

ภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันทำให้คนไม่มีเวลาดูแลสุขภาพของตนเอง โดยเฉพาะเรื่องอาหารที่มีประโยชน์จึงพึ่งอาหารเสริมซึ่งสะดวกและมีสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย แม้จะมีราคาสูงแต่ก็จะเสี่ยงกับการบริโภคอาหารปลอม ทำให้ไม่ได้ประโยชน์ตามต้องการและต้องเสียทรัพย์มากด้วย

ตามพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 มาตราที่ 25 ห้ามมิให้ผู้ใดผลิตนำเข้าเพื่อจำหน่ายหรือจำหน่ายปลอมซึ่งอาหารปลอมตามมาตราที่ 27 ตามพระราชบัญญัติอาหารนี้ หมายถึง อาหารที่ได้สับเปลี่ยนใช้วัตถุอื่นแทนบางส่วน หรืออาหารที่ผลิตขึ้นเทียมอาหารชนิดอื่นและจำหน่ายเป็นอาหารแท้ หรืออาหารที่มีฉลากเพื่อลวงผู้ซื้อให้เข้าใจผิดในเรื่องของคุณภาพ ปริมาณหรือประโยชน์ แต่อย่างไรก็ตามแม้มีการกำหนดโทษของผู้ฝ่าฝืน แต่ก็ยังตรวจพบอาหารปลอมจำหน่ายตามท้องตลาดได้แก่ ริงนกนางแอ่น อาหารเสริมหรือเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของโสม

อาหารปลอม



สุกรรณี ชีรภาพธรรมกุล
สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร

ริงนกปลอม :

มีผู้บริโภคจำนวนมากนิยมบริโภคริงนก ทั้งนี้เนื่องจากมีความเชื่อว่า ริงนกช่วยบำรุงสุขภาพของร่างกาย ให้แข็งแรง ซึ่งนอกจากบริโภคเองแล้ว ยังซื้อเป็นของขวัญเยี่ยมผู้ป่วยโดยเฉพาะในระยะพักฟื้น ยังไม่มีข้อมูลจากการศึกษาถึงประโยชน์ของริงนกต่อสุขภาพอย่างชัดเจนเพียงแต่เป็นความเชื่อที่ว่า แพทย์ในสมัยโบราณของจีนมีการสั่งยาที่มีริงนกนางแอ่นผสมให้คนไข้รับประทานเพื่อบำรุงสุขภาพจากการสืบค้นข้อมูลทาง Internet เพิ่มเติมผู้บริโภค มีความเชื่อว่า ริงนกมีสรรพคุณบำรุงสุขภาพ แก้อาการอ่อนเพลีย รักษาโรคได้สารพัดเช่นโรคระบบทางเดินหายใจ และมีอะมิโนแอซิดบางตัวที่ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกัน ริงนกที่จำหน่ายในท้องตลาดมีหลายรูปแบบ เช่น ริงนกแห้ง ริงนกแห้งกึ่งสำเร็จรูป เครื่องดื่มริงนก เครื่องดื่มริงนกสำเร็จรูป ซึ่งมีหลายสูตรได้แก่ สูตรผสมโสม สูตรไม่มีน้ำตาล และสูตรผสมคอลลาเจน



“

รังนกปลอมจะผลิตจากยางไม้ชนิดหนึ่ง คือ คาราเยกัม มีกลิ่นคล้ายน้ำส้มสายชู ไม่ละลายน้ำแต่สามารถดูดน้ำทำให้พองตัวคล้ายวุ้น ชุ่มเล็กน้อย เมื่อนำมาต้มจะคล้ายรังนก แต่สีขาวกว่า และมีความกระด้างไม่อ่อนตัวเท่ารังนก

”



รังนกจริง (ซ้าย) รังนกปลอม (ขวา)

เนื่องจากรังนกเป็นที่นิยมในการบริโภค ปริมาณรังนกตามธรรมชาติมีไม่เพียงพอทั้งต่อตลาดและราคาแพง รังนกแห้งราคาหลายหมื่นบาทถึง 1 แสน บาทต่อกิโลกรัมขึ้นอยู่กับคุณภาพ จึงทำให้มีผู้ผลิตรังนกปลอมเลียนแบบรังนกแท้จำหน่ายในท้องตลาด ซึ่งรังนกปลอมมีราคาถูกกว่ามาก ประมาณกิโลกรัมละ 2000-4000 บาทเท่านั้น รังนกแท้และรังนกปลอมแตกต่างกันอย่างไร

รังนกแท้จากธรรมชาติ ทำมาจากน้ำลายของนกนางแอ่น การเก็บรังนกจะต้องได้สัมปทานเก็บได้ปีละ 3 ครั้ง ครั้งแรกจะจัดว่าเป็นรังนกที่มีคุณภาพดีที่สุดในปีนั้น ซึ่งจะสร้างในฤดูหนาว ส่วนรังนกที่สร้างในช่วงที่สองและสามจะอยู่ในช่วงฤดูฝน ถ้าบริเวณถ้ำที่รังนกนางแอ่นยึดเกาะเพื่อสร้างรังมีแร่ธาตุชนิดใดปะปน สีของรังนกจะเปลี่ยนไป บางทีก็เห็นเป็นสีแดง ซึ่งเกิดจากการปนเปื้อนของสนิมเหล็กในถ้ำที่นกทำรัง โดยไม่ได้เกิดจากนกนางแอ่นกระอักเลือด ตามที่บางคนเข้าใจ

