

นิพนธ์ฉบับ

กลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนและตำรับยาสมุนไพรที่ใช้รักษา ซึ่งระบุในคัมภีร์มหาโชตรัต

กชนิภา สุทธิบุตร*, อรุณพร อธิรัตน์***, เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย***

บทคัดย่อ

- บทนำ:** คัมภีร์มหาโชตรัต เป็นคัมภีร์การแพทย์แผนไทยในตำราแพทยศาสตร์สงเคราะห์ กล่าวถึงลักษณะอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นก่อนการมีประจำเดือน ลักษณะอาการที่ระบุในคัมภีร์คล้ายกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (Premenstrual syndrome) ของการแพทย์แผนปัจจุบัน ศาสตร์การแพทย์แผนไทยจะรักษาตามสมุฏฐานของการเกิดโรค และ ตำรับยาในคัมภีร์การแพทย์แผนไทยมีหลากหลายให้เลือกใช้แก้กลุ่มอาการผิดปกติที่มีสมุฏฐานการเกิดโรคต่างกัน ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ลักษณะอาการผิดปกติที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือนและโครงสร้างตำรับยาที่ใช้ในการรักษาอาการที่ผิดปกติก่อนมีประจำเดือนในคัมภีร์การแพทย์แผนไทย
- วิธีการศึกษา:** การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary research) โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์แพทย์แผนไทย พร้อมกันรวบรวมข้อมูลของกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน ตำรับยาที่ใช้ในการรักษา และนำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่พร้อมกับวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวคิดเภสัชกรรมไทย
- ผลการศึกษา:** การวิจัยครั้งนี้ได้รวมข้อมูลจากตำรา 4 เล่ม พบว่ากลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน ที่พบในคัมภีร์มหาโชตรัตสามารถแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 คือ โลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ ลักษณะอาการจะแสดงออกตามความผิดปกติของธาตุนั้น ๆ โดยมีธาตุลมและ/หรือ ธาตุไฟเป็นเหตุให้เกิดการแปรปรวน และไม่พบลักษณะผิดปกติของเลือดประจำเดือน กลุ่มที่ 2 คือ โลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 เกิดจากความผิดปกติของกองธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ โดยมีอาการผิดปกติของธาตุที่มากกว่ากลุ่มอาการโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ ระยะเวลาในการเกิดอาการจะเริ่มตั้งแต่ก่อนมีประจำเดือนและอาการดำเนินอย่างต่อเนื่องในระหว่างการมีประจำเดือนในแต่ละรอบ และพบลักษณะผิดปกติของเลือดประจำเดือนร่วมด้วย เมื่อสำรวจตำรับยาในคัมภีร์มหาโชตรัตที่ใช้ในการรักษาพบว่าทั้งหมด 26 ตำรับ แบ่งเป็น ตำรับยาที่ใช้ในการรักษาโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ จำนวน 14 ตำรับ และตำรับยาที่ใช้ในการรักษาโลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 จำนวน 12 ตำรับ ตำรับยาที่ใช้ในการรักษาอาการก่อนมีประจำเดือนทั้ง 2 กลุ่มส่วนใหญ่มีโครงสร้างส่วนประกอบของยาสมุนไพรในตำรับเน้นเรื่องการปรับธาตุลม ธาตุไฟและบำรุงเลือด
- วิจารณ์:** งานวิจัยนี้สามารถจำแนกอาการแสดงในกลุ่มอาการผิดปกติก่อนมีประจำเดือน ทั้งยังระบุสาเหตุของกลุ่มอาการผิดปกติ เพื่อประโยชน์ในการจ่ายยาสมุนไพร ในการปรับสมดุลธาตุ และการบำรุงเลือดในช่วงก่อนและระหว่างมีประจำเดือน อีกทั้งลักษณะอาการที่พบยังมีความสอดคล้องกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนของทางกาย

* สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

** ศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

*** คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ให้ติดต่อ: รองศาสตราจารย์อรุณพร อธิรัตน์ สถานการณ์แพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โทรศัพท์: 02-9269746
อีเมล iarunporn@yahoo.com

แพทย์แผนปัจจุบัน โดยมีทั้งลักษณะอาการทางร่างกาย และอาการทางจิตใจ ทั้งนี้สาเหตุของการเกิดกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนของทฤษฎีการแพทย์แผนไทยคือความแปรปรวนของธาตุไฟและธาตุลม ซึ่งมีความสอดคล้องกันในเรื่องของการแปรปรวนของระดับฮอร์โมนและสารสื่อประสาทภายในร่างกายของการแพทย์แผนปัจจุบัน

คำสำคัญ: โลหิตปรกติโทษ, โลหิตอันเกิดแต่กองธาตุ, คัมภีร์การแพทย์แผนไทย, คัมภีร์มหาโชดรัต, กลุ่มอาการผิดปกติก่อนและระหว่างมีประจำเดือน, ตำรับยาไทย

วันที่รับบทความ: 16 พฤษภาคม 2561

วันที่อนุญาตให้ตีพิมพ์: 9 ตุลาคม 2561

บทนำ

ตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย กล่าวว่า หลังจากมนุษย์เข้าสู่ช่วงปฐมวัยตอนปลาย (8 - 16 ปี) ได้ระยะหนึ่งร่างกายจะมีความร้อนเพิ่มมากขึ้น (เสมหะสมุฏฐาน พิกัดโลหิต) เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เด็กผู้หญิงจะมีเต้านมที่เป็นที่อยู่ของน้ำนม (ถันประโยธ) และต่อมเล็ดระดูที่เจริญขึ้นในช่วงอายุนี้นี้ ทำให้มีความแตกต่างจากเด็กผู้ชายอย่างชัดเจน เนื่องจากสมุฏฐานทั้ง 2 เพศเปลี่ยนไป ลักษณะของกลุ่มอาการหรือโรคจึงมีความผิดแปลกแตกต่างกัน อาการที่เกิดขึ้นของผู้หญิงช่วงก่อนและ/หรือระหว่างมีประจำเดือน เป็นหนึ่งในความผิดปกติที่สัมพันธ์กับการมีประจำเดือน ทางการแพทย์แผนไทยมีลักษณะกลุ่มอาการเช่นนี้ 2 กลุ่ม คือ 1. โลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ 2. โลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 คือ ลักษณะอาการที่เกิดขึ้นก่อน มีประจำเดือน ครั้นประจำเดือนมาแล้วอาการจะหายไปหรือดำเนินอย่างต่อเนื่องระหว่างการมีประจำเดือน¹ อาการจะแตกต่างกันไปตามที่ตั้งที่แรกเกิดของโรค (สมุฏฐาน) ทั้งนี้เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (Premenstrual syndrome: PMS)

กลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (PMS) เป็นโรคที่พบบ่อยในกลุ่มผู้หญิงวัยมีประจำเดือน โดยส่วนใหญ่มักเกิดขึ้นในรอบเดือนติดต่อกันเป็นเวลานานหลายปี กลุ่มอาการนี้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย เช่น สมรรถภาพทางกายลดลง อ่อนเพลีย เมื่อยล้าและปวดเมื่อยตามร่างกาย ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต อารมณ์ และพฤติกรรม เช่น เกิดความรู้สึกหงุดหงิดง่าย ความมั่นใจในตนเองลดลง อ่อนไหวง่าย ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ โกรธและโมโหง่าย ไม่มีสมาธิ ซึ่งส่งผลถึงประสิทธิภาพในการคิดตรองลดลง ทำให้เกิดความผิดพลาดในการตัดสินใจได้ง่าย นอกจากนี้ ยังมีผลกระทบทางสังคมร่วมด้วย เช่น การสร้างปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างลดลง ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง² ผลกระทบเหล่านี้ส่งผลให้ผู้หญิงที่มีอาการมีคุณภาพชีวิตลดลง และมีภาวะเสี่ยงต่อการพัฒนาเป็นกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนที่รุนแรง (Premenstrual dysphoric disorder: PMDD)³ แต่สาเหตุของกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (PMS) นี้ยังไม่ชัดเจน ทำให้วิธีการรักษาส่วนใหญ่เป็นการรักษาตามอาการ ยาที่ใช้ในการรักษา คือ ยาปรับฮอร์โมนประเภทยาเม็ดคุมกำเนิด ยารักษาโรคซึมเศร้า (Selective serotonin reuptake inhibitors: SSRI) และกลุ่มยาแก้อักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs)⁴ แต่การรับประทานยาเหล่านี้มักจะต้องรับประทานอย่างต่อเนื่องทุกวันหรือเป็นประจำทุกเดือนเพื่อควบคุมหรือลดความรุนแรงของอาการเพียง 1 - 3 วัน และยังคงทนกับอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา เช่น คลื่นไส้

