ้น เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ได้รับยาหลอก
- การศึกษาทางระบาดวิทยาพบว่า การบริโภคอาหารที่อุดมไปด้วยสารไลโคพีนอย่างมะเขือเทศ สามารถลดความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งต่อมลูกหมากรวมทั้งช่วยลดขนาดและยับยั้งการลุกลามของเซลล์มะเร็งดังกล่าวได้



มะเขือเทศ (*Lycopersicon esculentum* Mill.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา

- การศึกษาความเป็นพิษพบว่ามะเขือเทศมีความปลอดภัยค่อนข้างสูง และไม่มีการรายงานความเป็นพิษของการบริโภคมะเขือเทศในรูปแบบของอาหาร (ค่า LD₅₀ ของสารไลโคพีนในสัตว์ทดลองคือ >5,000 มก./กก.)
- หากรับประทานมากเกินไปจะทำให้ผิวหนังมีสีเหลืองส้ม และจะหายไปเมื่อหยุดรับประทาน
- ในรายที่แพ้มะเขือเทศ อาจทำให้เกิดอาการท้องเสีย คลื่นไส้ ปวดท้อง หรือไม่ย่อยอาหารได้



มะเขือเทศ (*Lycopersicon esculentum* Mill.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา

ในมะเขือเทศ 100 ก. จะมีสารไลโคพีนประมาณ 0.8-4 ก. ปริมาณของไลโคพีนเรียงลำดับจากน้อยไปมากคือ มะเขือเทศสด < มะเขือเทศปรุงสุก < ซุปมะเขือเทศเข้มข้น < น้ำมันมะเขือเทศ < ซอสมะเขือเทศ < มะเขือเทศผง < ผลิตภัณฑ์มะเขือเทศเข้มข้น



ผักข่า (*Momordica cochinchinensis* (Lour.) Spreng.)

ผักข่า หรือ Gac เป็นพืชอีกชนิดหนึ่งที่มีสารไลโคพีนสูง ซึ่งน่าจะเป็นประโยชน์ในการนำมาใช้เพื่อบรรเทาและป้องกันภาวะต่อมลูกหมากโต รวมทั้งลดความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งต่อมลูกหมาก

การศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ เพิ่มภูมิคุ้มกันต้านทาน การอักเสบ และต้านเซลล์มะเร็ง แต่ยังเป็นเพียงการวิจัยในหลอดทดลองและสัตว์ทดลอง



ฟักทองข่าเจ้า (*Cucurbita pepo* L.)

สรรพคุณ

เมล็ด ผ่าพยาธิ ขับปัสสาวะ

การใช้พื้นบ้าน

รับประทานเมล็ด 1/2 ถ้วย/วัน

สารสำคัญ

α -tocopherol, proteins, carbohydrates, fatty acids (palmitic, stearic, oleic, linoleic), non-essential amino acids (cucurbitine) และ Δ 5-, Δ 7- และ Δ 8-phytosterols (sitosterol, stigmasterol)



ฟักทองข่าเจ้า (*Cucurbita pepo* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- สาร Δ 7-sterols สามารถแย่งจับ receptor ของ DHT ได้
- เมล็ดฟักทองสามารถยับยั้งการเพิ่มน้ำหนักของต่อมลูกหมาก
- เมล็ดฟักทองยับยั้งการสร้างโปรตีนและการเจริญเติบโตของเนื้อเยื่อที่ผิดปกติ
- เมล็ดฟักทองทำให้กระเพาะปัสสาวะและท่อปัสสาวะทำงานดีขึ้น ทั้งการบีบและการคลายตัวของหูรูด
- น้ำมันจากเมล็ดฟักทองมีฤทธิ์ยับยั้งเอนไซม์ 5 α -reductase



ฟักทองข่าเจ้า (*Cucurbita pepo* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- การรับประทานสารสกัดจากเมล็ดฟักทองขนาด 500 มก.สามารถลดอาการของต่อมลูกหมากโต
- เมล็ดฟักทองขนาด 320 มก./วัน + SPE ขนาด 320 มก./วัน ทำให้อาการจากภาวะต่อมลูกหมากโตดีขึ้น ทำให้การไหลของปัสสาวะดีขึ้น แต่ไม่มีผลต่อขนาดของต่อมลูกหมาก
- อาการข้างเคียงที่พบ คือ อาหารไม่ย่อย ท้องเสีย สูญเสียเกลือแร่เนื่องจากมีฤทธิ์ขับปัสสาวะ และทำให้ค่า INR เปลี่ยนแปลง จึงควรหลีกเลี่ยงการรับประทานยาต้านการเกาะกลุ่มของเกล็ดเลือด



ข้าวไรย์ (*Secale cereal L.*)

