

## หมามุ่ย สมุนไพรสรรพคุณบรรเจิด เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ ที่เด็ดอยู่ที่เมล็ด

● นำเสนอเมื่อ 23 ก.ค. 2558

**หมามุ่ย แคะไต้ยีนชื่อก็แอบรู้สึกคันยุบยิบ  
แต่นั้นเทียบไม่ได้เลยกับสรรพคุณของหมามุ่ยที่เด็ดดวงจนต้องบอกต่อ**

ถ้าให้นับจำนวนสมุนไพรที่ดีมีประโยชน์ต่อสุขภาพนั้นเชื่อเลยว่าคงจะนับกันไม่หวาดไม่ไหว เนื่องจากมีสมุนไพรมากมายที่ให้คุณกับเราอยู่มากมาย  
แมสมุนไพรบางชนิดเราเห็นรูปลักษณะภายนอกแล้วไม่น่าเชื่อว่าจะดีต่อร่างกายอย่างเช่นสมุนไพรที่เราจะนำมาบอกกล่าวแก่สืบกันวันนี้ ที่ได้ยินชื่อแล้วหลายคนอาจจะไม่กล้าเข้าใกล้เพราะกลัวว่าจะคันจนเกาไม่หยุด แต่จริงๆ แล้วสรรพคุณที่ชุกชอนอยู่นั้นมากมายกว่าที่คิด ไปทำความรู้จักกับสมุนไพรชนิดนี้ให้ดีขึ้นกว่าเดิมกันดีกว่าละ

### หมามุ่ย คืออะไร

หมามุ่ย (Velvet bean) เป็นสมุนไพรที่มีลักษณะเป็นพืชเถา และมีขนคันอยู่บริเวณฝัก หมามุ่ยถูกนำมาใช้ในการรักษาอย่างชานาน  
เนื่องด้วยเพราะเมล็ดของหมามุ่ยนั้นมีสรรพคุณมากมายจนนับไม่ถ้วน  
แต่ที่เห็นได้ชัดเจนนที่สุดก็คือสรรพคุณในเสริมสมรรถภาพทางเพศในเพศชาย นอกจากนี้ส่วนอื่น ๆ ของหมามุ่ยยังสามารถนำมาใช้ในการรักษาโรคได้อีกมากมายเลยเชียวละ  
และสำหรับในประเทศไทยแล้วนั้นก็ยังมีหมามุ่ย 2 สายพันธุ์หลัก ๆ ที่เรารู้จักกันดีก็คือ หมามุ่ยไทย และหมามุ่ยอินเดีย ซึ่งมีความแตกต่างกันเพียงเล็กน้อยและสามารถสังเกตได้คะ

### หมามุ่ยไทย และหมามุ่ยอินเดีย ต่างกันอย่างไร ?

หมามุ่ยไทยและหมามุ่ยอินเดียนั้นดูผิวเผินแล้วอาจจะคล้ายกัน แต่ก็มีความแตกต่างกันที่ฝักและเมล็ด โดยสามารถสังเกตได้ว่าหมามุ่ยอินเดียจะมีขนฝักสั้น เมื่อสัมผัสแล้วจะไม่มีอาการคัน และเมื่อแกะฝักออกมาแล้วเมล็ดที่อยู่ภายในจะมีสองสีสลับกัน ตำบางชาวบาง  
ในขณะที่หมามุ่ยไทยนั้นจะมีขนฝักยาวและหากสัมผัสก็จะทำให้เกิดอาการคันและอาจเกิดอาการแพ้ได้ ทั้งนี้ขนาดฝักก็ยังเล็กกว่าหมามุ่ยอินเดีย ส่วนสีของเมล็ดจะเป็นสีดำสนิทขนาดคละกันไปคะ

