

## สร. แนววิธีเลี่ยงอาหารปนเปื้อนอะฟลาทอกซิน ป้องกันพิษสะสม

กระทรวงสาธารณสุขชี้อาหารและผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร อาทิ ข้าวโพด ถั่วลิสง กระเทียม พริกแห้ง พริกป่น กุ้งแห้ง เสี่ยงขึ้นรา ปนเปื้อนสารอะฟลาทอกซิน แนะนำเลือกซื้อวัตถุดิบ อาหารแห้ง เครื่องปรุงรส สภาพใหม่ ไม่แตกหัก ไม่ขึ้นรา ไม่มีกลิ่นอับชื้น จับเป็นก้อน หรือมีสีผิดปกติ ป้องกันเป็นมะเร็งตับจากพิษสะสม

นายแพทย์โสภณ เมฆธน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข ให้สัมภาษณ์ว่า กระทรวงสาธารณสุข ได้เฝ้าระวังความปลอดภัยด้านอาหารและให้ความรู้แก่ประชาชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้อาหารปลอดภัยจากสารอันตรายปนเปื้อน อย่างไรก็ตาม ประเทศไทยมีสภาพอากาศที่ร้อนชื้น อาจทำให้อาหารและวัตถุดิบหลายชนิดขึ้นรา ซึ่งได้แก่ เชื้อราแอสเพอร์จิลัส ฟลาวัส และแอสเพอร์จิลัส พาราซิติคัส ที่มีสีเขียวหรือสีเขียวแกมเหลือง จะสร้างสารอะฟลาทอกซิน ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งในตับชนิดร้ายแรง ตามประกาศองค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (FAO) และองค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนดให้มีการควบคุมระดับการปนเปื้อนในอาหารเมื่อปี ๒๕๔๐ กระทรวงสาธารณสุขได้ออกประกาศกำหนดให้สารนี้ปนเปื้อนอาหารได้ไม่เกิน ๒๐ ไมโครกรัมต่อกิโลกรัมอาหาร เพื่อคุ้มครองผู้บริโภคในประเทศไทยเช่นเดียวกัน

นายแพทย์โสภณกล่าวต่อว่า สารอะฟลาทอกซิน พบได้ในอาหารและผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร เช่น อาหารจำพวกแป้ง และผลิตภัณฑ์จากแป้ง ข้าว ข้าวโพด ถั่วลิสง กระเทียม พริกแห้ง พริกป่น กุ้งแห้ง สมุนไพร เป็นต้น ที่อันตรายคือสารพิษชนิดนี้ทนความร้อนได้ถึง ๒๖๐ องศาเซลเซียส ทำให้การปรุงอาหารไม่สามารถทำลายพิษได้ ดังนั้นการนำถั่วลิสงหรืออาหารแห้งไปตากแดดก่อนที่จะนำมาเก็บรักษาหรือลดความชื้นด้วยการอบแห้ง และยังช่วยลดความชื้น ทำให้เชื้อราไม่สามารถเจริญเติบโตได้ ส่งผลให้อัลฟลาทอกซินที่ถูกสร้างจากเชื้อราลดลงไปด้วย

สำหรับอุปกรณ์เครื่องครัว โดยเฉพาะเชิงอาจเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรคต่างๆ ได้ การใช้เชิงเพื่อเตรียมปรุงอาหาร ควรแยกใช้เชิงสำหรับเนื้อสัตว์สด ผักสด และอาหารปรุงสุก ไม่นำเชิงหันอาหารสดมาใช้หันอาหารสุก และต้องทำความสะอาดเชิงทุกครั้งภายหลังการใช้ โดยกวาดเศษอาหารออกจากหน้าเชิงให้หมด แล้วใช้น้ำยาล้างจานล้างคราบไขมันที่เกาะออกและล้างน้ำหลายๆครั้ง และผึ่งแดดให้แห้ง ส่วนเชิงที่ใช้หันเนื้อสัตว์สด ควรชุบเศษเนื้อสัตว์และไขมันออกจากหน้าเชิง ล้างเชิงโดยใช้น้ำร้อนราดให้ทั่วเชิงเพื่อขจัดคราบไขมัน หรือใช้น้ำสะอาดผสมน้ำยาล้างจาน และถูด้วยแปรงจนสะอาด ล้างน้ำซ้ำ เพื่อป้องกันสารตกค้าง และผึ่งแดดให้แห้ง ควรเก็บเชิงไว้ในที่สะอาด อากาศโปร่ง และผึ่งแดดสม่ำเสมอ เพื่อป้องกันเชื้อรา

\*\*\*\*\* ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙



แหล่งข่าวโดย » สำนักสารนิเทศ

[มิถุนายน อาทิตย์ ๒๖, พ.ศ ๒๕๕๙ ๑๐:๔๑:๔๓]