

สุดยอดสมุนไพร"รางจืด"ราชายาแก้สารพิษตัวมหัศจรรย์ ช่วยลด- เลิก"ยาบ้า"

นำเสนอเมื่อ : 12 ก.ค. 2557

รางจืด...เป็นสมุนไพรชนิดเดียวที่มีการใช้แก้พิษในอดีตและมีข้อมูลการวิจัยสนับสนุน



รางจืด...ล้างพิษสารเคมีกำจัดศัตรูพืช

ด้วยกระแสของการพัฒนาอุตสาหกรรมเกษตรที่เกษตรกรต้องใช้ยาฆ่าแมลงและสารเคมีจำนวนมากในการผลิตจากการสำรวจตัวอย่างเลือดของเกษตรกรของกระทรวงสาธารณสุขพบว่ามีสารเคมีในกระแสเลือดอยู่มากกว่าร้อยละ ๕๑ เพราะฉะนั้นจากเกษตรกร ๑๔.๑ ล้านคนจะพบ ๗ ล้านกว่าคนมีสารพิษฆ่าแมลงทั้งชนิดออร์กาโนฟอสเฟต (organophosphate) คาร์บาเมต (carbamate) และอาการที่เกิดขึ้นคือ วิงเวียนศีรษะ อาเจียน ปวดเมื่อย และระบบสมองเสื่อมเร็ว รวมไปถึงการพัฒนาสู่การเป็นมะเร็ง ด้วยสภาพการณ์เช่นนี้นับว่าเป็นสิ่งที่กระทรวงสาธารณสุขเลือกสมุนไพรรางจืดมาทำการรณรงค์เพื่อใช้ล้างพิษในกระแสเลือดให้เกษตรกรซึ่งรางจืดเป็นสมุนไพรที่มีการศึกษาวิจัยทั้งในห้องทดลองและการศึกษาในคนมากกว่า๓๐ปีแล้ว

โดยการศึกษาทางเภสัชวิทยาของรางจืดครั้งแรกเริ่มจากแพทย์หญิงพานี เตชะเสน คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่ารางจืดสามารถช่วยชีวิต

รางจืด

ชื่อวิทยาศาสตร์ Thunbergia laurifolia Lindl

วงศ์ Acanthaceae

ชื่อสามัญ Laurel clockvine, blue trumpet vine

ชื่ออื่นๆ รวงจืดมีมากมาย เช่น รวงจืด รวงเองยืน ว่านรวงจืด เถา ยาเขียว เครือเถาเขียว กำลังช้างเผือก ขอบชูระนาง (ภาคกลาง) ยาแย (อุตรดิตถ์) ฮางจืด ฮางเย็น เครือเขาเย็น หนามแน (ภาคเหนือ) คาย (ยะลา) และดุเหว่า (ปัตตานี) เป็นต้น

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Thumbergia laurifolia* Lindl.

ลักษณะพืช รวงจืดเป็นไม้เถาสามารถเลื้อยไปตามพื้นดินหรือพาดพันขึ้นคลุมต้นไม้ใหญ่ๆ ได้ทั้งต้น เถามีลักษณะกลม สีเขียว เมื่อเถาแก่เป็นสีน้ำตาลมากขึ้น ใบเป็นใบเดี่ยวสีเขียวเข้มออกเป็นคู่ตรงข้ามตรงขอของลำต้น ใบมีลักษณะคล้ายใบยานางรูปขอบขนานหรือรูปไข่ กว้าง ๔-๗ เซนติเมตร (ซม.) ยาว ๘-๑๕ ซม. ปลายเรียวแหลม โคนเว้าหรือหยากรูปหัวใจ ขอบใบเรียบหรือหยักตื้น เส้นใบมี ๕ เส้น ออกฐานใบเดียวกัน

ดอกช่อ ออกตามซอกใบใกล้ปลายยอด ช่อละ ๓-๔ ดอก กลีบดอกแผ่ออกเป็นรูปแตร ปลายแยกเป็น ๕ แฉก โคนดอกเป็นหลอดกรวยยาวราว ๑ เซนติเมตร มักมีน้ำหวานบรรจุอยู่ในหลอด สีม่วงแกมน้ำเงิน ผลเป็นผลแห้งแล้วแตก ๒ ซีก จากจะงอยส่วนบน มักมีดอกในฤดูหนาว (เดือนพฤศจิกายน-กุมภาพันธ์) ดอกที่โรยแล้วบางดอกอาจติดผล เมื่อแก่เปลือกผลเป็นสีน้ำตาล แตกออกเป็น ๒ ซีก เมล็ดมีสีน้ำตาลมีปมเล็กๆ คล้ายหนามอยู่บนเปลือกเมล็ด และสามารถนำไปเพาะขยายพันธุ์ต่อไปได้ แต่การขยายพันธุ์รวงจืดส่วนใหญ่นิยมนำเถาแก่หรือใบมาปักชำมากกว่า