อาเจียน ปวดศีรษะ มีเลือดออกกะปริดกะปรอยจากช่องคลอด และประจำเดือนผิดปกติ ดังนั้นการมองหาทางเลือกใหม่ เช่น การรับประทานยาสมุนไพร การรักษาด้วยการแพทย์แผนไทย หรือการแพทย์ทางเลือกจึงได้รับความสนใจเป็นอย่างมากในปัจจุบัน ด้วยเหตุนี้ทำให้เกิดการค้นคว้าวิจัยตำรับยาสมุนไพรที่ใช้รักษาอย่างกว้างขวาง แต่เนื่องจากสาเหตุของการเกิดกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนมีมาก ดังนั้นในทางการแพทย์แผนไทย จึงต้องมีตำรับยาที่ใช้ในการรักษาหลายตำรับและก่อให้เกิดปัญหาในการเลือกใช้

ดังนั้นการวิจัยในครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนในคัมภีร์ทางการแพทย์แผนไทยและตำรับยาที่ใช้รักษา และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ เพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะอาการของกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนตามทฤษฎีการแพทย์แผนไทย เข้าใจโครงสร้าง ตำรับยา รสยา และสรรพคุณของตำรับยา และนำข้อมูลด้านฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา มาอธิบายเปรียบเทียบ เพื่อให้เกิดความเข้าใจและความมั่นใจในการรักษาด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทยมากขึ้น

วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary research) เพื่อศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์แพทย์แผนไทย โดยมีคัมภีร์หลัก คือ คัมภีร์มหาโชดรัต และถอดองค์ความรู้ที่ได้จากเนื้อหาที่ถูกบันทึกไว้ในคัมภีร์ โดยมุ่งเน้นในส่วนของลักษณะอาการต่างๆ ของกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน แนวคิดการเกิดอาการผิดปกติ และตำรับยาที่ใช้ในการรักษา โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) สามารถแบ่งขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

1) ศึกษาจากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) จากวรรณกรรมทางการแพทย์แผนไทย ซึ่งเป็นวรรณกรรมในสมัยรัตนโกสินทร์ จำนวน 4 เล่ม คือ 1) จารึกตำรายาที่วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร สมัยรัชกาลที่ 3 2) ตำราเวชศาสตร์ฉบับหลวง รัชกาลที่ 5 3) เวชศาสตร์วรรณนา ของพระยาประเสริฐศาสตร์ธำรง (หมอหนู) และ 4) ตำราการแพทย์ไทยเดิม แพทย์ศาสตร์สงเคราะห์ ภูมิปัญญาทางการแพทย์และมรดกวรรณกรรมของชาติ พ.ศ. 2542 การตรวจสอบความถูกต้องของเอกสาร โดยพิจารณาความถูกต้อง ความสมบูรณ์ของเนื้อหาภายในเอกสารที่นำมาใช้ในการศึกษาจากผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์แผนไทยหรือด้านภาษาโบราณ จำนวน 3 ท่าน เอกสารเหล่านี้เป็นเอกสารที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงสาธารณสุขในฐานะตำราการแพทย์แผนไทย

ที่เป็นตำราหลักหรือตำรามาตรฐานที่ใช้ในการเรียนการสอน แพทย์แผนไทย

2) รวบรวมเนื้อหาและจำแนกข้อความหรือประโยค สำคัญตามโครงสร้างที่กำหนดไว้ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่าง และเข้าใจ (Agreement and Disagreement method) ลักษณะอาการ โครงสร้างตำรายา และส่วนประกอบของ สมุนไพรในตำรายา โดยมีแนวคิดพื้นฐานตามทฤษฎีการแพทย์ แผนไทยและข้อมูลทางวิทยาศาสตร์

3) วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนับความถี่ของคำหรือ ข้อความที่จำแนกไว้ภายใต้ระบบการจำแนกที่กำหนดไว้ จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปเนื้อหา เชื่อมโยงกับ ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์จากแหล่งอ้างอิง เอกสารและ ตำรา ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน โดยใช้คำค้นหลักคือ กลุ่มอาการ ก่อนมีประจำเดือน (Premenstrual syndrome: PMS)

ผลการศึกษา

จากการศึกษาและวิเคราะห์ พบว่า

1. คำนิยามของกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน

คัมภีร์มหาโชดรัตได้กล่าวถึงลักษณะอาการที่เกิดขึ้น กับผู้หญิงในช่วงก่อนและ/หรือขณะมีประจำเดือน สามารถแบ่ง ได้เป็น 2 กลุ่ม คือ โลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ และโลหิตอัน บังเกิดในกองธาตุทั้ง 4

โลหิตปรกติโทษ หรือ ปรกติโลหิต เป็นคำที่ใช้เรียก อาการทางร่างกายและ/หรือจิตใจที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือน และมีอาการเดิมเกิดขึ้นซ้ำ ๆ ในทุกรอบของการมีประจำเดือน จากประโยคที่ว่า “ลมกองใดเคยกำเริบ ลมกองนั้นกำเริบขึ้นทุก เดือนทุกครั้งจึงเรียก ปรกติโลหิต¹” อาการจะหายไปเมื่อประจำ เดือนมา โดยอาการที่เกิดขึ้นมีความแตกต่างไปตามธาตุที่เป็น ที่ตั้งที่แรกเกิดของความผิดปกตินั้น (ธาตุสมุฏฐาน) ในคัมภีร์ กล่าวถึงโลหิตปรกติโทษไว้ 5 ประการ ดังนี้ 1. โลหิตปรกติโทษ อันบังเกิดแต่หัวใจ 2. โลหิตปรกติโทษอันบังเกิดแต่ขั้วดี 3. โลหิต ปรกติโทษอันบังเกิดแต่ผิวเนื้อ 4. โลหิตปรกติโทษอันบังเกิดแต่ เส้นเอ็น และ 5. โลหิตปรกติโทษอันบังเกิดแต่กระดูก กลุ่ม อาการทั้ง 5 ประการนี้เป็นเพียงตัวอย่างอาการที่พบได้บ่อย เท่านั้น หากแต่โลหิตปรกติโทษนั้นสามารถเกิดขึ้นได้กับระบบ ของเหลวและอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกาย หรือเรียกว่า อาการ 32 ประการ (ธาตุดิน 20 ประการและธาตุน้ำ 12 ประการ)

โลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 เป็นกลุ่มอาการที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือนและมีอาการระหว่างการมีประจำเดือนใน รอบนั้นๆ โดยที่ลักษณะของเลือดประจำเดือน คือ สี กลิ่นและ/ หรือการไหลของเลือดประจำเดือนผิดปกติไปจากเดิม ลักษณะ

