

MENTHA X PIPERITA (PEPPERMINT)

Peppermint / เปปเปอร์มินต์

น้ำมันทีทรี หรือที่เรียกว่าน้ำมันเมลาลูก้าได้มาจากใบของต้นชา *Melaleuca alternifolia* มีถิ่นกำเนิดในประเทศออสเตรเลีย น้ำมันประกอบด้วยสารเคมีที่เป็นส่วนประกอบจำนวนมาก และองค์ประกอบของน้ำมันจะเปลี่ยนไปหากสัมผัสกับอากาศและออกซิไดซ์

น้ำมันหอมระเหยทีทรี (Tea Tree Oil - TTO) นี้มีการใช้งานมาเกือบ 100 ปีแล้วในออสเตรเลีย แต่ปัจจุบันมีจำหน่ายทั่วโลกทั้งในรูปแบบน้ำมันบริสุทธิ์และเป็นส่วนประกอบสำคัญในผลิตภัณฑ์หลายประเภท การใช้น้ำมันทีทรีใช้ทำประโยชน์เป็นน้ำยาฆ่าเชื้อและด้านการอักเสบ เนื่องด้วยฤทธิ์ต้านจุลชีพและด้านการอักเสบของน้ำมันและส่วนประกอบ

น้ำมันทีทรีถูกใช้เป็นยาสมุนไพรแผนโบราณโดยเชื่อว่ารักษารังแค ผิวเหา ริมฝีปากคัน ผื่นคัน และอาการติดเชื้อราที่ผิวหนัง หรือแบคทีเรีย เชื้อราที่เล็บ หรือเท้าของนักกีฬา อย่างไรก็ตาม มีหลักฐานอาจไม่เพียงพอหรือหลักฐานเพียงเล็กน้อยที่สนับสนุนการใช้งานเหล่านี้ และไม่แนะนำสำหรับการรักษาเหาในเด็ก เนื่องจากยังไม่มีกำหนดประสิทธิภาพและความปลอดภัย และอาจทำให้เกิดการระคายเคืองผิวหนังหรืออาการแพ้ได้

ตามที่คณะกรรมการผลิตภัณฑ์ยาสมุนไพร (CHMP) ของ European Medicines Agency ระบุว่าการใช้แบบดั้งเดิมแสดงให้เห็นว่าน้ำมันจากต้นชาเป็นวิธีการรักษาที่สมเหตุสมผลสำหรับ "บาดแผลตื้นเล็กๆ ผื่นคันคันและผื่นคัน" ซึ่งอาจช่วยลดอาการคันได้ในบางกรณีสำหรับของเท้าของนักกีฬา และช่วยให้เยื่อเมือกอักเสบเล็กน้อย CHMP กล่าวว่าผลิตภัณฑ์จากต้นทีทรีไม่ควรใช้กับคนที่มีอายุต่ำกว่า 12 ปี

สารสำคัญที่พบ : Terpinen-4-ol , γ -Terpinene , α -Terpinene , 1,8-Cineole , Terpinolene , p -Cymene , α -Pinene , α -Terpineol , Aromadendrene , δ -Cadinene , Limonene

ปริมาณและการใช้งาน

*ด้านเชื้อแบคทีเรีย

น้ำมันทีทรีทำงานเป็นเสมหะเมื่อสูดดมหรือถ่ายภายในและมีผลผ่อนคลาย ดังนั้นจึงสามารถใช้สำหรับการติดเชื้อที่คอและ
หน้าอก และล้างมือ นอกจากนี้ยังใช้ได้ผลกับอาการปวดหู โรคกระเพาะปัสสาวะอักเสบ และโรคเหงือกอักเสบ การสูดดมไอน้ำมัน
ร้อนด้วยน้ำมันหอมระเหยจากต้นชา 5 หยดไม่เพียงแต่บรรเทาอาการไอและคัดจมูกเท่านั้น แต่การทำเช่นนั้นในช่วงเริ่มต้น
ของการติดเชื้ออาจทำให้ไม่แพร่เชื้อ การกลั้วคอด้วยน้ำมันทีทรี 6 หยดในน้ำอุ่นหนึ่งแก้วอาจบรรเทาอาการเจ็บคอได้