สรรพคุณ

การใช้พื้นบ้าน

ไม่มีข้อมูลการใช้แบบพื้นบ้าน
ใช้ในรูปแบบของสารสกัดที่ได้จาก
ละอองเกสร

สารสำคัญ

proteins, carbohydrates,
vitamins, minerals และ
 β -sterols



ข้าวไรย์ (*Secale cereal L.*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- คลายกล้ามเนื้อเรียบบริเวณท่อปัสสาวะ
- เพิ่มระดับ Zn ในเลือดและต่อมลูกหมาก
- เพิ่มการบีบตัวให้กระเพาะปัสสาวะ
- ยับยั้ง α -adrenergic receptor
- เพิ่มการตายของเซลล์ในต่อมลูกหมาก
- ต้านการอักเสบ
- ยับยั้งเอนไซม์ 5α -reductase
- ชะลอการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็งต่อมลูกหมาก



ข้าวไรย์ (*Secale cereal L.*)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- สารสกัดขนาด 750 มก. ช่วยบรรเทาอาการของภาวะต่อมลูกหมากโตได้ แต่ประสิทธิภาพในการลดขนาดต่อมลูกหมากยังสู้ยาแผนปัจจุบันไม่ได้
- ยังไม่พบอาการข้างเคียงในคนปกติ แต่สำหรับผู้ที่มีแพ้ละอองเกสรควรหลีกเลี่ยงเนื่องจากอาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้



ตำแย (*Urtica dioica L.*)

สรรพคุณ

การใช้พื้นบ้าน

ไม่มีข้อมูลการใช้แบบพื้นบ้าน
ใช้ในรูปแบบของสารสกัดจากราก

สารสำคัญ

สารในกลุ่ม lectines, polysaccharides,
hydroxycoumarins, ceramides,
lignans, sterols, phenols,
monoterpene diols, fatty triterpene
และ phenylpropane



ตำแย (*Urtica dioica* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

หลอดทดลองและสัตว์ทดลอง

- สาร lignans ยับยั้งการจับของ sex hormone binding globulin (SHBG) กับ receptor ที่เซลล์ของต่อมลูกหมาก
- สาร lectines และ polysaccharides ยับยั้งการจับของ epidermal growth factor กับ receptor ที่เซลล์ของต่อมลูกหมาก
- สารสกัดและสาร lectines มีฤทธิ์ต้านการอักเสบ และยับยั้งการแบ่งตัวของต่อมลูกหมาก คาดว่าเกิดจากการยับยั้งเอนไซม์ 5 α -reductase



ตำแย (*Urtica dioica* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- การรับประทานสารสกัดน้ำจากส่วนรากขนาด 120 มก. วันละ 3 ครั้ง นาน 6 เดือน ช่วยให้อาการต่าง ๆ จากภาวะต่อมลูกหมากโตรวมทั้งคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น ขนาดของต่อมลูกหมากลดลง ซึ่งผลดังกล่าวคงอยู่ถึง 18 เดือน แต่ไม่มีผลต่อระดับของ PSA และ testosterone
- การใช้ SPE ขนาด 160 มก. + สารสกัดรากตำแย 120 มก. วันละ 2 ครั้ง นาน 6 เดือน ในผู้ป่วยที่มีอาการระดับปานกลาง และระดับรุนแรง พบว่าให้ผลดีกว่ายาหลอก ในแง่ของฤทธิ์ต้านการอักเสบ และอาการปัสสาวะขัด

ตำแย (*Urtica dioica* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- การใช้ SPE ขนาด 160 มก. + สารสกัดรากตำแย 120 มก. เทียบกับยา tamsulosin ขนาด 0.4 มก./วัน นาน 15 เดือน ในผู้ป่วยต่อมลูกหมากโต พบว่ามีประสิทธิภาพดีพอ ๆ กัน และผู้ป่วยทนยาได้ดี
- บางการทดลองระบุว่า แม้การใช้ SPE + สารสกัดรากตำแยจะสามารถเพิ่มการไหลของปัสสาวะและทำให้อาการที่เกี่ยวข้องกับกระเพาะปัสสาวะดีขึ้น แต่กลับไม่มีผลต่อขนาดของต่อมลูกหมากเลย



ตำแย (*Urtica dioica* L.)

ต่อ

การศึกษาฤทธิ์บรรเทาต่อมลูกหมากโต

การทดลองทางคลินิก

- อาการข้างเคียงที่พบมีเพียงเล็กน้อย เช่น ท้องเสีย ทางเดินหายใจผิดปกติ แต่ไม่ต่างจากกลุ่มที่ได้รับยาหลอก
- ตำแยมีสารแทนนิน ซึ่งสามารถลดการดูดซึมธาตุเหล็กได้ ดังนั้นหากต้องการใช้ร่วมกัน ควรรับประทานห่างกันอย่างน้อย 2 ชั่วโมง





...ขอบคุณค่ะ...