อาการมีความแตกต่างไปตามกองธาตุที่เป็นที่ตั้งที่แรกเกิด ของความผิดปกตินั้น (ธาตุสมุฏฐาน) ในคัมภีร์กล่าวถึงโลหิต อันเกิดในกองธาตุไว้ 4 ประการ ดังนี้ 1. โลหิตอันเกิดแต่กอง อาโปธาตุ 2. โลหิตอันเกิดแต่กองเตโชธาตุ 3. โลหิตอันเกิดแต่ กองวาโยธาตุ และ 4. โลหิตอันเกิดแต่กองภวธาตุ

ตามศาสตร์การแพทย์แผนไทยโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ และโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 นั้นเป็นหนึ่งในโรค หรือความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับผู้หญิงและเกี่ยวข้องกับระบบ เลือด ลม และประจำเดือน โดยมีความผิดปกติของธาตุลม และธาตุไฟเป็นตัวกระทำหลัก แล้วกระทบต่ออวัยวะ (ธาตุดิน) และระบบของเหลวภายในร่างกาย แสดงออกมาเป็นอาการทาง ร่างกาย จิตใจและลักษณะเลือดประจำเดือน

ทางการแพทย์แผนปัจจุบัน กลุ่มอาการก่อนมี ประจำเดือน (Premenstrual syndrome: PMS) เป็นกลุ่ม อาการและอาการแสดงที่สัมพันธ์กับการมีประจำเดือน ลักษณะ อาการมีทั้งอาการทางร่างกาย ทางอารมณ์ กระบวนการคิด และพฤติกรรม อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือนหรือ ในระยะลูเทียล (luteal phase) และอาการจะหายไปในช่วง 2 - 3 วันระหว่างการมีประจำเดือน⁴ นอกจากนี้กลุ่มอาการก่อน มีประจำเดือนเมื่อมีระดับความรุนแรงของอาการเพิ่มขึ้น ส่งผล กระทบอย่างมากต่อชีวิตประจำวันและการมีปฏิสัมพันธ์ จะเรียกว่า กลุ่มอาการรุนแรงก่อนมีประจำเดือน (Premenstrual dysphoric disorder: PMDD) คือ อาการทางอารมณ์ กระบวนการคิด และพฤติกรรมที่มีระดับรุนแรงที่เกิดขึ้นก่อน มีประจำเดือน⁵

ดังนั้น คำนิยามเกี่ยวกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำ เดือนของการแพทย์แผนปัจจุบันและโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการของการแพทย์แผนไทย ใช้ในการอธิบายปรากฏการณ์ คล้ายกัน คือ อธิบายกลุ่มอาการทางร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้น ก่อนมีประจำเดือน แต่ในกรณีของโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 นั้นลักษณะการเกิดอาการไม่สอดคล้องกับกลุ่มอาการก่อนมี ประจำเดือน (PMS) ของการแพทย์แผนปัจจุบัน เนื่องจากโลหิต อันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 มีอาการที่เกิดระหว่างมีประจำเดือนและ มีความผิดปกติของเลือดประจำเดือนร่วมด้วย

2. ลักษณะอาการ

ลักษณะอาการที่พบในโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ มีอยู่ 2 กลุ่มอาการ คือ อาการทางร่างกายและอาการทาง จิตใจ ส่วนโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 ประกอบด้วยอาการ ทางร่างกายที่เกิดขึ้นก่อนมีประจำเดือน และบางอาการเกิด ระหว่างการมีประจำเดือน ร่วมกับลักษณะของเลือดประจำเดือน ที่ผิดปกติ จากการวิเคราะห์อาการทางร่างกายและ/หรือ

ทางจิตใจของโลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดใน
กองธาตุทั้ง 4 ตามตารางที่ 1 และ 2 อาการที่เกิดขึ้นในโลหิต
ปกติทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 แสดงถึง

ธาตุหรืออวัยวะที่ได้รับผลกระทบจากความแปรปรวนของธาตุ
เมื่อมีประจำเดือน

ตารางที่ 1 ลักษณะอาการทางด้านจิตใจของโลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการ

โลหิตปกติโทษ	จิตระส่ำระสาย	เพ้อ	คลั่ง	ซังโกรธ	เสียสติ/บ้า	หาสติสมบรูณ์ไม่ได้	เจรจาด้วยผี	เชื่อมซึ่ม	หวาด
โลหิตปกติโทษเกิดแต่หัวใจ	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	-
โลหิตปกติโทษเกิดแต่ขั้วดี	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
โลหิตปกติโทษเกิดแต่ผิวเนื้อ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โลหิตปกติโทษเกิดแต่เส้นเอ็น	-	-	-	-	-	-	-	-	-
โลหิตปกติโทษเกิดแต่กระดูก	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ด้วยความชาญฉลาดของแพทย์แผนไทยจึงจัดอาการ
เป็นกลุ่มและตั้งชื่อตามธาตุหรืออวัยวะที่ผิดปกติ เพื่อง่ายต่อ
การวินิจฉัยและรักษา โลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการเป็นกลุ่ม
อาการที่เกิดจากการกำเริบของธาตุลมและธาตุไฟ แล้วส่งผลต่อ
เลือดและอวัยวะหรือโครงสร้างของร่างกาย ในส่วนของโลหิต
อันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 เป็นกลุ่มอาการที่เกิดจากการทำงาน
ผิดปกติของกองธาตุใดกองธาตุหนึ่ง อาการแสดงจึงมีลักษณะ
เฉพาะของกองธาตุนั้น เช่น อาการของธาตุน้ำหรือ อาโปธาตุ
จะแสดงออกถึงการขับถ่ายอุจจาระเหลว อาการทางธาตุไฟ
จะเกิดอาการที่เกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร ได้แก่ เหม็นอาหาร
รับประทานอาหารไม่ได้ อาหารไม่ย่อย อาการทางธาตุลม

จะเกิดอาการปวด อาการจุกเสียด ท้องบวมท้องพอง อาการ
ทางธาตุดินจะมีธาตุลมเป็นตัวกระทำ ได้แก่ อาการปวด อาการ
เมื่อย จุกเสียด หรือท้องอืด เหตุผลหนึ่งคืออวัยวะต่างๆ หรือ
ธาตุดินอาศัยธาตุลมทำให้เคลื่อนไหวได้และธาตุลมอาศัยธาตุ
ดินเป็นช่องทาง เมื่อเกิดความผิดปกติไปจึงกระทบซึ่งกันและ
กัน เป็นต้น ความผิดปกติของกองธาตุส่งผลกระทบต่อเลือด
มากกว่าโลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการ เนื่องจากโลหิตอันบังเกิด
ในกองธาตุทั้ง 4 มีลักษณะของเลือดประจำเดือนผิดปกติร่วม
ด้วย โดยลักษณะของเลือดประจำเดือนจะแตกต่างกันไปตามกอง
ธาตุที่มีความผิดปกติ สามารถแยกลักษณะเลือดประจำเดือน
ตามกองธาตุได้ดังตารางที่ 3

อาการทางร่างกาย	กลุ่มอาการ									
	ปวดงอศอก	ศอกงอ	ศอกงอ/บิดาบิด	กระดูกงอ	ศอกงอ	ศอกงอ	ศอกงอ	ศอกงอ	ศอกงอ	ศอกงอ
สถิติประเทศไทย 5 ประการ	ปวดงอศอก	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ/บิดาบิด	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	กระดูกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
สถิติอันดับเกิดแต่กองราช 4 ประการ	ปวดงอศอก	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	ศอกงอ	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 3 ลักษณะเลือดประจำเดือนที่ปรากฏในโลหิตบังเกิดอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4