* ยาล้างเชื้อโดยธรรมชาติ

น้ำมันหอมระเหยจากต้นชาเป็นยาล้างเชื้อตามธรรมชาติที่ดีเยี่ยมสำหรับการติดเชื้อที่ผิวหนัง น้ำมันซึมเข้าสู่ชั้นผิวหนังนอกทันที
และผสมกับน้ำมันในร่างกายเพื่อรักษาสภาพต่างๆ เช่น แผลงัดต่อย บาดแผล แผลไฟไหม้ สิว แผลติดเชื้อ รอยฟกช้ำ ผื่น ริด
ริว Chillblains ผื่นผ้าอ้อม ลมพิษ ไม้เลื้อยพิษและไ้ค หนาม ความร้อนและการถูกแดดเผา

- การศึกษาที่ตีพิมพ์ใน Medical Journal of Australia ในปี 1990 ได้สรุปผลลัพธ์ของการใช้เจลทีทรีออยล์ 5% เทียบกับโลชั่น
เบนโซิลเปอร์ออกไซด์ 5% สำหรับสิว ผู้เข้าร่วม 124 คนมีอาการดีขึ้นทั้ง 2 วิธี - วิธีที่ง่ายที่สุดในการรักษาสิวด้วยน้ำมันทีทรี
คือการล้างหน้าด้วยสบู่ที่มีน้ำมันหอมระเหยจากต้นชาหรือเช็ดด้วยน้ำมันทีทรีบริสุทธิ์บนสิวละสองครั้ง (เปอร์เซ็นต์ที่สูง
เกินไปหรือการใช้ น้ำมันหอมระเหยโดยตรงอาจทำให้เกิดอาการระคายเคืองและพุพองได้ ควรผสมน้ำทุกครั้ง) การใช้ครีมทีท
รีออยล์สามารถป้องกันไม่ให้เกิดแผลพุพองจากการถูกแดดเผา

* ด้านการอักเสบ

น้ำมันทีทรีมีคุณสมบัติในการบรรเทาอาการปวดและสามารถใช้สำหรับเคล็ดขัดยอก ข้ออักเสบ ตาปลา เบอร์ซอักเสบ
กลาก โรคเกาต์ โรค carpal tunnel และริดสีดวงทวาร เพื่อบรรเทาอาการปวดที่เกิดจากโรคข้อต่างๆ (โรคข้ออักเสบรูมาตอยด์,
โรคข้อเข่าเสื่อม ฯลฯ) สามารถผสมน้ำมันทีทรี 18 หยดกับน้ำมันอัลมอนด์ 1/8 ถ้วยแล้วใส่ในขวดสีเข้มแล้วเขย่าก่อนทา 2-4
ครั้งต่อวันเป็นน้ำมันนวด นอกจากนี้ยังสามารถใช้ขวดข้อมือสำหรับโรค carpal tunnel syndrome ได้อีกด้วย สามารถเติม
น้ำมันทีทรีลงในน้ำอาบได้หลายสิบหยด

*ป้องกันเชื้อรา

น้ำมันทีทรีเป็นสารต้านเชื้อราที่ดีเยี่ยม และสามารถใช้รักษา Candida albicans, เท้าของนักกีฬา, คันจ็อค, กลาก, เชื้อราที่เล็บ และเชื้อราที่เล็บ (onychomycosis) - การศึกษาที่ตีพิมพ์ใน Journal of Family Practice ในปี 1994 เปรียบเทียบการรักษาโรคเชื้อราที่เล็บด้วยยา clotrimazole ที่ 1% กับน้ำมันทีทรีที่ 100% ในผู้ป่วย 117 คน หลังจากหกเดือน ทั้งสองกลุ่มมีผลลัพธ์ที่คล้ายคลึงกัน โดยกลุ่ม clotrimazole แสดงการติดเชื้อ 11% และกลุ่มทีทรี 18% - สำหรับการติดเชื้อกลากและเล็บ นอกจากการใช้เจลทีทรี ครีม สามารถฆ่าเชื้อได้ด้วยการเติมน้ำมันหอมระเหยทีทรีสองสามหยดลงในอ่างอาบน้ำและเครื่องซักผ้า

