



ทนายอภางานวิจัยเภสัช มศว

โดย ปัทมกัญญา

สูตรส่วนผสมน้ำมันหอมระเหยเพื่อลดอาการซึมเศร้า

รศ.ภญ.ดร.ฐาปณีย์ หงส์รัตนาวรกิจ

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

โรคซึมเศร้าเป็นโรคที่ส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจ อาการของผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้า ได้แก่ อาการซึมเศร้า รู้สึกหดหู่ ท้อแท้ อ่อนเพลีย ไม่มีชีวิตชีวา ส่วนใหญ่เมื่อเกิดอาการดังกล่าวขึ้นจะรักษาโดยใช้ยาที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาทซึ่งถ้าใช้ไม่ถูกวิธีจะทำให้เกิดการเสพติดและให้โทษกับร่างกายได้ ปัจจุบันกระแสนิยมการใช้น้ำมันหอมระเหยมีบทบาทในวงการการแพทย์ทางเลือกมากขึ้นเพราะมีผลข้างเคียงน้อยกว่าการใช้ยาซึ่งเป็นสารเคมีสังเคราะห์ และยาส่วนใหญ่ต้องนำเข้าจากต่างประเทศทำให้มีราคาค่อนข้างสูง

สுகอนบำบัดเป็นการแพทย์ทางเลือกที่นำน้ำมันหอมระเหยที่ได้จากผลิตภัณฑ์ธรรมชาติมาใช้บำบัดรักษาหรือบรรเทาอาการของโรคทั้งทางร่างกายและความผิดปกติทางจิตใจ ผู้บริโภคนิยมใช้น้ำมันหอมระเหยที่ช่วยทำให้รู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า และมีชีวิตชีวา ซึ่งผลที่ตามมาคือช่วยลดอาการซึมเศร้า ความรู้สึกหดหู่ ท้อแท้ อ่อนเพลียได้ จากงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าน้ำมันหอมระเหยหลายชนิดช่วยทำให้รู้สึกสดชื่นกระปรี้กระเปร่า และมีชีวิตชีวา ได้แก่ น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันโรสแมรี น้ำมันเสมีดขาว น้ำมันมะนาว น้ำมันเปลือกผลส้ม น้ำมันมะกรูด น้ำมันพิมเสนต้น และน้ำมันสนใบยาว อย่างไรก็ตามน้ำมันหอมระเหยที่ใช้ส่วนใหญ่อยู่ในรูปน้ำมันเดี่ยวและบางชนิดอาจมีกลิ่นที่ไม่เป็นที่พึงพอใจแก่ผู้บริโภค ดังนั้นผู้วิจัยจึงพัฒนาน้ำมันหอมระเหยสูตรผสมที่ประกอบด้วยน้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันโรสแมรี น้ำมันพิมเสนต้น และน้ำมันสนใบยาวในสัดส่วนที่ช่วยเสริมฤทธิ์ลดอาการซึมเศร้าและมีกลิ่นหอมที่เป็นที่พึงพอใจของผู้บริโภค

ผู้วิจัยได้ศึกษาวิจัยเพื่อประเมินฤทธิ์ลดอาการซึมเศร้าของน้ำมันหอมระเหยสูตรผสมที่พัฒนาขึ้นและของน้ำมันโรสแมรีที่เป็นหนึ่งในส่วนประกอบของน้ำมันหอมระเหยสูตรผสมโดยประเมินผลต่อระบบประสาทอัตโนมัติและการตอบสนองทางอารมณ์และจิตใจในอาสาสมัคร ผลการวิจัยพบว่าน้ำมันหอมระเหยสูตรผสมที่พัฒนาขึ้นและน้ำมันโรสแมรีสามารถเพิ่มความดันโลหิตขึ้นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาสาสมัครรู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า รู้สึกดีในตัวเอง และมีกำลังเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหลังจากได้รับน้ำมันหอมระเหยสูตรผสมที่พัฒนาขึ้นและน้ำมันโรสแมรี โดยผลการวิจัยนี้มีความสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยทั้งในสัตว์ทดลองและในมนุษย์ที่ผ่านมาที่แสดงฤทธิ์ลดอาการซึมเศร้าของน้ำมันหอมระเหยเดี่ยวที่เป็นส่วนประกอบของน้ำมันหอมระเหยสูตรผสม และฤทธิ์ลดอาการซึมเศร้าขององค์ประกอบหลักทางเคมีของน้ำมันหอมระเหย

ผู้สนใจรายละเอียดสามารถติดต่อกับคณะผู้วิจัยโดยตรงได้ที่ tapanee@g.swu.ac.th

เอกสารอ้างอิง

1. Hongratanaworakit T. Simultaneous Aromatherapy Massage with Rosemary Oil on Humans. Scientia Pharmaceutica, 2009, 77: 375-387.
2. Hongratanaworakit T, Srimuang P, Wichanpreechar A, Akarapattaranithi T, Taorang B, Rawdlaurh P. Chemical Composition and Effects of Blended Essential Oil on Humans. Journal of Applied Pharmaceutical Science. 2017, 7: 165-170.
3. อนุสิทธิบัตรเรื่อง สูตรผสมน้ำมันหอมระเหยที่มีส่วนประกอบของน้ำมันโรสแมรีเพื่อลดอาการซึมเศร้า (เลขที่ 9912)