แต่ถึงอย่างนั้นก็เชื่อว่าหมามุ่ยไทยจะมีประโยชน์เหมือนหมามุ่ยจีนและอินเดียที่เคยมีผลการศึกษารับรองถึงสรรพคุณในการเสริมสร้างสมรรถภาพทางเพศนะคะ เพราะยังไม่มีหลักฐานยืนยันแน่ชัดว่าหมามุ่ยไทยมีประโยชน์

ทางที่ดีหากไม่แน่ใจว่าเมล็ดหมามูยที่นำมารับประทานเป็นสายพันธุ์ไหนกันแน่ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญจะดีกว่าเพื่อป้องกันผลข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์

## หมามูย สรรพคุณทางยาอันมหาศาลที่ไม่ห้ามมองผ่าน

หมามูยเป็นสมุนไพรที่อุดมไปด้วยสารเลโวโดปา (Levodopa) หรือแอลโดปา (L-Dopa) ที่เป็นสารตั้งต้นของสารสื่อประสาทในสมองที่มีชื่อว่า โดปามีน อันมีความสำคัญต่อระบบสืบพันธุ์ และหากนำไปสกัดเป็นยาเม็ดก็จะสามารถช่วยรักษาโรคพาร์กินสันได้อีกด้วย นอกจากนี้เมล็ดหมามูยยังมีสรรพคุณอีกมากมายไม่ว่าจะเป็นยาบำรุงกำลัง ให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่า ทำให้หลับสบายมากขึ้นหรือแม้แต่สรรพคุณอันลือเลื่องอย่างการเพิ่มสมรรถภาพทางเพศในเพศชาย ช่วยกระตุ้นการสร้างน้ำอสุจิ และทำให้น้ำเชื้อนั้นมีคุณภาพที่ดียิ่งขึ้น เพิ่มการเคลื่อนไหวของอสุจิ ลดภาวะมีบุตรยาก รวมทั้งแก้ไขปัญหาวัยวะเพศแข็งตัวชายในเพศชาย ในผู้หญิงก็ยิ่งช่วยกระตุ้นหน้าอกให้เต่งตึง ขับไขมันพวกรณแปลงปลั่งมีน้ำมีนวล และกระตุ้นของคลอดอีกด้วย

ทั้งนี้การรับประทานเมล็ดหมามูยก็ยังช่วยผ่อนคลายเครียด ช่วยในการเผาผลาญและเพิ่มมวลกล้ามเนื้อ รักษาอาการชาใน ไซทอนพิซ และแก๊ซของแมงป่องได้ ส่วนรากของหมามูยก็มีประโยชน์ เพียงนำไปต้มกับน้ำแล้วนำมาดื่มก็ช่วยรักษาอาการไอ อาการคัน และล้างพิษในร่างกายได้อีกด้วยละคะ

## ข้อควรระวังในการใช้หมามูย

แม้ว่าจะหมามูยจะมีสรรพคุณทางยามากมาย แต่สำหรับคนบางกลุ่ม การรับประทานหมามูยอาจยังมีผลข้างเคียงที่ไม่ถึงประสงค์ใด อาทิ

ผู้ป่วยโรคหัวใจและระบบหลอดเลือดหัวใจ เนื่องจากหมามูยมีสารแอลโดปา ซึ่งเป็นสารที่ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือดควรหลีกเลี่ยงเนื่องจากจะทำให้ความดันโลหิตลดลง ทำให้เกิดอาการวิงเวียนศีรษะและเป็นลม นอกจากนี้ยังเป็นสาเหตุทำให้หัวใจเต้นผิดจังหวะอีกด้วย

หมามูยสามารถช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ก็จริง แต่หากรับประทานในปริมาณที่ไม่เหมาะสมก็อาจจะทำให้ระดับน้ำตาลลดลงมากเกินไป ดังนั้นหากผู้ป่วยเบาหวานต้องการใช้หมามูยช่วยลดระดับน้ำตาลก็ควรที่จะให้ความสนใจกับระดับน้ำตาลในเลือดให้มากขึ้นและควรปรึกษาแพทย์ถึงปริมาณของหมามูยที่สามารถบริโภคได้โดยไม่กระทบต่อสุขภาพคะ