*รักษาหงศรีษะและรังแค

ผู้ที่เป็รหังคหังใช้แชมพูทีทรี 5 เปอร์เซ็นต์ทุกวันเป็นเวลา 4 สัปดาห์ พบว่าความรุนแรงโดยรวมดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด เช่นเดียวกับระดับของอาการคันและความมัน เมื่อเทียบกับยาหลอก อย่างไรก็ตามเป็นไปได้ที่จะแพ้้ำมันทีทรี เพื่อตรวจสอบปฏิกิริยา ให้วางแชมพูเล็กน้อยบนปลายแขนของทารกแล้วล้างออก หากไม่มีปฏิกิริยาเกิดขึ้นใน 24 ถึง 48 ชั่วโมง ควรใช้อย่างปลอดภัย

*เพิ่มพลังของระบบภูมิคุ้มกัน

น้ำมันทีทรีสามารถกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกันที่ถูกกดขี่และช่วยเหลืผู้ที่มีอาการป่วยเรื้อรัง เช่น กลุ่มอาการเหนื่อยล้าเรื้อรัง ศัลยแพทย์ในโรงพยาบาลในออสเตรเลียรักษาผู้ป่วยในสถานการณืเหล่านี้ด้วยน้ำมันทีทรีก่อนการผ่าตัดเพื่อเพิ่มพลังของระบบภูมิคุ้มกัน คุณสามารถเติมน้ำมันทีทรีหลายหยดลงในอ่างอาบน้ำหรือขวดทุกสัปดาห์ สามารถเติมน้ำมันทีทรี 2-3 หยดลงในเครื่องทำไอระเหยได้

*สุขอนามัยในช่องปาก

ในการต่อสู้กับคราบพลัค แนะนำให้แปรงฟันด้วยยาสีฟันที่มีน้ำมันทีทรีหรือเดมยาสีฟันลงไป เช่นเดียวกับการเติมน้ำมันทีทรีสองสามหยดลงในน้ำยาบ้วนปาก หลังขั่วยั้งฟันและเหงือก สำหรับอาการเจ็บเหงือก สามารถหยดน้ำมันสักสองสามหยดบนบริเวณที่มีอาการเจ็บได้

*ทำความสะอาดบ้าน



บริษัท ซานี แล็บ (ประเทศไทย) จำกัด

คุณสมบัติของตัวทำละลายตามธรรมชาติของทีทรีออยล์ทำให้เป็นผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดที่ย่อยสลายได้ทางชีวภาพที่ดีเยี่ยม สามารถใช้ซักผ้าอ้อมผ้าฝ้าย เป็นยาดับกลิ่นหรือยาฆ่าเชื้อ เพื่อขจัดเชื้อรา และเพื่อรักษาพืชในร่มสำหรับเชื้อรา เชื้อรา และการติดเชื้อปรสิต

