

## บทที่ 2

### บททบทวนวรรณกรรม

การศึกษาเกี่ยวกับการบริโภคเมี่ยงในประเทศไทยยังมีไม่มากนัก ส่วนใหญ่จะเน้นในแง่ของชาซึ่งมีรูปแบบการนำมาบริโภคที่แตกต่างจากเมี่ยง นั่นคือ เมี่ยง (Pickel tea) จะนำใบมาหมักและใช้เคี้ยวหรืออมไว้ในปาก แต่ชา ซึ่งอาจเป็น ชาจีน (Green tea) หรือชาผง ชาฝรั่ง (Black tea) นั้นจะนำใบชามาแปรรูปเพื่อใช้เป็นเครื่องดื่ม ดังนั้นสารที่พบในเมี่ยงและชา แม้จะเป็นสารส่วนใหญ่ที่เหมือนกัน แต่เมื่อผ่านกรรมวิธีเพื่อจุดมุ่งหมายในการบริโภคที่ต่างกัน อาจทำให้เกิดผลต่อร่างกายแตกต่างกันได้บ้าง แต่อย่างไรก็ตามผลส่วนใหญ่ของเมี่ยงที่มีต่อร่างกาย ก็ยังเป็นผลจากสารต่างๆที่มีในใบชานั่นเอง ผลการศึกษาเกี่ยวกับเมี่ยงและชาเท่าที่รวบรวมได้มีดังนี้

เอ็ดเวิร์ด แวน รอย (ค.ศ. 1965) ศึกษาเกี่ยวกับเศรษฐกิจการทำเมี่ยงในวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก โดยได้อธิบายรายละเอียดของเมี่ยงเกี่ยวกับ ประวัติ แหล่งผลิต วิธีการผลิต ตลอดจนความผูกพันของเมี่ยงที่มีต่ออารยธรรมของชาวไทยภาคเหนือ นอกจากนี้ยังกล่าวถึงผลของเมี่ยงที่มีผลต่อร่างกายของผู้บริโภค โดยสรุปว่าผลที่เกิดขึ้นต่อร่างกายคือผลจากการที่มีสารคาเฟอีน ที่มีอยู่ในเมี่ยงนั่นเอง

อภิรัตน์ สาริกา (2527) ได้ศึกษาเกี่ยวกับสารที่ให้กลิ่นในเมี่ยง (ใบชาหมัก) และได้พบว่าเมี่ยงที่มีรสเปรี้ยวหรือเมี่ยงที่ผ่านการหมักนาน 3-4 เดือนนั้น ตรวจพบเชื้อจุลินทรีย์ส่วนใหญ่เป็นยีสต์ รา และแบคทีเรียตามลำดับ

ประวิณ สิ้นเศรษกุล และ นเรศ สุริยกาญจน์ (2531) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับเมี่ยงและการสูบบุหรี่ของประชากรในภาคเหนือ ซึ่งพบว่าการบริโภคเมี่ยงมักจะควบคู่ไปกับการสูบบุหรี่ชื้อ (ซึ่งเป็นบุหรี่ที่นิยมสูบกั้นในภาคเหนือ) และพบว่าแนวโน้มของการบริโภคเมี่ยงและสูบบุหรี่ของประชากรภาคเหนือนั้นลดลงตามลำดับ คนหนุ่มสาวรุ่นใหม่ไม่นิยม ผู้ผลิตเมี่ยงส่วนใหญ่จึงเปลี่ยนมาทำไร่ชา หรือใบชาแทน

Robert (1974) ศึกษาพบว่าสารสำคัญ (Active Ingredients) ในชาได้แก่สารประเภทแทนนิน คาเฟอีน ทีโอโบรมีน ทีโอฟิลลีน และสารซาโปนิน ปริมาณที่พบในเครื่องดื่มที่ดื่มขนาดพอสมควรจะให้ประโยชน์มากกว่าโทษ

ปิยะรัตน์ โดสุโขวงศ์ และคณะ (2531) ศึกษาพบว่าประโยชน์ที่สำคัญของการดื่มชา คือทำให้ร่างกายได้รับ อาหาร น้ำและแร่ธาตุต่างๆ เช่น Fluoride สามารถป้องกันฟันผุ น้ำชาฆ่าเชื้อโรคในปากได้ ทำให้สมองแจ่มใส หายใจสะดวก ทำให้หัวใจทำงานดีขึ้น ช่วยในการ

ขับถ่ายปัสสาวะ ช่วยย่อยอาหาร แก้อึดอัด ท้องเสีย และลดโคเลสเตอรอลในเลือด โดยเพิ่ม การขับถ่ายของโคเลสเตอรอลในอุจจาระ

Eaton and Melead (1984) และ Kinlen and Mc Pherson (1984) และ Holmes (1983) และ Berkowitz et.al. (1982) และ Heilbrun et.al (1986) ได้ทำการวิจัยพบว่าการดื่มชาทำให้เกิดโทษที่สำคัญ คือ ฟันเปลี่ยนสี ทำให้นอนไม่หลับ อยากสูบบุหรี่ มีกรดมากทำให้เกิดแผลในกระเพาะ มีอาการชาจากการขาด Thiamine ถ้าให้ ร่วมกับยาทางโรคจิตประสาทจะลดการดูดซึมของยา นอกจากนี้การดื่มชาอื่น ๆ มีโอกาสเป็น มะเร็งหลอดอาหาร อาจเนื่องมาจากความร้อนหรือผลของ Tannic และ Phenol ในชา ส่วนปัจจัยเสี่ยงของการเกิดมะเร็งในตับอ่อน ก็กับการดื่มชาเพิ่มขึ้น มีรายงานว่าไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ

นอกจากนี้ยังมีรายงานอื่นๆอีกมาก แต่โดยมากจะมุ่งเน้นในแง่ของการดื่มชามากกว่าการ เคี้ยวหรือการบริโภคเมี่ยงและโดยเฉพาะอย่างยิ่งผลของการบริโภคเมี่ยงในผู้สูงอายุ นั้น เกือบ จะไม่ได้มีการศึกษาไว้เลย ดังนั้น การวิจัยเรื่องการศึกษากาการบริโภคเมี่ยงของผู้สูงอายุใน จังหวัดเชียงใหม่ น่าจะเป็นงานวิจัยที่พอจะให้คำตอบเกี่ยวกับผลของเมี่ยงต่อสุขภาพ ตลอดจน แนวโน้มต่างๆเกี่ยวกับการบริโภคเมี่ยง เพื่อที่จะได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นในการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ ในระดับลึกต่อไป