กองธาตุ / ความผิดปกติ	ลักษณะเลือด	สีเลือด	กลิ่นเลือด	การไหล
กองอาโปธาตุ	เมือก/ มั่น/ เป็นเปลว	สีใส	เหม็นความมาก	ระดูเดินมิได้สะดวก
กองเตโชธาตุ	เป็นฟอง	สีเหลือง/ส้ม	-	-
กองวาโยธาตุ	-	สีแดงจางๆ	-	ระดูมีมาไม่สะดวก
กองปถวีธาตุ	มัน/ เมือก/ ปรเมหะ ปนออกมากับเลือด ประจำเดือน และ เลือดประจำเดือน เหนียวเหมือนยาง มะตูม	สีดำ/ สีแดง/ สีขาว/ สีเหลือง ะคนกัน	เหม็นความมาก	ระดูไหลหยดย้อย

เมื่อนำอาการของโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการ และโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 มาเทียบเคียงกับอาการทางแพทย์แผนปัจจุบัน พบว่า โลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการมีลักษณะอาการคล้ายกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (PMS) คือ กลุ่มอาการทางร่างกาย เช่น อาการปวดข้อหรือปวดกล้ามเนื้อ อาการปวดศีรษะ โรคผิวหนัง^{6,7} และกลุ่มอาการทางจิตใจ เช่น อาการจิตระส่ำระสาย คือ กระวนวาย ไม่สามารถอยู่ในความสงบได้ ไม่มีสมาธิ โกรธ เชื่อมซึมมีลักษณะอาการซึม ไม่อยากทำอะไร หวาดกลัว เป็นต้น อาการทางจิตใจซึ่งมีลักษณะอาการคล้ายกับภาวะซึมเศร้าและภาวะวิตกกังวลที่เกิดในกลุ่มอาการรุนแรงก่อนมีประจำเดือน (PMDD)^{5,7} เพียงแต่ทางแพทย์แผนปัจจุบันไม่ได้แยกอาการที่เกิดขึ้นตามสาเหตุเหมือนของแพทย์แผนไทย ในส่วนของโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 มีบางอาการที่คล้ายกับกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (PMS) คือ ท้องอืด ท้องบวม ปวดเมื่อยตามร่างกาย แต่ช่วงเวลาการเกิดอาการไม่สอดคล้องกัน และอาการของโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 เกิดร่วมกับเลือดประจำเดือนที่ผิดปกติ ซึ่งยังไม่พบข้อมูลเกี่ยวกับความผิดปกติของเลือดประจำเดือนในกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือน (PMS) ของแพทย์แผนปัจจุบัน

3. การรักษา

จากการศึกษาพบว่า คัมภีร์มหาโชตรัตกล่าวถึงวิธีการรักษาโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 ไว้เพียงการรักษาด้วยตำรับยาสมุนไพร โดยพบตำรับยาจำนวนทั้งสิ้น 26 ตำรับ แบ่งเป็นตำรับยารักษาโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการ 14 ตำรับ และตำรับยารักษาโลหิตอันเกิด

แต่กองธาตุทั้ง 4 12 ตำรับ

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นว่าโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 นั้นเป็นหนึ่งในโรคหรือความผิดปกติในระบบเลือดและประจำเดือนที่เกิดขึ้นกับผู้หญิง เกิดจากการกำเริบของธาตุลมและไฟ ส่งผลต่อการระบบไหลเวียนเลือด ของเหลว และการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย จนเกิดเป็นอาการต่างๆ ขึ้น ดังนั้นตำรับยารักษาโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 จึงประกอบด้วยสมุนไพรจำนวนมาก เพื่อปรับสมดุลและการทำงานของธาตุลม ธาตุไฟและธาตุน้ำ รสยาหลักของตำรับยา คือ รสสุขุมและร้อนเพื่อปรับสมดุลภายในร่างกายไม่ให้ร้อนหรือเย็นเกินไปและเป็นรสรยาที่เหมาะสมสำหรับระบบไหลเวียนเลือด ตำรับยาที่รักษาในแต่ละกลุ่มอาการจะมีโครงสร้างของตำรับยาที่เหมือนและแตกต่างกันไปตามรายละเอียด จากการวิเคราะห์โครงสร้างตำรับยาสามารถจัดกลุ่มยาที่เป็นเสมือนกลุ่มยาพื้นฐานของตำรับยารักษาโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 ดังนี้

1. กลุ่มยารสสุขุม แก้อาการทางธาตุลมและเลือดใช้ในการปรุรงยาหอมทั้งปวง ทำให้ธาตุลมมีกำลังและระบบไหลเวียนเลือดดี สมุนไพรในกลุ่มนี้ ได้แก่ กลุ่มโกฐ กลุ่มเทียน กฤษณา กะลัมพัก ชะลูด อบเชยเทศ จากการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบว่า เทียนตาตักแตน (*Anethum graveolens* L.) เทียนขาว (*Cuminum cyminum* L.) เทียนข้าวเปลือก (*Foeniculum vulgare* Miller subsp. var. *vulgare*) และชะลูด (*Alyxia reinwardtii* Blume var. *lucida* Markgr.)

มีสารกลุ่มคูมาริน (Coumarin) ด้านการจับตัวของเกล็ดเลือด (Anti-platelet aggregation) ทำให้เลือดไหลเวียนได้ดี⁸⁻¹¹, อบเชยเทศ (*Cinnamomum zeylanicum*) และโกฎีเซีย (*Angelica sinensis* (Oliv.) Diels) มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ และฤทธิ์ยับยั้งการเกิดออกซิเดชันของไขมัน (Lipid peroxidation)^{12, 13} ซึ่งมีส่วนช่วยลดการอุดตันของไขมันในหลอดเลือดทำให้ระบบการไหลเวียนเลือดดีทำให้เลือดไม่มีไขมันปนหรือเป็นเมือกมัน

2. กลุ่มยาเพิ่มการทำงานของธาตุลม คือช่วยขับลม และ/หรือกระจายลม ช่วยทำให้ลมที่ค้างคั่งตามต่างๆ ในร่างกายเคลื่อนได้ดียิ่งขึ้น การไหลเวียนสะดวกมากขึ้น และช่วยบรรเทาอาการปวดที่เกิดจากการกำเริบของลมได้ สมุนไพรส่วนใหญ่มีรสร้อนหรือเผ็ดร้อน เช่น ลูกจันทน์ ดอกจันทน์ กระวาน กานพลู สมุนไพรกลุ่มนี้มีน้ำมันหอมระเหยเป็นส่วนประกอบ ยังไม่พบการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาที่เกี่ยวข้องกับสรรพคุณ ขับลมโดยตรง แต่ลูกจันทน์ มีฤทธิ์ยับยั้งการสร้างไนตริกออกไซด์ (Nitric oxide: NO) ซึ่งเป็นตัวการที่ทำให้เกิดการอักเสบ¹⁴ และ สารสกัดอัลคาลอยด์จากลูกจันทน์มีฤทธิ์ลดปวด¹⁵ ดอกจันทน์ หรือจันทน์ น้ำมันหอมระเหยที่กลั่นด้วยวิธีการกลั่นด้วยไอน้ำ มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ¹⁶ กานพลู (*Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & L.M.Perry) พบว่าสาร eugenol มีฤทธิ์ลดอาการปวด ด้วยการยับยั้ง transient receptor potential vanilloid 1 (TRPV1) receptors และ voltage-activated Na⁺ and Ca²⁺ channels ซึ่งทั้งสองชนิดเกี่ยวข้องกับอาการปวด¹⁷

