

CORYMBIA CITRIODORA

Eucalyptus Citriodora (Lemon Eucalyptus)

เลมอนยูคาลิปตัส เป็นต้นไม้สูงที่มีถิ่นกำเนิดในออสเตรเลียตะวันออกเฉียงเหนือ น้ำมันหอมระเหยบริสุทธิ์เลมอน ยูคาลิปตัสมีกลิ่นคล้ายตะไคร้หอมแต่สดชื่นเหมือนยูคาลิปตัส สกัดจากใบและกิ่งของต้น ใช้เป็นสารไล่แมลงตามธรรมชาติ เนื่องจากมี para-menthane-3,8-diol (PMD) ซึ่งเป็นสารประกอบที่ช่วยไล่ยุงและแมลงอื่นๆ ตามรายงานของศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค (CDC) ใช้เป็นยาขับไล่แมลง น้ำมันยูคาลิปตัสเลมอนสามารถป้องกันการกัดที่อาจนำไปสู่โรคได้

น้ำมันเลมอนยูคาลิปตัสบางครั้งใช้แทน DEET ซึ่งเป็นสารออกฤทธิ์ในผลิตภัณฑ์ไล่แมลงยอดนิยมมากมาย แต่บางคนก็กังวลเกี่ยวกับผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นของ DEET ในท้องตลาดส่วนมากเราจะพบกับน้ำมันเลมอนยูคาลิปตัสผ่านกรรมวิธีซึ่งช่วยเพิ่มความเข้มข้นของ PMD และเพิ่มระยะเวลาในการขับไล่แมลง น้ำมันกลั่นสังเคราะห์ที่มี PMD ข้นต่ำ 64% นี้มักเรียกกันว่า 'Oil of Lemon Eucalyptus' (OLE) สำนักงานคุ้มครองสิ่งแวดล้อม (EPA) จำแนก PMD สังเคราะห์ว่าเป็นยาฆ่าแมลงทางชีวเคมี ซึ่งเป็นสารที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติชนิดหนึ่งที่ควบคุมศัตรูพืชด้วยกลไกที่ไม่เป็นพิษ

น้ำมันเลมอนยูคาลิปตัสยังใช้บรรเทาอาการกล้ามเนื้อกระตุกและบรรเทาอาการปวดข้อเข่าเสื่อมอีกด้วย อย่างไรก็ตาม ยังขาดการสนับสนุนทางวิทยาศาสตร์สำหรับการใช้น้ำมันเลมอนยูคาลิปตัสในส่วนนี้

นอกจากนี้ยังสามารถใช้กับผิวหนังบนบาดแผลเพื่อลดการติดเชื้อ รักษาแผลให้หายเร็ว และยังสามารถใช้กับระบบทางเดินหายใจเช่นโรคหัด หายใจไม่สะดวกและโรคหอบหืด

สารสำคัญที่พบ : citronellal (60-80%), citronellol (4-12%), and isopulegol (1-16%).

ปริมาณและการใช้งาน

**** สำหรับป้องกันยุงกัด: ****

Lemon Eucalyptus Essential Oil บริสุทธิ์ สามารถใช้เป็นผลิตภัณฑ์ไล่แมลงในรูปแบบโลชั่น และสเปรย์โดยการเจือจางด้วยน้ำมันพา (Carrier oil) โดยปริมาณที่ใช้ในผลิตภัณฑ์ไล่แมลงคือ 30-40% ซึ่งยังไม่พบผลข้างเคียงในมนุษย์ อย่างไรก็ตาม ความเข้มข้นที่สูงกว่านั้นดูเหมือนจะไม่มีประสิทธิภาพมากกว่าความเข้มข้นที่ต่ำกว่า

ผลิตภัณฑ์เซิงพาณิชย์ที่มีจำหน่ายในสหรัฐอเมริกา ประกอบด้วยน้ำมันยูคาลิปตัสเลมอนสังเคราะห์ (OLE) ที่มีความเข้มข้นของ PMD สูง 8-30% คำแนะนำเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เหล่านี้แนะนำให้ทาน้ำมันไม่เกินวันละสองครั้ง อย่าลืมหาล้างมือให้สะอาดหลังจากใช้น้ำมัน หลีกเลี่ยงการทาลงบนริมฝีปากหรือเข้าปาก

Lemon Eucalyptus Essential Oil จะระเหยออกจากผิวอย่างรวดเร็วไม่เหมือนกับน้ำมันยูคาลิปตัสเลมอนสังเคราะห์ (OLE) ที่มีความเข้มข้นของ PMD สูงกว่า ตามรายงานที่ตีพิมพ์ในวารสาร Malarly ในปี 2554 น้ำมันหอมระเหยจากยูคาลิปตัสเลมอนสามารถป้องกันแมลงกัดต่อยได้เพียงประมาณหนึ่งชั่วโมงเท่านั้น

ข้อมูลด้านความปลอดภัย

* เนื่องจากขาดการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบของน้ำมันยูคาลิปตัสเลมอนต่อเด็ก CDC จึงเตือนไม่ให้ใช้น้ำมันกับเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 3 ปี สตรีมีครรภ์หรือให้นมบุตร ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญก่อนใช้น้ำมันยูคาลิปตัสเลมอน

* น้ำมันยูคาลิปตัสเลมอนบริสุทธิ์ไม่ควรใช้กับผิวหนังโดยตรงหรือใช้ในปริมาณมากเกินไปที่แนะนำ (น้ำมันจะถูกดูดซึมผ่านผิวหนังและการใช้มากเกินไปอาจเป็นพิษได้) ควรเจือจางก่อนใช้

* คุณสามารถใช้น้ำมันหอมระเหยได้อย่างปลอดภัยโดยการสูดดมหรือทาเฉพาะที่ ให้หยด 3-4 หยดลงในดิฟฟิวเซอร์ ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณอยู่ในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก

* สำหรับการใช้อย่างเฉพาะที่ ให้ผสมให้เข้ากันกับน้ำมันตัวพาที่คุณเลือกทดสอบส่วนผสมบนผิวอื่นๆ ก่อนเช่น ปลายแขน ก่อนทาในบริเวณที่บอบบางเช่นใบหน้า หากหลังจากผ่านไป 24 ชั่วโมงแล้วคุณพบว่ามียอยแดงหรือระคายเคือง ให้หลีกเลี่ยงการใช้งาน

* ไม่แนะนำให้รับประทานน้ำมันหอมระเหย เนื่องจากมีความเข้มข้นสูงหากรับประทานอาจเกิดพิษ จึงควรได้รับคำแนะนำจากแพทย์และผู้เชี่ยวชาญอย่างใกล้ชิด

เอกสารอ้างอิง

1. https://www.fda.moph.go.th/sites/Hazardous/KM_Paper/
2. <https://www.verywellhealth.com/lemon-eucalyptus-oil-insect-repellent-4107008>
3. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16610217/>
4. <https://www.hebebotanicals.co.nz/mosquito-repellents/>
5. https://www.emedicinehealth.com/lemon_eucalyptus/vitamins-supplements.htm