การกระจายพันธุ์รวงจืดเป็นพืชในเขตร้อนและเขตอบอุ่นของทวีปเอเชียได้แก่ประเทศแถบอินเดียนโดจีน ศรีลังกา พม่า ไทย มาเลเซีย อินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ มณฑลกว่างตุง สาธารณรัฐประชาชนจีน และไต้หวัน

การขยายพันธุ์ นิยมใช้เถาในการปักชำ ในการชำเถา วิธีที่ดีที่สุดคือเลือกข้อแก่ๆ ของรวงจืดที่ไปติดอยู่สบงไปมา ๑ ข้อ เด็ดไปออก ๑ ใบ นำไปชำในทรายหรือแกลบที่ไม่มีดิน รดน้ำให้ชุ่มจนรากงอก จากนั้นนำไปลงถุงเพาะชำ หรือเลือกเถาแก่มาตัดเป็นท่อน ยาวประมาณ ๖-๘ นิ้ว ใ้มีตาติดอยู่ ๒-๓ ตา ชำเถาในฤดูฝนจะออกรากเร็วกว่า

สารพิษฆ่าแมลง ทั้งชนิดออร์กาโนฟอสเฟส (organophosphate) คาร์บาเมต (carbamate) และอาการที่เกิดขึ้น คือ วิงเวียนศีรษะ อาเจียน ปวดเมื่อย และระบบสมองเสื่อมเร็ว รวมไปถึงการพัฒนาสู่การเป็นมะเร็ง ด้วยสภาพการณ์เช่นนี้นับว่าเป็นสิ่งที่กระทรวงสาธารณสุขเลือกสมุนไพรรวงจืดมาทำการรณรงค์เพื่อใช้ล้างพิษในกระแสเลือดให้เกษตรกร ซึ่งรวงจืดเป็นสมุนไพรที่มีการศึกษาวิจัยทั้งในห้องทดลองและการศึกษาในคนมากกว่า ๓๐ ปีแล้ว

โดยการศึกษาทางเภสัชวิทยาของรวงจืดครั้งแรกเริ่มจากแพทย์หญิงพาดิเตชะเสนา คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่ารวงจืดสามารถช่วยชีวิตแมวของท่านที่ถูกวางยาพิษได้ จึงเป็นแรงบันดาลใจให้ทำการศึกษาวิจัยรวงจืดในการแก้พิษสารกำจัดศัตรูพืชตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๒-๒๕๒๓ โดยเริ่มจากสารกำจัดศัตรูพืชในกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟต (เช่น โพลิดอล พาราไทออน)

ต่อมามีการศึกษาพบว่ารวงจืดยังสามารถลดพิษของสารกำจัดศัตรูพืชกลุ่มคาร์บอเนตเช่นเมโทรมิล เป็นต้น

จากการศึกษาวิจัยการต้านฤทธิ์สารเคมีกำจัดศัตรูพืชของรวงจืดนั้นอาจเกิดจากหลายกลไกเช่น

สารสกัดรวงจืดทำให้ระดับเอนไซม์โคลีนเอสเตอเรสเพิ่มขึ้นหรือลดการยับยั้งเอนไซม์โคลีนเอสเตอเรสซึ่งเอนไซม์ตัวนี้ทำหน้าที่ทำลายโคลีนที่เป็นสาร สื่อประสาท ที่ทำให้เกิดการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ สารกำจัดศัตรูพืชกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟตและคาร์บาเมต

จะไปทำลายเอนไซม์ตัวนี้ และเกิดการสะสมของโคเลสเตอรอลทำให้กล้ามเนื้อหดเกร็ง นำสู่อาการชัก จากการศึกษาพบว่ารังสีไปเพิ่มปริมาณของเอนไซม์ดังกล่าว