3. กลุ่มยาคุมความร้อน ในที่นี้คือ กลุ่มยาที่มีรสขม มีอยู่ในตำรับเพื่อการลดความร้อนหรือใช้ที่อาจเกิดจากธาตุไฟกำเริบ และเป็นกลุ่มยาที่ใช้คุมรสยาของตำรับยาไม่ให้ร้อนเกินไป ซึ่งสมุนไพรที่พบส่วนใหญ่ คือ แก่นจันทน์แดง แก่นจันทน์ขาว บอระเพ็ด เมื่อศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบว่า จันทน์แดง (*Dracaena loureiri* Gagnep.) สารสกัดในชั้นเมทาโนลมีฤทธิ์ในการลดไข้ และลดอาการปวด¹⁸ นอกจากนี้จันทน์แดงยังมีสารชื่อ เรโทรไดไฮโดรคาลโคน (Retrodihydrochalcones) และ โฮโมไอโซฟลาโวน (Homoisoflavones) ออกฤทธิ์ต้านฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen) ช่วยให้ประจำเดือนมาอีกด้วย¹⁹, บอระเพ็ด (*Tinospora crispa* (L.) Hook. f. & Thomson) สารสกัดชันน้ำมันมีฤทธิ์ต้านการอักเสบ และมีฤทธิ์ต้านการเกิดไข้ในขนาดรับประทาน 110 mg/kg²⁰ เป็นต้น

4. กลุ่มยาปรับธาตุทั้ง 4 คือ พิกัดยาเบญจกูล (ดีปลี ข่าพลู สะค้าน เจตมูลเพลิงและขิง) และกลุ่มยาปรับธาตุแก้อาการทางปิตตะ วาตะและเสมหะ คือ พิกัดตรีผลา ตรีภูก และตรีสาร ฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของพิกัดเบญจกูล

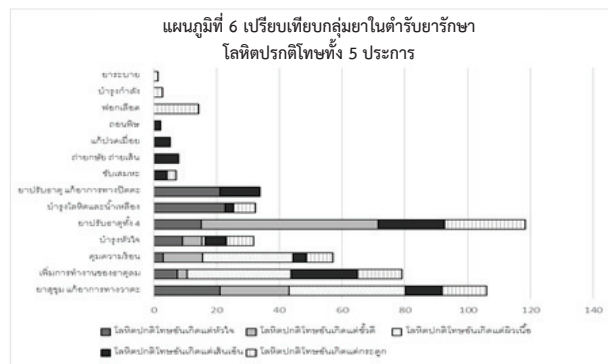
(มีสมุนไพรร่วมกับตรีสารและตรีภูก ยกเว้น พริกไทย) มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ²¹ ช่วยลดความเสื่อมโทรมของร่างกาย เบญจกูลนอกจากใช้เป็นยาปรับธาตุแล้ว ยังช่วยลดอาการปวดข้อและเอ็น จากงานวิจัยทางคลินิกพบว่าเบญจกูลสามารถลดการอักเสบและอาการปวดจากโรคข้อเข่าเสื่อมได้²², ตรีผลา (สมอพิเภก สมอไทย มะขามป้อม) สารสกัดตำรับตรีผลามีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ²³ และสมอไทย (*Terminalia chebula* Retz.) มีสรรพคุณเป็นยาระบายแบบรู้เปิดปิดเอง มีฤทธิ์ทำให้ลำไส้มีการเคลื่อนไหวตัว เพื่อขับอุจจาระออกมาได้เพิ่มขึ้น²⁴ จึงเป็นสมุนไพรมีฤทธิ์ช่วยระบายความร้อนออกโดยการถ่ายอุจจาระ และไม่เป็นยาระบายที่รุนแรง กลุ่มยานี้เป็นกลุ่มยาสำคัญที่ใช้ในการปรับธาตุภายในร่างกายให้เข้าสู่สมดุล ตำรับยาที่ใช้ในการรักษาโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 ประกอบด้วยกลุ่มยาปรับธาตุนี้เป็นหลัก และตำรับยารักษาโลหิตปรกติโทษทั้ง 5 ประการ มียาบางตำรับจะใส่กลุ่มยาปรับธาตุดังกล่าวเพื่อแก้อาการทางปิตตะและวาตะคือเพิ่มการไหลเวียนโลหิต และระบายความร้อน

5. กลุ่มยาบำรุงเลือดและน้ำเหลือง ตามแนวคิดการแพทย์แผนไทย การบำรุงโลหิตคือการทำให้ร่างกายมีความร้อนที่อบอุ่นดี เป็นการบำรุงธาตุไฟโดยตรง เช่น การใช้ฝางเสน มีรสผาดร้อน ฝางเสน (*Caesalpinia sappan* L.) มีสารชื่อ บราซิลิน (Brazilin) ซึ่งมีฤทธิ์ต้านการแข็งตัวของเลือด บำรุงเลือด และต้านอนุมูลอิสระ²⁵ หรือบำรุงธาตุไฟให้ร้อนพอดี เช่น การใช้ ดอกคำฝอย (*Carthamus tinctorius* L.) ที่มีรสหวาน ร้อน (หวานบำรุงธาตุไฟ) จากการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบว่า สารคาร์ธามินส์ เยลโลว์ (Carthamins yellow) จากดอกคำฝอยช่วยลดความหนืดของเลือดและเพิ่มการไหลของเลือดได้ดี²⁶

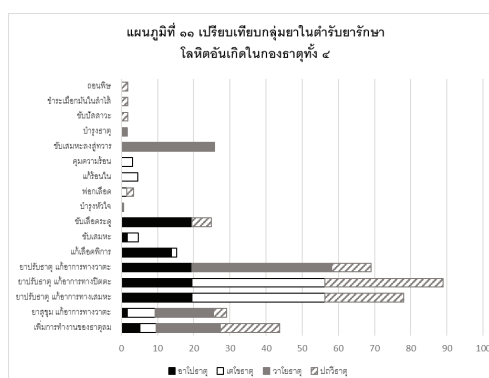
6. กลุ่มยาสมุนไพรมีสรรพคุณเฉพาะต่อความผิดปกติของธาตุอื่นๆ เช่น โลหิตปรกติโทษอันเกิดแต่เส้นเอ็น มีสมุนไพรร่วม ได้แก่ เถวัลย์เปรียง เถวัลย์เหล็ก เถวัลย์เปรียง (*Derris scandens* Benth.) มีสรรพคุณยาไทยใช้บำรุงเส้นเอ็น ลดอาการปวดเมื่อย มีการทดลองในคนพบว่าสารสกัดเถวัลย์เปรียง สามารถลดอาการปวดกล้ามเนื้อและอาการปวดเข่าได้^{26, 27}

นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มอาการแต่ละกลุ่มจะมีความโดดเด่นของโครงสร้างตำรับยาต่างกัน ดังนี้ **โลหิตปรกติโทษอันเกิดแต่หัวใจ (แผนภูมิที่ 1)** จะเน้นกลุ่มยารสสุขุม กลุ่มยาบำรุงเลือดและน้ำเหลือง คือ ฝางและคำฝอย และยาบำรุงหัวใจ เช่น กฤษณา กะลัมพัก รสยาโดยรวมคือรสสุขุมมีกลิ่นหอม มีสรรพคุณเหมาะสมต่อการบรรเทาอาการทางด้านจิตใจ และช่วยบำรุงหัวใจ โลหิตโลหิตปรกติโทษอันเกิดแต่หัวใจ

เนื่องจากเส้นเอ็นหรือ นหารูมีความผิดปกติทำให้ลมเคลื่อน
ได้ไม่ดี และ โลหิตปรกติโทษอันเกิดแต่กระดูก (แผนภูมิที่ 5)
มีอาการเมื่อยขบตามร่างกาย เจ็บปวดแอสหลัง อาการเหล่านี้
คืออาการทางลม ดังนั้นกลุ่มยาในตำรับจึงเน้นกลุ่มยารสสุขุม
กลุ่มเพิ่มการทำงานของธาตุลม กลุ่มยาบำรุงหัวใจ และกลุ่มยา
ปรับธาตุ โดยมีตริกฏก (พริกไทย ขิง ตีปลี) ที่มีรสเผ็ดร้อน เป็น
กลุ่มยาแก้อาการทางธาตุลม ช่วยขับลม และมีกลุ่มเกสรดอกไม้
ที่มีรสรพคุณทั้งบำรุงหัวใจ และบำรุงเลือดเป็นกลุ่มยาหลักเพื่อ
ช่วยให้เลือดและลมไหลเวียนดี และเมื่อวิเคราะห์ภาพรวม ใน
แผนภูมิที่ 6 พบว่า การจัดการอาการของโลหิตปรกติโทษทั้ง 5
ประการคือการให้สมุนไพรที่ปรับธาตุทั้ง 4 เป็นหลัก รองลงมา
เป็นสมุนไพรรสสุขุมแก้อาการทางวตะ สมุนไพรที่เพิ่มการไหล
เวียนหรือเพิ่มธาตุลม และสมุนไพรที่สามารถควบคุมความร้อน
เป็นหลัก ในการลดการเกิดอาการเหล่านี้