*การดูแลสัตว์

เนื่องจากสัตว์เลี้ยงยังมีโรคประจำตัวหลายอย่างเช่นเดียวกับมนุษย์ น้ำมันทีทรีจึงสามารถนำมาใช้รักษาโรคต่างๆ เช่น โรคข้ออักเสบ หหมัด กลิ่นปาก โรคเหงือก ฝี โรคผิวหนัง เหา ปรสิต กลาก ฝิ่น และเคล็ดขัดยอก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สุนัขมีความอ่อนไหวต่อโรคเรื้อรัง ซึ่งเป็นโรคผิวหนังที่กำเริบยาก ซึ่งทำให้ผมร่วงและคัน การล้างสุนัขหรือแมวโดยใช้สบู่อ่อนๆ และน้ำจากนั้นตัดหรือโกนขนส่วนเกินก่อนที่จะแช่ฟัฟส์ด้วยน้ำมันทีทรีและทาบริเวณที่กำหนดวันละสองครั้งจะช่วยรักษาโรคเรื้อรังได้ สำหรับการใช้งานโดยรวม แนะนำให้ผสมน้ำมันทีทรี 1 ช้อนชากับน้ำ 1/3 ถ้วยตวงแล้วฉีดส่วนผสมจากพืชพรรณลงบนบริเวณที่เป็นเชื้อรา - เมื่อใช้น้ำมันทีทรีสำหรับสัตว์ ควรพิจารณาเสมอ เนื่องจากความแรงเต็มที่อาจทำให้เกิดปฏิกิริยาเช่นการคันของกล้ามเนื้อและการประสานงานที่ไม่ดี ควรเก็บน้ำมันไว้ให้ห่างจากดวงตา

ข้อมูลด้านความปลอดภัย

* ควรตรวจสอบกับผู้ดูแลสุขภาพของคุณเมื่อใช้น้ำมันทีทรีภายใน บางคนอาจแพ้ cineole ในน้ำมันทีทรี แม้ว่าการศึกษาแสดงให้เห็นว่าส่วนที่ 1,8-cineole ช่วยเพิ่มการดูดซึมน้ำมันของผิวหนัง

* ดร.เอียน เซอร์เวลล์ นักวิทยาศาสตร์วิจัยแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ของออสเตรเลีย ชี้ว่าการแพ้มาจากสารที่มีส่วนผสมของน้ำมันทีทรี ในปี พ.ศ. 2541-2542 การศึกษาความไวของผิวหนังที่ศูนย์วิจัยพยาธิวิทยาและการแพทย์แห่งมหาวิทยาลัยเวสเทิร์นออสเตรเลีย พบว่ามีอาสาสมัครเพียง 3 คนจาก 219 คนเท่านั้นที่มีอาการแพ้ต่อส่วนผสมของน้ำมันทีทรีเพียงหนึ่งหรือสองชนิด

* น้ำมันต้นไม้อับริสุทธีมีความเข้มข้นสูงให้ระงับอย่างง่ายในการใช้น้ำมันหอมระเหย 100% กับทารก เด็กเล็ก สตรีมีครรภ์ และสัตว์เลี้ยงบางชนิด

* คุณสามารถใช้น้ำมันหอมระเหยได้อย่างปลอดภัยโดยการสูดดม โดยการหยด 3-4 หยดลงในดิฟฟิวเซอร์ ควรใช้เพียงไม่กี่หยดในการเจือจางในน้ำมันตัวพาหนึ่งออนซ์ และตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณอยู่ในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก

* สำหรับการใช้อย่างเฉพาะที่ / ทาที่ผิวหนัง ให้ผสมให้เข้ากันกับน้ำมันตัวพาที่คุณเลือกทดสอบส่วนผสมบนผิวหนังก่อนเช่น ปลายแขน ก่อนทาในบริเวณที่บอบบางเช่นใบหน้า หากหลังจากผ่านไป 24 ชั่วโมงแล้วคุณพบว่ามียอยแดงหรือระคายเคือง ให้หลีกเลี่ยงการใช้งาน

* ไม่แนะนำการรับประทานน้ำมันหอมระเหย 100% เนื่องจากมีความเข้มข้นสูงหากรับประทานอาจเกิดพิษ จึงควรได้รับคำแนะนำจากแพทย์และผู้เชี่ยวชาญอย่างใกล้ชิด

เอกสารอ้างอิง

1. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1360273/>
2. https://en.wikipedia.org/wiki/Tea_tree_oil
3. <https://www.encyclopedia.com/medicine/encyclopedias-almanacs-transcripts-and-maps/tea-tree-oil>
4. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/262944#benefits>