รังสี...แก๊พิษจากยาฆ่าหญ้า

ยาฆ่าหญ้าจำพวกพาราควอต นับเป็นสารเคมีที่มีพิษร้ายแรงต่อร่างกายมนุษย์มากที่สุดชนิดหนึ่งเนื่องจากในขนาดกินประมาณ ๑ ซอนโตะ ก็สามารถทำให้คนตายได้ โดยสารตัวนี้จะไปทำให้เกิดการสลายออกซิเจนที่ไม่เสถียรขึ้นอย่างมาก ออกซิเจนเหล่านี้จะไปทำลายเยื่อหุ้มเซลล์เกิดการออกซิเดชันของไขมันที่อยู่ในเยื่อหุ้มเซลล์และทำให้เซลล์ตายพิษของพาราควอต จะเห็นชัดที่สุดในปอดเพราะปอดเป็นบริเวณที่มีออกซิเจนมากที่สุดซึ่งพาราควอตจะทำให้เนื้อเยื่อปอดถูกทำลายจนไม่สามารถแลกเปลี่ยน ออกซิเจนได้จนเสียชีวิตในที่สุด

จากรายงานผู้ป่วยของโรงพยาบาลเจ้าพระ-ยายมราชจังหวัดสุพรรณบุรีเก็บตัวอย่างเป็นเวลา ๓ ปี ระหว่าง พ.ศ. ๒๕๓๓-๒๕๓๕ มีผู้ป่วยที่กินพาราควอตมาที่โรงพยาบาล ๖๔ ราย พบว่ามีผู้ป่วยรอดชีวิต ๓๓ ราย เมื่อเปรียบเทียบกับยอนหลังกับการรักษาในช่วง พ.ศ. ๒๕๓๑-๒๕๓๒ มีผู้ป่วยที่กินพาราควอต ๑๑ รายพบว่ามีชีวิตทุกราย ซึ่งตัวเลขของโรงพยาบาลศิริราชที่มีการรักษาพิษพาราควอตเช่นเดียวกัน มีอัตราการตายประมาณร้อยละ ๘๐ แต่การรักษาพิษพาราควอตนั้นไม่ได้ให้แต่รังสีอย่างเดียว แต่จะมีการทำให้ผู้ป่วยอาเจียนออกมาก่อนแล้วล้างท้องด้วยฟูลเลอร์สเอิร์ท (Fuller's earth) และทำให้ผู้ป่วยขับสารพิษออกมามากๆ ให้แอนติออกซิแดนซ์หรือสารต้านอนุมูลอิสระ โดยการให้วิตามินซีปริมาณสูงๆ และสเตียรอยด์ รวมทั้งการรักษาแบบประคับประคองอื่นๆ ให้ยาต้มรังสี วิธีเตรียมคือนำใบแห้งหนัก ๓๐๐ กรัม ใส่ในน้ำสะอาด ๑ ลิตร ต้มในหม้อดินโดยใช้ไฟกลางเคี่ยวนาน ๑๕ นาที ทิ้งไว้ให้เย็น ให้ผู้ป่วยดื่มหรือให้ทาง NG tube ครั้งละ ๒๐๐ มิลลิลิตร ทุก ๒ ชั่วโมง ตลอดเวลาที่อยู่โรงพยาบาลแล้วรายงานนี้ไม่ถือเป็นงานวิจัยแต่เป็นข้อมูลที่มีประโยชน์มาก

พ.ศ.๒๕๔๓มีรายงานการศึกษาสัตว์ทดลองเกี่ยวกับการต้านพิษพาราควอตของสารสกัดด้วยน้ำของใบรางจืดพบว่าสามารถทำให้อัตราการตายของหนูทดลองลดลงรวมทั้งพบว่าหนูกลุ่มที่ได้รับสารสกัดรางจืดมีระดับพลาสมา malondialdehyde (MDA) ต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แสดงว่าสารสกัดใบรางจืดมีฤทธิ์ยับยั้ง lipid peroxidation และฤทธิ์นี้เป็นกลไกการออกฤทธิ์ต้านพิษพาราควอตกลไกหนึ่งของรางจืด รวมทั้งรางจืดยังไปเพิ่มกิจกรรมของเอนไซม์ที่เรียกว่า NADPH quinone reductase เป็นเอนไซม์ที่ย่อยสลายสารที่เราได้รับเข้าไปในร่างกาย