ตามการเรียงธาตุแบบ ปิตตะ วาตะ และเสมหะ แต่เป็นการเรียงสัดส่วนยาตามธาตุแบบ ปิตตะ เสมหะ วาตะ ซึ่งการเรียงเช่นนี้พบในคัมภีร์สมุฏฐานวินิจฉัย¹ ในส่วนอายุและสมุฏฐานธาตุของโรค^๒ เป็นการเรียงลำดับธาตุเมื่อเกิดโรคหรือความเจ็บป่วยขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องจาก ความผิดปกติของประจำเดือนส่วนใหญ่เกิดจากธาตุไฟกำเริบ และเลือดที่เป็นธาตุน้ำถูกระงทเป็นหลัก เมื่อวิเคราะห์ตำรารวบรวมในแผนภูมิที่ 11 พบว่า ตำรายาที่ใช้ระงทไฟในการผิดปกติของธาตุ 4 คือ ตำยาปรับธาตุแก้อาการปิตตะ เสมหะ และวาตะเป็นหลัก ซึ่งมีความแตกต่างจากมหาพิภักดยาปรับธาตุ ดังตารางที่ 4



^ก มหาพิภักดยา 3 สิ่ง คือ สมุนไพรมีอยู่ในภิกตตรีหรือภิกตยา 3 สิ่ง มีน้ำหนักไม่เท่ากัน แตกต่างไปตามวัตถุดิบประสมใช้ในการแก้กองธาตุดำริบ หย่อน พิการ และแก้ในกองฤดู กองอายุ กองสมุฏฐาน โรคแทรกและโรคตาม (ย่อเภสัชกรรมไทยและสรรพคุณสมุนไพรม 2548)

^ข อายสมุฏฐาน คัมภีร์สมุฏฐานวินิจฉัยัย ตำราการแพทย์ไทยเดิม 2550 หน้า 11

ตารางที่ 4 ตัวอย่างการเปรียบเทียบสัดส่วนยาตามมหาพิภักตยา 3 สิ่งกับตำรับยาแก้โลหิตอันเกิดแก่กองเตโชธาตุ

พิภักตยา	สัดส่วนตามมหาพิภักตยา			สัดส่วนในตำรับยา		
	ปิตตะ	วาตะ	เสมหะ	ปิตตะ	วาตะ	เสมหะ
ตรีผลา	สมอพิเภก	สมอไทย	มะขามป้อม	สมอพิเภก	สมอไทย	มะขามป้อม
	12	8	4	12	4	8
ตรีภุก	ขิง	พริกไทย	ดีปลี	ขิง	พริกไทย	ดีปลี
	12	8	4	12	4	8
ตรีสาร	เจตมูลเพลิงแดง	สะค้าน	ข้าพลุ	เจตมูลเพลิงแดง	สะค้าน	ข้าพลุ
	12	8	4	12	4	8

เมื่อเปรียบเทียบกับ การรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันพบว่า ทางแพทย์แผนปัจจุบันมีการใช้ยาในกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนได้แก่ 1. ยากลุ่ม Selective serotonin re-uptake inhibitor หรือ SSRI เพื่อเพิ่มระดับสารซีโรโทนิน (Serotonin) ในร่างกาย 2. ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรวม เพื่อทำให้ไม่มีการตกไข่ในรอบเดือนนั้นๆ²⁹ และ 3. กลุ่มยารักษาอาการต่างๆ เช่น ยาต้านอักเสบชนิดไม่ใช้สเตียรอยด์ (NSAIDs) ทั้งนี้เพราะอาการก่อนมีประจำเดือนมีสาเหตุมาจากความผิดปกติของฮอร์โมนจากรังไข่ หรือ ความไม่สมดุลระหว่างระดับฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen) และโปรเจสเตอโรน (Progesterone) หรือจะเกิดจากความแปรปรวนของฮอร์โมนทั้งสองในช่วงหลังตกไข่ หรือเกิดจากความผิดปกติของสารสื่อประสาท (Neurotransmitters) เช่น ซีโรโทนิน (Serotonin) และการเสียสมดุลระหว่างสารเหล่านี้กับตัวรับในสมอง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และอาการทางร่างกายก่อนมีประจำเดือน^{29,30}

วิจารณ์

กล่าวโดยสรุปศาสตร์การแพทย์แผนไทย โลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 เป็นความผิดปกติที่เกิดจากความไม่สมดุลของธาตุทั้ง 4 กระทบต่อระบบเลือดที่ไหลเวียนทั่วร่างกายในช่วงก่อนมีประจำเดือนและ/ระหว่างมีประจำเดือน โดยมีธาตุลมและธาตุไฟเป็นตัวกระทำหลัก เมื่ออธิบายตามหลักวิทยาศาสตร์อาจกล่าวได้ว่า ธาตุไฟในหลักของแพทย์แผนไทยมีธาตุไฟ 4 อย่าง ไฟที่ทำให้ร่างกายแก่คร่ำคร่าจะมีความสัมพันธ์กับฮอร์โมน และไฟที่ทำให้อบอุ่นเป็นไฟที่เกิดจากการเผาผลาญภายในร่างกาย ธาตุลมมีลักษณะที่สัมพันธ์กับระบบไหลเวียนเลือดและระบบประสาทภายในร่างกาย การเปลี่ยนแปลงในรอบประจำเดือนของฮอร์โมน Estrogen และ Progesterone ต่อกลไกของสารสื่อประสาท

ส่วนกลาง หรือการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทโดยตรง เช่น Serotonin ซึ่งเป็นสาเหตุการเกิดกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนทางการแพทย์แผนปัจจุบัน^{29, 30} ในทางการแพทย์แผนไทยมองว่าเป็นเรื่องของการเสียสมดุลของธาตุลมและธาตุไฟภายในร่างกายซึ่งโดยภาพรวมเป็นสาเหตุที่สอดคล้องกัน นอกจากนี้ แพทย์แผนไทยยังมองละเอียดถึงเหตุผล 2 ประการ คือ 1. ธาตุที่ผิดปกติแต่กำเนิด หากมารดามีลักษณะความผิดปกติเกี่ยวกับเลือดและประจำเดือน ความผิดปกตินี้สามารถถ่ายทอดสู่ลูกได้ หรือพันธุกรรมของมารดาและบิดา 2. พฤติกรรม ซึ่งถูกจัดเป็น มูลเหตุการเกิดโรครมี 8 ประการ³¹ ได้แก่ การรับประทานอาหาร เช่น การรับประทานของเย็น ของหมักดอง อิริยาบถการอยู่ในท่าทางใดท่าทางหนึ่งนานเกินไป ทำงานเกินกว่ากำลังของร่างกายจะทนได้ และสภาพอารมณ์ จิตใจ มีผลต่อการกำเริบและหย่อนของธาตุลมและธาตุไฟ พฤติกรรมที่ฝืนร่างกายจะทำให้ธาตุภายในร่างกายแปรปรวน ซึ่งในผู้หญิงจะกระทบต่อการมีประจำเดือนโดยตรงเพราะการมีประจำเดือน ธาตุลมและธาตุไฟในร่างกายกำเริบขึ้นจากการสะสมของเลือดที่ต่อมเลือดมาตลอดรอบเดือน การกระทำหรือพฤติกรรมใด ๆ ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสมดุลของธาตุลมและธาตุไฟ จึงทำให้เกิดความผิดปกติของการมีประจำเดือน อาทิเช่น การรับประทานของเย็น ก่อนมีประจำเดือนจะกระทบกับธาตุไฟและธาตุลมโดยตรงคือทำให้เลือดไหลเวียนน้อย (บริเวณต่อมเลือด) ไฟในร่างกายทำงานได้น้อยลง ทำให้ระบบขาดสมดุลเกิดเลือดคั่ง คือธาตุน้ำกำเริบ โลหิตไหลไม่สะดวก ท้องอืด และปวดท้องตามมา เป็นต้น

