

# สมาคมโสมเกาหลีเผยโสมเกาหลีมีฤทธิ์ช่วยยับยั้ง การติดเชื้อทางเดินหายใจ



อาหารสุขภาพที่ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกายกำลังได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องท่ามกลางการระบาดของโควิด-19 ที่เกิดขึ้นทั่วโลก ในโอกาสนี้ สมาคมโสมเกาหลีจึงเผยแพร่ผลวิจัยทางโภชนาการเกี่ยวกับฤทธิ์ของโสมเกาหลีในการเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน

โสมเกาหลีเป็นสมุนไพรพื้นถิ่นของเกาหลีใต้ที่โด่งดังไปทั่วโลกจากสรรพคุณชั้นเลิศ โดยหลักฐานทางวิทยาศาสตร์จากการวิจัยทางคลินิกมากมายยังคงตอกย้ำถึงประสิทธิภาพของโสมเกาหลีในการเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน

เมื่อเร็ว ๆ นี้ การวิจัยทางคลินิกที่สถาบันวิจัยโสมและสมุนไพรนานาชาติแห่งกึมซานจัดทำร่วมกับโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแห่งชาติซอนบุก บ่งชี้ว่า โสมเกาหลีมีฤทธิ์ช่วยยับยั้งอัตราการติดเชื้อโรคทางเดินหายใจเฉียบพลัน การวิจัยครั้งนี้แบ่งกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ใหญ่สุขภาพแข็งแรงอายุ 39-65 ปี ออกเป็นสองกลุ่ม คือกลุ่มที่ได้รับยาหลอก และกลุ่มทดลอง โดยกลุ่มทดลองได้รับสารสกัดโสมเกาหลี 324 มิลลิกรัมวันละสามครั้ง รวมเป็น 972 มิลลิกรัมต่อวัน ติดต่อกันนาน 12 สัปดาห์

ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีอัตราการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับยาหลอก 25% ขณะที่ความ

รุนแรงของอาการก็น้อยกว่า 41% และระยะเวลาการเกิดอาการต่าง ๆ เช่น เจ็บคอ คัดจมูก ไอ และปวดศีรษะ ก็สั้นกว่า 69%

จินเซนโนไซด์ ซึ่งเป็นสารออกฤทธิ์ที่พบมากในรากโสม ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย และป้องกันไม่ให้ไวรัสแพร่กระจายในร่างกาย ทั้งนี้ โสมที่เก็บเกี่ยวในช่วงเดือนกันยายนถึงพฤศจิกายนจะมีรากอวบที่สุดและอุดมไปด้วยสารจินเซนโนไซด์มากที่สุด

คุณจาง ผู้จัดการสมาคมโสมเกาหลี กล่าวว่า ทั่วโลกให้ความสนใจโสมเกาหลีมากยิ่งขึ้นหลังจากที่ผลการวิจัยทางคลินิกดังกล่าวเผยแพร่ออกไป ซึ่งทำให้ยอดขายโสมเกาหลีเพิ่มขึ้นเช่นกัน นอกจากนี้ เขากล่าวเสริมว่า การบริโภคโสมเกาหลีจะช่วยเสริมสร้างความสามารถของร่างกายในการต่อสู้กับโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ

สามารถดูข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโสมเกาหลีได้ที่เว็บไซต์ของสมาคมโสมเกาหลี <http://korean-ginseng.org/en2>

ติดต่อ: ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สมาคมโสมเกาหลี อีเมล: [insam3111@daum.net](mailto:insam3111@daum.net)

รูปภาพ - <https://photos.prnasia.com/prnh/20200811/2882019-1>