รังสี...แก๊พิษจากสัตว์ที่เป็นพิษและพืชพิษ

ใช้แก๊พิษแมงดาทะเลเป็นอีกหนึ่งรายงานของการใช้รางจืดแก๊พิษเมื่อวันที่ ๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๒ ที่โรงพยาบาลชุมพรเขตอุดมศักดิ์ มีครอบครัวหนึ่ง ๔ คนที่กินไข่แมงดาทะเล ๒ ราย มีอาการรุนแรงจนหมดสติต้องใส่เครื่องช่วยหายใจ ซึ่งสารพิษที่อยู่ในแมงดาทะเล คือ เทโทรโดท็อกซิน (Tetrodotoxin) สารนี้จะพบในแมงดาทะเลและปลาปักเป้า ซึ่งมีพิษทำให้ผู้ป่วยอาจถึงตายได้

ความรุนแรงของอาการพิษที่เกิดขึ้น ขึ้นอยู่กับปริมาณไข่แมงดาทะเลที่ได้รับ เริ่มแสดงอาการตั้งแต่ ๔๐ นาทีถึง ๔ ชั่วโมง ทุกรายมีอาการชารอบปาก คลื่นไส้ อาเจียน อาการชาจะลามไปยั้งกล้ามเนื้อตามตัวที่เป็นอันตรายคือทำให้หายใจไม่ได้ อาการรุนแรง หมดสติ ต้องใส่เครื่องช่วยหายใจ วิธีการรักษาปัจจุบันไม่มีวิธีเฉพาะ ไม่มีสารแก๊พิษโดยเฉพาะ ต้องรักษาแบบประคับประคองจนผู้ป่วยขับเอาสารพิษออกจากร่างกายให้หมดแพทย์ผู้รักษาใช้รางจืดจากการร้องขอของญาติเมื่อกรอกใส่ สายยางลงไป ๔๐ นาทีอาการดีขึ้น ซึ่งแพทย์ผู้รักษารู้สึกประทับใจกับรางจืดมากและบอกว่าจังหวัดที่อยู่ชายทะเลปีหนึ่งจะมีคนตายจากพิษแมงดาทะเลหรือปลาปักเป้าทุกปีถ้าทุกโรงพยาบาลสามารถปลูกต้นนี้และใช้กับผู้ป่วยของตัวเองจะช่วยให้ไม่มีผู้ป่วยเสียชีวิตเพิ่มขึ้น

รังสี...สู้กับมลภาวะ ออกฤทธิ์ต้านพิษของตะกั่วต่อสมอง

ตะกั่วเป็นมลพิษที่เกิดจากการเผาไหม้ของเครื่องยนต์คนที่อาศัยอยู่ในเมืองใหญ่ๆที่มีรถติดมีโอกาสได้รับสารตะกั่วสูงกว่าคนทั่วไปพิษตะกั่วต่อร่างกายมีอยู่หลายระบบ ที่สำคัญคือสมอง เนื่องจากตะกั่วจะไปสะสมอยู่ในสมองส่วนฮิปโปแคมปัสซึ่งเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้และความจำ

มีงานวิจัยออกกว่ารางวัลแม้จะไม่ได้ช่วยลดระดับตะกั่วในเลือดของหนูที่เราให้ตะกั่วเข้าไป แต่ไปช่วยลดพิษของตะกั่วต่อความจำและการเรียนรู้ของหนู และทำให้เซลล์ประสาทตายน้อยลง ด้วยกลไกการต้านออกซิเดชัน โดยตัวของรางวัลเองและการไปช่วยรักษาระดับเอนไซม์ที่เกี่ยวข้อง

รางวัลช่วยในการลด เลิกยาบ้า

จากการที่ชาวบ้านนำรางวัลมาแก้พิษยาเสพติดภาคีวิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงได้ศึกษาฤทธิ์ของสารสกัดรางวัลต่อเซลล์สมอง พบว่ารางวัลมีฤทธิ์ต่อระบบประสาทคล้ายกับสารเสพติดแอมเฟตามีน และโคเคน โดยทั่วไปเพิ่มการหลั่งโดพามีน ซึ่งเป็นสารสื่อประสาทที่หลั่งมากในขณะที่ผู้ป่วยได้รับสารแอมเฟตามีน รวมทั้งไปเพิ่ม activity ของเซลล์ประสาทในสมองส่วน nucleus accumbens , globus pallidus, amygdala, frontal cortex , caudate putamen and hippocampus ที่เกี่ยวข้องของกับ reward and locomotor behaviour ทำให้คาดว่าในผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาด้วยสารสกัดรางวัลอาจเกิดความพึงพอใจเช่นเดียวกับการรับยาเสพติด หากนำไปใช้ในการรักษาผู้ป่วยจะทำให้ผู้ป่วยไม่ต้องทรมานทรมานมาก จึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งของการรักษาด้วยสารสกัดสมุนไพรได้ผล