ตำรับยาที่ใช้ในการรักษาโลหิตปกติโทษทั้ง 5 ประการและโลหิตอันเกิดแต่กองธาตุทั้ง 4 เน้นการปรับธาตุลมและธาตุไฟให้เป็นปกติ โดยใช้รสยาสุขุมและร้อนเป็นหลัก กลุ่มยาสมุนไพรส่วนใหญ่มีสรรพคุณบำรุงหัวใจ บำรุงเลือด ซึ่งเมื่อศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาพบว่าสมุนไพรกลุ่มนี้มีฤทธิ์

ในการบำรุงเลือดได้ดี โดยลดการแข็งตัวของเลือด เพิ่มการไหลเวียนของเลือด และกลุ่มยาบำรุงธาตุซึ่งมียาเบญจกูลที่เป็นยาปรับธาตุเป็นหลัก จากงานวิจัยพบว่ายาเบญจกูลมีผลต่อฮอร์โมนเพศหญิงคือมีฤทธิ์เหมือนฮอร์โมนเอสโตรเจน และมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ จึงทำให้ลดความเสี่ยงของร่างกายจะเห็นได้ว่าฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของสมุนไพรแต่ละชนิดมีความสอดคล้องกับสรรพคุณทางเภสัชกรรมไทย หากแต่ยังไม่พบการรายงานฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาของตำรับยาที่มีผลเกี่ยวกับการบรรเทาอาการก่อนมีประจำเดือน ดังนั้นการศึกษาในอนาคตควรศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาเพิ่มเติมเกี่ยวกับระบบประสาทสื่อสารประสาทและการปรับฮอร์โมนที่มีผลต่อกลุ่มอาการก่อนมีประจำเดือนของทั้งสมุนไพรเดี่ยวและตำรับยา และประเด็นสำคัญของกลุ่มยาปรับธาตุในตำรับยาโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 ซึ่งควรมีการศึกษาเชิงวิทยาศาสตร์เพิ่มเติม

หลักการสำคัญในการเลือกใช้ตำรับยา คือ วิเคราะห์อาการและกลไกของโรค ต้องรู้และเข้าใจสมุฏฐานการเกิดโรคที่ทำให้เกิดอาการผิดปกติในกลุ่มโลหิตผิดปกติทั้ง 5 ประการ และโลหิตอันเกิดในกองธาตุทั้ง 4 ดังกล่าวข้างต้นแล้วจึงพิจารณาเลือกตำรับยาที่เหมาะสมมาใช้ในการรักษา

การศึกษานี้เป็นเพียงการวิจัยเบื้องต้นเพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะอาการก่อนและ/หรือระหว่างมีประจำเดือนและโครงสร้างตำรับยาที่ใช้ในการรักษาโดยวิเคราะห์ตามแนวคิดทางการแพทย์แผนไทยและหลักเภสัชกรรมไทย จากเอกสารและตำราแพทย์แผนไทย ดังนั้นควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ละเอียดและชัดเจนมากยิ่งขึ้น โดยการสัมภาษณ์แพทย์แผนไทยที่มีประสบการณ์ในการรักษาและ/หรือผู้ป่วย เพื่อเข้าใจภาวะโรคและทฤษฎีทางการแพทย์แผนไทย นอกจากนี้ควรมีการศึกษารายละเอียดและแนวคิดของแพทย์แผนไทยที่มีความชำนาญ มาสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจและป้องกันการเข้าใจที่คลาดเคลื่อน เพราะภาษาที่บันทึกในคัมภีร์เป็นภาษาเก่า และมีการสอดแทรกแนวคิดทางวัฒนธรรมและความเชื่อทางพุทธศาสนาอยู่ตามเนื้อหาภายในคัมภีร์

กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้และคำแนะนำจากอาจารย์ ดร.ณภัทร พานิชการ ผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์แผนไทย และอาจารย์พิเศษจากสถานการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเภสัชกรพินิต ชินสร้อย ผู้ให้ความรู้และแนวคิด อีกทั้งแนะนำแหล่งข้อมูลที่ใช้ในการ

ศึกษาค้นคว้า และศูนย์ความเป็นเลิศทางการวิจัยแพทย์แผนไทยประยุกต์ ได้สนับสนุนทุนในการศึกษาค้นคว้า

เอกสารอ้างอิง

1. Foundation of Thai Traditional Medicine and Ayurvedathamrong school. Tamrākarnphāetthaideim (Phāetthayasāt songkhro conservation issue) vol.1. Bangkok: Supawanichkarnpimm; 2007. (in Thai)
2. Walsh S, Ismaili E, Naheed B, O'Brien S. Diagnosis, pathophysiology and management of premenstrual syndrome. The Obstetrician & Gynaecologist. 2015;17:99-104; doi: 10.1111/tog.12180.
3. Santamaria M, Lago I. Premenstrual experience premenstrual syndrome and dysphoric disorder. Springer International Publishing Switzerland. 2015; doi:10.1007/978-3-319-05870-2_18.
4. Braverman KP. Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder. Journal of Pediatric & Adolescent Gynecology 2007;20:3-12; doi:10.1016/j.jpbg.2006.10.007.
5. Hantsoo L, Epperson N. Premenstrual dysphoric disorder: epidemiology and treatment. Current Psychiatry Reports 2015;17:87. doi:10.1007/s11920-015-0628-3.
6. Chocano-Bedoya OB, Bertone-Johnson RE. Premenstrual syndrome. Women and Health 2013;179-91.
7. Hofmeister S, Bodden S. Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder. American Family Physician 2016;94:236-40.
8. Faculty of Pharmacy, Ubonratchathani university. *Anethum graveolens* L. [Internet]. 2010 [cited 2018 March 9]. Available from: <http://www.thaicrudedrug.com/main.php?action=viewpage&pid=70>. (in Thai)
9. Faculty of Pharmacy, Ubonratchathani University. *Cuminum cyminum* L. [Internet]. 2010 [cited 2018 March 9]. Available from: <http://www.thaicrudedrug.com/main.php?action=viewpage&pid=66>. (in Thai)

