

สารสกัดกระบองเพชร ช่วยลดน้ำหนักได้จริงหรือไม่?

ภญ. ญัฐกานต์ พลอดปลั่ง

สารสกัดกระบองเพชรมีจำหน่ายในท้องตลาดและมีการระบุสรรพคุณในการใช้ลดน้ำหนัก โดยกระบองเพชรที่มีผลการศึกษาเกี่ยวกับการลดน้ำหนักคือกระบองเพชรสายพันธุ์ Hoodia Gordonii จากการศึกษาพบว่า Hoodia Gordonii มีสาร steroid glycosides เชื่อว่าสารดังกล่าวไปมีผลกดศูนย์ความอยากอาหาร และทำให้มีฤทธิ์ลดความต้องการอาหารและลดน้ำหนักในสัตว์ทดลองได้(1) แต่ผลการศึกษาประสิทธิภาพของสารสกัดของ Hoodia Gordonii ต่อความอยากอาหารและการลดน้ำหนักในมนุษย์ยังมีความขัดแย้งกัน โดยพบการศึกษาที่มีการใช้สารสกัดจาก Hoodia Gordonii ในมนุษย์จำนวน 2 การศึกษา

การศึกษาแรกเป็นการศึกษาของบริษัท Phytopharm ในปี 2001 ซึ่งไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่ แต่มีรายงานว่ายบริษัทได้ทำการศึกษาลงของสารสกัดจาก Hoodia Gordonii ในอาสาสมัครที่มีภาวะอ้วน ซึ่งถูกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม (ไม่ระบุจำนวนในแต่ละกลุ่ม) โดยผู้ป่วยกลุ่มหนึ่งได้รับยาหลอก ส่วนอีกกลุ่มได้รับสารสกัดจาก Hoodia Gordonii หลังจากติดตามผู้เข้าร่วมการศึกษาระยะเวลา 15 วัน พบว่ากลุ่มที่ได้รับสารสกัดลดปริมาณความต้องการพลังงานต่อวันลง 1000 แคลอรี มีค่าเฉลี่ยพลังงานต่อวันเป็น 2200 แคลอรี และไม่มีอาการข้างเคียง(2) ต่อมาในปี 2011 มีการศึกษาที่ได้รับการตีพิมพ์ Blom และคณะได้ทำการศึกษาประสิทธิภาพและความปลอดภัยของสารสกัดจากกระบองเพชรสายพันธุ์ Hoodia Gordonii ในผู้หญิงสุขภาพดีแต่มีภาวะน้ำหนักเกิน โดยเป็นงานวิจัยเชิงทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุม หรือ Randomized controlled trial แบ่งอาสาสมัครออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรกจำนวน 25 ราย ได้รับสารสกัดจาก Hoodia Gordonii 1110 มิลลิกรัม วันละ 2 ครั้ง และอีกกลุ่มจำนวน 24 รายได้รับยาหลอก ติดตามเป็นระยะเวลา 15 วัน หลังสิ้นสุดการศึกษพบว่าความอยากอาหาร และน้ำหนักระหว่าง 2 กลุ่มไม่ได้แตกต่างกัน แต่กลุ่มที่ได้รับสารสกัด Hoodia Gordonii พบอาการข้างเคียงมากกว่ากลุ่มยาหลอก โดยอาการข้างเคียงที่พบได้แก่ อาการคลื่นไส้ อาเจียน มีความรู้สึกที่ผิดปกติบริเวณผิวหนัง ความดันและอัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น เอนไซม์ตับเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งจากผลการทดลองดังกล่าวสรุปว่าสารสกัดกระบองเพชรสายพันธุ์ Hoodia Gordonii ไม่ได้มีผลอย่างมีนัยสำคัญ ต่อความต้องการพลังงานหรือน้ำหนักตัวเมื่อเทียบกับยาหลอก แต่ยังเพิ่มอาการข้างเคียงอย่างมีนัยสำคัญ(1)

นอกจากนี้เมื่อเดือนตุลาคม 2011 ยังมีประกาศเตือนจาก US FDA องค์การอาหารและยาจากประเทศอเมริกาให้หยุดใช้ “P57 Hoodia” ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์สกัดจากกระบองเพชร สรรพคุณลดความอ้วน และผลิตโดยบริษัท Huikng Pharmaceutical โดยตรวจพบสาร Sibutramine ซึ่งเป็นสารที่มีอันตรายเนื่องจากมีผลเพิ่มความดันโลหิต เพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ และมีความเสี่ยงต่อผู้ป่วยที่มีประวัติโรคหลอดเลือดหัวใจ หัวใจล้มเหลว หัวใจเต้นผิดจังหวะ หรือโรคหลอดเลือดสมองตีบตัน(3)

ซึ่งจากการศึกษาในด้านประสิทธิภาพในการลดน้ำหนักของสารสกัดกระบองเพชรยังมีความขัดแย้งกันอยู่ อาจมีข้อมูลไม่มากพอที่จะสรุปผลของสารสกัดกระบองเพชร Hoodia Gordonii ส่วนอาการข้างเคียงที่พึงระวังได้แก่ อาการคลื่นไส้ อาเจียน ความรู้สึกผิดปกติบริเวณผิวหนัง อัตราการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิตที่เพิ่มขึ้น และเอนไซม์ตับเพิ่มขึ้น

อ้างอิงจาก:

1. Blom WA, Abrahamse SL, Bradford R, Duchateau GS, Theis W, Orsi A et al. Effects of 15-d repeated consumption of Hoodia gordonii purified extract on safety, ad libitum energy intake, and body weight in healthy, overweight women: a randomized controlled trial. Am J Clin Nutr. 2011; 94; 1171-81.
2. U.S. Food and Drug Administration [internet]. USA .Available from: <http://www.fda.gov/ohrms/dockets/dockets/95s0316/95s-0316-rpt0238-04-Hoodia-Gordonii-Tahiliani-vol173.pdf/>
3. U.S. Food and Drug Administration [internet]. USA: U.S. Department of Health & Human services [updated 2013 May 8]. Available from: <http://www.fda.gov/Drugs/ResourcesForYou/Consumers/BuyingUsingMedicineSafely/MedicationHealthFraud/ucm276074.html/>