รางวัล...จิตด้านพิษเหล้า

จากการที่ประชาชนส่วนหนึ่งได้นำรางวัลมาใช้ในกาต่อต้านพิษสุราเช่นใช้เพื่อป้องกันหรือลดอาการเมาเหล้าคณะเภสัชศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงได้ศึกษาวิจัยฤทธิ์ของรางวัลในการต้านพิษแอลกอฮอล์ต่อตับ พบว่าสารสกัดด้วยน้ำของรางวัลช่วยป้องกันการตายของเซลล์ตับจากพิษของแอลกอฮอล์ ทั้งในหลอดทดลองและในหนูแรดที่ได้รับแอลกอฮอล์ โดยทำให้ค่า AST, ALT ในพลาสมาและไตรกลีเซอไรด์ในตับลดลง และลดการเปลี่ยนแปลงสภาพทางจุลพยาธิวิทยาของตับเมื่อเปรียบเทียบกับหนูที่ได้รับแอลกอฮอล์อย่างเดียว

เนื่องจากสารสกัดด้วยน้ำของรางวัลช่วยลดการเกิดhepaticlipidperoxidationลดระดับแอลกอฮอล์ในเลือด และเพิ่มระดับเอนไซม์ alcohol dehydrogenase และ aldehyde dehydrogenase

ส่วนมหาวิทยาลัยขอนแก่นได้ศึกษาฤทธิ์ของรางวัลต่ออาการขาดเหล้า พบว่าสารสกัดรางวัลให้ผลลดภาวะซึมเศร้าและทำให้พฤติกรรมที่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของหนูเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นแต่ไม่มีผลลดความวิตกกังวลโดยสารสกัดรางวัลช่วยลดการถูกทำลายเซลล์ประสาทของหนูเนื่องจากขาดเหล้าในสมองส่วน mesolimbic dopaminergic system โดยเฉพาะที่บริเวณ nucleus accumbens และ ventral tegmental area

รางวัล...เพื่อคุณภาพชีวิตของโรคเรื้อรัง

การที่มีหมอยาพื้นบ้านจำนวนหนึ่งใช้รางวัลในการคุมเบาหวานและความดันซึ่งมีการทดลองที่สนับสนุนการใช้ดังกล่าวคือในหนูเบาหวานที่ได้รับน้ำตาลไบรางวัลทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติส่วนน้ำหนักในรางวัลสดในขนาด ๕๐ มก./มล.ที่ให้หนูเบาหวานดื่มแทนน้ำนาน ๑๒ วัน ไม่มีผลต่อระดับน้ำตาลในเลือด

นอกจากนี้ ยังมี การทดลองพบว่า การให้สารสกัดด้วยน้ำของใบรางวัลมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือด และทำให้บีตาเซลล์ของตับอ่อนฟื้นฟูขึ้นบางแม้จะไม่สมบูรณ์

ในเรื่องของฤทธิ์ลดความดันนั้นพบว่าสารสกัดด้วยน้ำของใบรางวัลแห่งนี้ผลทำให้ความดันโลหิตของหนูแรดลดลง โดยกลไกการออกฤทธิ์ส่วนหนึ่งอาจผ่าน Cholinergic receptor และทำให้หลอดเลือดแดงคลายตัว

หมายเหตุ :

การใช้สมุนไพรในผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันนี้พึงระลึกว่าต้องมีการรักษาพร้อมกับแผนปัจจุบันและมีการวัดระดับน้ำตาลและระดับความดันอย่างใกล้ชิดเนื่องจากการศึกษาวิจัยยังอยู่ในขั้นตอนของสัตว์ทดลองเท่านั้นรวมทั้งต้องระมัดระวังการเกิดการเสริมฤทธิ์กันของตัวยาดังกล่าว

รางจืด... ต้าน แก๊ออักเสบ

การที่หมอยุพันธ์บ้านนิยมใช้รางจืดรักษาโรคที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบเช่นผดผื่นคันแมลงกัดต่อย เริม งูสวัด มีการศึกษาว่ารางจืดมีฤทธิ์ต้านการอักเสบสูงกว่ามังคุดประมาณ ๒ เท่า(ทดสอบด้วยวิธี Carrageenan induced paw edema) ในหนูถีบจักรและยังมีความปลอดภัยสูงกว่าอีกด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า สารสกัดรางจืดในรูปแบบของครีมสามารถลดการอักเสบได้ดีเท่ากับสเตียรอยด์ครีม