10. Faculty of Pharmacy, Ubonratchathani University. *Foeniculum vulgare* Miller subsp. var. *vulgare*. [Internet]. 2010 [cited 2018 March 9]. Available from: <http://www.thaicrudedrug.com/main.php?action=viewpage&pid=67>. (in Thai)
11. Faculty of Pharmacy, Ubonratchathani University. *Alyxia reinwardtii* Blume var. *lucida* Markgr. [Internet]. 2010 [cited 2018 March 9]. Available from: <http://www.thaicrudedrug.com/main.php?action=viewpage&pid=51>. (in Thai)
12. Sharafeldin K, Rizvi MR. Effect of traditional plant medicines (*Cinnamomum zeylanicum* and *Syzygium cumini*) on oxidative stress and insulin resistance in streptozotocin induced diabetic rats. *The Journal of Basic & Applied Zoology* 2015;72:126-34.
13. J uan J, YingJie G, AiJun N. Extraction, characterization of *Angelica sinensis* polysaccharides and modulatory effect of the polysaccharides and Tai Chi exercise on oxidative injury in middle-aged women subjects. *Carbohydrate Polymers* 2009;77:384-88.
14. Cao G-Y, Xu W, Yang X-W, Gonzalez FJ, Li F. New neolignans from the seeds of *Myristica fragrans* that inhibit nitric oxide production. *Food Chemistry* 2015;173:231-37.
15. HayfaaA Al-S, Sahar AAM A-S, Awatif M Al-S. Evaluation of analgesic activity and toxicity of alkaloids in *Myristica fragrans* seeds in mice. *Journal of Pain Research* 2013;6:611-15.
16. Piaru SP, Mahmud R, Majid AMSA, Nassar ZDM. Antioxidant and antiangiogenic activities of the essential oils of *Myristica fragrans* and *Morinda citrifolia*. *Asian Pacific Journal of Tropical Medicine* 2012;5:294-98.
17. Kamatou GP, Vermaak I, Viljoen AM. Eugenol- from the remote maluku islands to the international market place: a review of a remarkable and versatile molecule. *Molecules* 2012;17:6953-81.
18. Reanmongkol W, Subhadhirasakul S, Bouking P. Antinociceptive and antipyretic activities of extracts and fractions from *Dracaena loureiri* in experimental animal. *Songklanakarin Journal of Science and Technology* 2003;25:467-76.
19. Ichikawa K, Kitaoka M, Taki M, Takaishi S, Iijima Y, Boriboon M, Akiyama T. Retrodihydrochalcones and homoisoflavones isolated from Thai medicinal plant *Dracaena loureiri* and their estrogen agonist activity. *Planta Medica* 1997;63:540-3.
20. Ahmad W, Jantan I, Bukhari S. *Tinospora crispa* (L.) Hook. f. & Thomson: a review of its ethnobotanical, phytochemical, and pharmacological aspects. *Frontiers in Pharmacology* 2016;59: doi: 10.3389/fphar.2016.00059.
21. Kaewkumpai R, Tharavanij T, Itharat A. Study on stability testing of the ethanolic extract of benjakul remedy on antioxidant activities and total phenolic content. *Thammasat Medical Journal* 2016;16:600-7. (in Thai)
22. Rachawat P, Pinsornsak P, Kanokkangsadal P, Itharat A. Clinical efficacy and safety of benjakul remedy extract for treating primary osteoarthritis of knee compared with diclofenac: double blind, randomized controlled trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2017; 2017:9593580. doi: 10.1155/2017/9593580.
23. Net-anong S, Kitipawong P, Ruangnoo S, Itharat A. Free radical scavenging activity and total phenolic content of different times for extraction triphala powder and its stability study. *Thammasat Medical Journal* 2015;15:472-9. (in Thai)
24. Jirankalgikar YM, Ashok BK, Dwivedi RR. A comparative evaluation of intestinal transit time of two dosage forms of Haritaki (*Terminalia chebula* Retz). *An International Quarterly Journal of Research in Ayurveda* 2012;33:447-49.

25. Zanin J, Carvalho B, Martineli P, Santos M, Lago J, Sartorelli P, Viegas C, Soares M. The genus *Caesalpinia* L. (Caesalpiniaceae): phytochemical and pharmacological characteristics. *Molecules* 2012;17:7887-792. doi:10.3390/molecules17077887.
26. Lin HX, Han SY, Wang XW, Ma X, Zhang K, Wang L, Ma ZZ, Tu PF. Effect of the carthamins yellow from *Carthamus tinctorius* L. on hemorheological disorders of blood stasis in rats. *Food and Chemical Toxicology* 2009;47:1797-1802.
27. Puttarak P, Sawangjit R, Chaiyakunapruk N. Efficacy and safety of *Derris scandens* (Roxb.) Benth. for musculoskeletal pain treatment: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Ethnopharmacology* 2016;194:316-23.
28. Kuptniratsaikul V, Pinthong T, Bunjob M, Thanakhumtorn S, Chinswangwatanakul P, Thamlikitkul V. Efficacy and safety of *Derris scandens* Benth. extracts in patients with knee osteoarthritis. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2011;17:147-53.
29. Ryu A, Kim TH. Premenstrual syndrome: a mini review. *Maturitas* 2015;82:436-40.
30. Dickerson LM, Pamela P, Mazyck P, Hunter M. Premenstrual syndrome. *American Family Physician* 2003;67:1743-52.
31. Phrayā Phitsanuprasātwet. Wetchasuksā phāetthayasāt sangkhep (Manual for students of traditional medicine). Bangkok: Watchasamosorn school; 1953. (in Thai)

Abstract

Premenstrual symptoms and herbal remedies in Māhaachortārat scripture

Kodchanipa Sutthibut*, Arunporn Itharat*, **, Phechnoy Singchongchai***

*Department of Applied Thai Traditional Medicine, Faculty of Medicine, Thammasat University

**Center of Excellence in Applied Thai Traditional Medicine Research (CEATMR), Thammasat University

***College of Nursing, Christian University of Thailand

Introduction: Māhaachortārat is a Thai traditional medical scripture in Phāetthayasāt songkhro textbook. There is some content that discussion of irregular symptoms occur before menstruation are related to premenstrual syndrome (PMS) in modern medicine. In Thai traditional medicine (TTM), the treatments are based on the abnormality of four elements which is the cause of symptoms and diseases. That is a reason why premenstrual syndrome in Thai traditional medicine has a number of herbal remedies, it causes bewilderment to utilize. Moreover, the ancient word in Thai traditional medical textbooks is rather difficult to understand. Thus, the objective of this study is to analyse document of irregular symptoms which occur before menstruation and the structure of herbal remedies is in Thai traditional medical textbooks.

Method: This study was documentary research involving collection of data from Thai traditional medical textbooks about women's diseases and menstruation. The scope of enquiry included symptoms of premenstrual syndrome in Thai traditional medicine and herbal remedies. Data were analysed by the content analysis method and analysed by concept of Thai traditional pharmacy.

- Result:** The data collection from four Thai traditional medical textbooks found that premenstrual symptoms in Thai traditional medicine were recorded in Māhaachortàrat can be classified into two main groups: 1) Five types of Lohitpökkātithot . These disorder characteristics occur from imbalance of both fire and/or wind elements inside the body. Symptoms are characterized by elemental abnormalities, they will disappear when the first day of menstruation and have no the abnormality appearance of mense. 2) Four types of Lohitunkerdtækongthād. These disorders occur from imbalance of four elements (earth, water, wind and fire). they have more complex symptoms than lohitpökkātithot. Symptoms present before the period (menstruation or monthly bleeding) start and disappear after the period and it includes abnormal menstruation. For the survey herbal remedies found that there are twenty-six remedies (fourteen herbal remedies for lohitpökkātithot and twelve herbal remedies for lohitunkerdtækongthād). The herbal remedies used to treat premenstrual symptoms on both groups were mostly used herbal as mild-tasting to treat disorders of the blood and spicy-tasting used for treatment symptoms or diseases causes from wind element. The structure of herbal remedies emphasized adjustment balance of the elements and hematinic effect.
- Conclusion:** This research can classify the symptoms and the cause of premenstrual symptoms. The results for the benefit of herbal remedies utilization in adjustment balance of the elements and hematinic effect. Premenstrual symptoms in TTM were also related with premenstrual syndrome (PMS) in modern medicine, it was characterized by physical and psychological symptoms that they occur before the menstrual cycle. Lorhit-pökkāti-thord hāa prākaar and lorhit ankerd-tækongthaat thāng sii were results of the imbalance of the body elements and the fire and wind element as the important factors for changing of element balance. The fire element related with changing in hormone levels and the wind element related with changing in neurotransmitter and nervous system.
- Key words:** Lohitpökkātithot, Lohitunkerdtækongthād, Thai traditional medical textbooks, Māhaachortàrat, premenstrual syndrome, Thai herbal remedies.