

คุยกับผู้อ่าน

นพ.ประเวศ วะสี

ขมิ้น... ขมิ้นชัน กินทุกวันต้านมะเร็ง

ขมิ้นชันมีสารเคอร์คิวมิน (curcumin) ซึ่งมีฤทธิ์แอนติออกซิเดชันอย่างแรง ซึ่งสามารถจับอนุมูลอิสระที่เกิดขึ้นในร่างกาย อนุมูลอิสระที่เกิดขึ้นในร่างกาย ทำให้เกิดความเสื่อมของเซลล์ต่างๆ ขมิ้นชันจึงน่าจะชะลอความแก่และป้องกันมะเร็งได้

มีการวิจัยผลของการใช้ขมิ้นชันมากมายเป็นร้อยๆ ชิ้น พบว่าการกินขมิ้นชันลดการจุกเสียดและปวดข้อกระดูกมาก เมื่อเปรียบเทียบกับผลการลดกรดอะลุ่มิลค์ พบว่าขมิ้นชันมีอัตราการแก้ปวดท้องได้ดีกว่า นอกจากนั้นยังมีสรรพคุณอีกหลายอย่างรวมทั้งป้องกันมะเร็งด้วย ในเรื่องเด่นจากปกหมอชาวบ้านฉบับนี้ ภกญ.ดร.สุภาภรณ์ ปิติพร เขียนเรื่อง “ขมิ้น...ขมิ้นชัน กินทุกวันต้านมะเร็ง” เป็นฉันทาใจขอเชิญอ่านให้จุใจ

นอกเหนือไปจากเรื่องสุขภาพ ถ้าขมิ้นชันเป็นยาสามัญประจำบ้านจะกระตุ้นเศรษฐกิจมหภาค เกษตรกรทั่วประเทศจะมีรายได้จากการปลูกขมิ้น กระบวนการขาย การผลิตเป็นยา และการจำหน่ายยังสร้างการมีงานทำอีกจำนวนมาก นี่ว่าขมิ้นชันตัวเดียว ถ้าทำให้ยาสมุนไพรตัวอื่นๆ อีกที่พิสูจน์แล้วว่ามีผลดีจริง เป็นยาสมุนไพรสามัญประจำบ้าน จะมีผลต่อเศรษฐกิจมหภาคเพียงใด ทั้งลดการสูญเสียเงินตราในการซื้อยาจากต่างประเทศ และจากการสร้างรายได้ในประเทศ จากการปลูก การผลิต และการจำหน่าย ถ้ายังวิจัยยาสมุนไพรอย่างเข้มแข็งขึ้นอีก ก็ยังเป็นประโยชน์ทางเศรษฐกิจเพิ่มขึ้นอีก

สมุนไพรไทยเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมหรือภูมิปัญญาไทย ถ้าเรานิยมวัฒนธรรมต่างประเทศมากเกินไป เราก็ยิ่งพึ่งตนเองได้น้อยและสูญเสียทางเศรษฐกิจมาก วัฒนธรรมกับเศรษฐกิจไปด้วยกัน ผมเคยเขียนเรื่อง “เศรษฐกิจวัฒนธรรม” ซึ่งพิมพ์โดยสำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ หมอชาวบ้านจะนำมาเสนอท่านผู้อ่านดูบ้างก็ได้ วัฒนธรรมเป็นรากฐานของสังคม

ประเวศ วะสี