รางจืด... กับมะเร็ง

รางจืดยังมีฤทธิ์ในการต้านมะเร็ง โดยมีการศึกษาฤทธิ์ต้านการก่อกลายพันธุ์ กล่าวคือสารใดๆ มีฤทธิ์ก่อกลายพันธุ์มีศักยภาพสูงสามารถก่อมะเร็งได้ แต่รางจืดมีฤทธิ์ต้านไม่ให้สารนั้นออกฤทธิ์ มีการศึกษาโดยให้หนูกินสารสกัดของกวาวเครือซึ่งกวาวเครือจะไปมีฤทธิ์กระตุ้นการแบ่งตัวและการสร้างนิวเคลียสของเม็ดเลือดแดง กลาวคือนิวเคลียสของเม็ดเลือดแดงจะเป็นก้อนใหญ่ขึ้นและมีการแบ่งตัวนั่นคือกวาวเครือไปทำให้เกิด micronuclei ของเม็ดเลือดแดงเพิ่มอย่างมีนัยสำคัญ แต่ถาให้สัตว์ทดลองกินรางจืดรวมด้วย พบว่าสามารถลดการเกิด micronuclei ได้ ซึ่งทั้งรางจืดแบบสดและแบบแห้งสามารถใช้ได้ผลเช่นกัน นับเป็นข้อดีอีกข้อหนึ่งของรางจืด

โดยพบว่าสารออกฤทธิ์อาจเป็นกรดฟีนอลิก ได้แก่ caffeic acid และ apigenin และสารกลุ่มคลอโรฟิลล์ ได้แก่ chlorophyll a, chlorophyll b, pheophorbide a และ pheophytin a ซึ่งสารเหล่านี้มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระสูงมาก

รางจืด... ผักพื้นบ้านที่มีความปลอดภัย

รางจืดเป็นสมุนไพรที่มีความปลอดภัยสูงชนิดหนึ่ง ทั้งจากการที่ชาวบ้านกินยอดอ่อน ดอกอ่อนเป็นผัก ไข่ลวกกิน แกงกิน เช่นเดียวกับผักพื้นบ้านทั่วไป

นอกจากนี้ ยังนิยมกินน้ำหวานจากดอกรางจืดที่บ้านอีกด้วย ในส่วนของการศึกษาวิจัย มีการศึกษาทั้งพิษเฉียบพลันและพิษเรื้อรัง โดยการศึกษา ๒๕ วันก็ไม่พบหนูตาย ไม่เกิดความผิดปกติในอวัยวะภายใน ต่อมามีการศึกษาระยะ ๖ เดือน ที่เรียกว่าการศึกษาพิษเรื้อรัง พบว่ามีค่าที่เกิดการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในซีรัมในเนื้อเยื่อของหนูไม่ได้แตกต่างจากกลุ่มควบคุม เรียกว่ามีความปลอดภัย ค่าที่พบเปลี่ยนแปลงบางค่าหรือบิลิรูบินเพิ่มขึ้นแต่ก็อยู่ในช่วงค่าปกติ

อย่างไรก็ตามการกินรางจืดปริมาณมากต่อเนื่องกันมีค่าเตือนว่าต้องมีการศึกษาติดตามการเปลี่ยนแปลงโลหิตวิทยาหรือเคมีคลินิกที่อาจเกิดขึ้น

บทสรุปแห่ง...รางจืด

จากประวัติการใช้ที่ยาวนานในแผ่นดินไทย

ประกอบกับการศึกษาวิจัยที่บอกว่ามีความปลอดภัยและการศึกษาวิจัยที่สนับสนุนการใช้ของคนโบราณร่วมกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่ปนเปื้อนไปด้วยสารพิษและปัญหาสุขภาพติดต่อกันทุกหย่อมหญ้าในขณะที่อีกทางต้องไปแก้ไขที่ต้นตอแห่งปัญหาเช่นการลดการใช้สารเคมีในขณะเดียวกันก็ต้องหาทางช่วยเหลือเยียวยาปัญหาที่ยังดำรงอยู่ขอเพียงแต่มีดินไหวกรายืดหาอาหาร มีโครงให้เลี้ยง รางจืดจะแตกใบแตกยอดเป็นยาสมุนไพรที่ไร้แสลงยา เพียงแต่นำมาต้มมาชงกิน ถาวาในยามนี้ภูมิปัญญาไทยจะหวนกลับมาช่วยสังคม

ที่มา : facebook มูลนิธิหมอชาวบ้าน