ผู้ป่วยโรคตับเป็นอีกกลุ่มที่ไม่ควรบริโภคหมามูย เพราะสารแอลโดปานั้นจะไปเพิ่มปริมาณสารเคมีที่มีผลทำลายตับ และทำให้อาการของโรคตับเลวร้ายลงคะ ดังนั้นจึงควรห้ามใช้โดยเด็ดขาด

สารแอลโดปานอกจากจะเป็นอันตรายต่อผู้ป่วยโรคตับแล้วยังส่งผลร้ายต่อผู้ป่วยโรคมะเร็งผิวหนังอีกด้วย เพราะสารชนิดนี้จะไปกระตุ้นให้ร่างกายผลิตเมลานินมากขึ้น และทำให้อาการของโรคมะเร็งผิวหนังแฉ่ง จึงไม่ควรใช้เด็ดขาดหากเคยเป็นโรคมะเร็งหรือมีความผิดปกติเกี่ยวกับผิวหนัง

มีรายงานพบว่าสารแอลโดปาสามารถทำให้เกิดการเลือดออกในระบบทางเดินอาหารได้ในกลุ่มผู้ป่วยที่มีแผลในกระเพาะอาหารหรือในลำไส้ แต่ถึงอย่างนั้นก็ตาม ก็ยังไม่มีผลวิจัยออกมาแน่ชัดและยังไม่พบรายงานผู้ป่วยที่เกิดการเลือดออกจากการรับประทานหมามุ่ม

การบริโภคหมามุ่มเป็นสิ่งที่ต้องห้ามในกลุ่มผู้ที่มีปัญหาทางจิต  
เนื่องสารแอลโดปาจะไปทำให้อาการทางจิตเลวร้ายลง

ในแพทย์บางรายอาจมีการสั่งให้ใช้หมามุ่มก่อนทำการผ่าตัดเพื่อควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด แต่ก็ไม่ควรใช้อย่างต่อเนื่องจนถึงตอนผ่าตัดเพราะอาจทำให้เกิดอาการช็อกเนื่องจากน้ำตาลในเลือดต่ำได้ ดังนั้นหากมีการใช้หมามุ่มก่อนการผ่าตัด ควรเลิกใช้อย่างน้อยก่อนถึงวันผ่าตัดเพื่อความปลอดภัย

### **หมามุ่ม ปริมาณการใช้ที่เหมาะสม แค่วันถึงปลอดภัย**

ปริมาณการใช้หมามุ่มเพื่อบำรุงสุขภาพนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลาย ๆ อย่างไม่ว่าจะเป็นภาวะสุขภาพ อายุของผู้ใช้ หรือเงื่อนไขเกี่ยวกับสุขภาพอื่น ๆ ซึ่งในปัจจุบันยังไม่มีกำหนดปริมาณอย่างแน่นอนได้ว่าควรบริโภคไม่เกินปริมาณเท่าใด ฉะนั้นหากคิดจะบริโภคหมามุ่มเป็นอาหารเสริมละก็ ควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญแพทย์ หรือเภสัชกรจะดีที่สุด และที่สำคัญ ควรอ่านฉลากของผลิตภัณฑ์ให้ถี่ถ้วนอีกด้วย

ได้รู้จักกับคุณค่าของสมุนไพรชนิดนี้กันไปแล้ว ต่อไปก็จะไม่ต้องกังวลกับเรื่องอื่น ๆ แล้วละนะ เพราะประโยชน์ที่จะได้รับคุ้มค่ากว่าเยอะ แต่ก็อย่าไปใช้แบบสุ่มสี่สุ่มห้าละ ไม่อย่างนั้นอาจจะส่งผลเสียอันไม่พึงประสงค์ที่ทำลายสุขภาพได้

ขอบคุณที่มาจาก [กระปุก.คอม](#)