

ชื่อเรื่องการค้นคว้าอิสระ	การเปรียบเทียบปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระของน้ำแช่เลมอน สายพันธุ์ยูเรก้าในช่วงเวลาที่แตกต่างกันด้วยวิธี DPPH
ชื่อผู้เขียน	อาทิมา วะชิงเงิน
หลักสูตร	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์ชะลอวัยและฟื้นฟูสุขภาพ)
อาจารย์ที่ปรึกษา	ดร.อาริญา สาริกะภูติ

บทคัดย่อ

ด้วยวิถีชีวิตในสังคมปัจจุบันที่มนุษย์ต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมที่เจือปนมลพิษ เชนิกับ ความเครียด ส่งผลให้มีการสะสมอนุมูลอิสระในร่างกายมากขึ้น เมื่ออนุมูลอิสระสะสมเกินขีดจำกัด ของร่างกาย จะก่อให้เกิดความเสียหายในร่างกาย และก่อให้เกิดการเจ็บป่วยและเกิดโรคในที่สุด การเลือกรับประทานอาหารที่มีสารต้านอนุมูลอิสระจึงเป็นทางเลือกที่ดี น้ำอินฟิวส์หรือน้ำแช่ผักผลไม้ เป็นอีกหนึ่งทางเลือกของการดูแลสุขภาพ เพื่อลดการสะสมของอนุมูลอิสระ เนื่องจากน้ำอินฟิวส์จะ อุดมไปด้วยสารสารพฤกษเคมีที่สามารถต้านอนุมูลอิสระได้ เลมอนสายพันธุ์ยูเรก้า เป็นผลไม้ที่นิยม นำมาทำน้ำอินฟิวส์ จากการศึกษาที่ผ่านมายังไม่มีการศึกษาใดที่ทำการศึกษาเปรียบเทียบปริมาณ สารต้านอนุมูลอิสระของน้ำแช่เลมอนสายพันธุ์ยูเรก้าในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน จึงเป็นที่มาของ การศึกษาครั้งนี้ การศึกษาเปรียบเทียบปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระในน้ำแช่ผลไม้ ในช่วงเวลาที่ แตกต่างกันด้วยวิธี DPPH จากผลการศึกษาพบว่าน้ำแช่เลมอนสายพันธุ์ยูเรก้าที่เวลา 6 และ 12 ชั่วโมง มีความสามารถในการยับยั้งอนุมูลอิสระสูงสุด เมื่อเทียบกับเวลา 3 และ 24 ชั่วโมง ซึ่งข้อมูลดังกล่าว เป็นแนวทางในการเลือกเวลาในการแช่เลมอนสายพันธุ์ยูเรก้าเพื่อประโยชน์ในการต้านอนุมูลอิสระใน อนาคต

คำสำคัญ: น้ำอินฟิวส์, เลมอน, สารต้านอนุมูลอิสระ

Independent Study Title The Comparative Antioxidant Content of Eureka Lemon (*Citrus limon* 'Eureka') Infused Water in Different Time to Infuse by DPPH

Author Atima Vachangngern

Degree Master of Science (Anti-Aging and Regenerative Science)

Advisor Ariya Sarikaphuti, Ph. D.

ABSTRACT

Nowadays, humans are faced with environment that are many pollutions and faced with stress are resulting in the accumulation of more free radicals in the body. When accumulated more than the limit of the body, the human body will cause damage and then causing illness and disease. The food selection that has antioxidant is the best way to be healthy. Infused water is another healthy option to reduce free radical in human body. Because infused water is rich in phytochemicals that is antioxidant. Eureka Lemon, it is a popular fruit are used to make infused water. However, no studies have been done in the past to compare the antioxidant content of eureka lemon infused water over different time periods. Therefore, this study aims to compare the antioxidants capacities in eureka lemon infused water at different time to infused by DPPH method. The results showed that water infusion of Eureka lemon at 6 and 12 hours had the highest antioxidant capacity when compared with 3 and 24 hours, these data were used as a guideline for choosing the infusion time of Eureka lemons for antioxidant benefits.

Keywords: Infused water, Lemon, Anti-oxidant