ส่วนรังนกปลอมจะผลิตจากยางไม้ชนิดหนึ่ง คือ คาราเยกัม มีกลิ่นคล้ายน้ำส้มสายชู ไม่ละลายน้ำแต่สามารถดูดน้ำทำให้พองตัวคล้ายวุ้น ชุ่มเล็กน้อย เมื่อนำมาต้มจะคล้ายรังนก แต่สีขาวกว่า และมีความกระด้างไม่อ่อนตัวเท่ารังนก รังนกปลอมแม้ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพแต่ก็ไม่เกิดประโยชน์ เมื่อนำมาผลิตเครื่องดื่มจะมีราคาประมาณ 30 บาทส่วนเครื่องดื่มรังนกแท้จะมีราคาแพงกว่ามาก

“

เครื่องตีมันฝรั่งแม้ว่าจะตรวจพบว่ามีส่วนผสมของมันฝรั่งแท้ก็ตาม แต่เมื่อนำเฉพาะส่วนเนื้อมาตรวจก็ยังไม่ใช้มันฝรั่งแท้ร้อยเปอร์เซ็นต์

”

ปัจจุบันสำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร สามารถตรวจสอบความแตกต่างของมันฝรั่งแท้และมันฝรั่งปลอมโดยใช้เทคนิคอินฟราเรดสเปกโตรสโคปี (Infrared spectroscopy) มันฝรั่งแท้จะมีรูปแบบของอินฟราเรดสเปกตรัม (Infrared spectrum) เฉพาะจึงสามารถตรวจสอบได้ว่า เป็นมันฝรั่งแท้หรือมันฝรั่งปลอม และสามารถตรวจหาปริมาณของมันฝรั่งในผลิตภัณฑ์โดยประมาณได้ด้วย

จากข้อมูลการตรวจวิเคราะห์ในห้องปฏิบัติการปี 2542-2547 ตรวจพบเครื่องตีมันฝรั่งปลอม คิดเป็นร้อยละ 68.5 ซึ่งส่วนใหญ่เป็นมันฝรั่งพร้อมบริโภค จำหน่ายตามบาทวิถี และร้านค้าย่อย บรรจุในขวดพลาสติก ถูกลงพลาสติกหรือถ้วยพลาสติก ปี 2548-ปัจจุบันตรวจพบเครื่องตีมันฝรั่งปลอมคิดเป็นร้อยละ 34.6 และตรวจพบมันฝรั่งแห้งปลอมร้อยละ 28.6 เครื่องตีมันฝรั่งที่ตรวจพบว่ามีส่วนผสมของมันฝรั่งแท้ส่วนใหญ่ไม่ใช่มันฝรั่งแท้ร้อยเปอร์เซ็นต์ ในส่วนของเนื้ออาหารพบว่ามีส่วนผสมของมันฝรั่งแท้ อยู่ตั้งแต่ร้อยละ 10-90 โดยประมาณ

เครื่องตีมันฝรั่งแม้ว่าจะตรวจพบว่ามีส่วนผสมของมันฝรั่งแท้ก็ตาม แต่เมื่อนำเฉพาะส่วนเนื้อมาตรวจก็ยังไม่ใช้มันฝรั่งแท้ร้อยเปอร์เซ็นต์ และราคาแพง ในการเลือกซื้อควรเลือกที่มีฉลากและเลขสารบบอาหาร มีสถานที่ผลิตชัดเจน มันฝรั่งแท้ควรซื้อจากผู้ผลิตที่หน้าเชื่อถือ มีที่อยู่ที่แน่นอนและควรพิจารณาถึงประโยชน์ที่ได้รับจะคุ้มค่างับราคาหรือไม่ถึงแม้ว่าจะเป็นมันฝรั่งแท้ก็ตาม

อาหารเสริมและเครื่องดื่มผสมโสม:

ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา มีผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องดื่มผสมโสม ในสูตรออกจำหน่ายมากมาย ได้แก่ เครื่องดื่ม ชาเขียว กาแฟซอง กาแฟกระป๋อง ไวน์ ลูกอมและอาหารเสริมชนิดต่างๆ จุดประสงค์เพื่อให้ผลิตภัณฑ์มีความโดดเด่นเหนือคู่แข่งเน้นคุณภาพและประโยชน์ของโสมเหมาะสำหรับคนที่ใส่ใจต่อสุขภาพ

โสมเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งที่ชาวจีนนิยมบริโภค มีชื่อทางพฤกษศาสตร์ว่า Panax Ginseng นิยมปลูกมากในประเทศจีนและเกาหลี โสมสกัดมีสารสำคัญ คือ Ginsenosides



“

ปี 2544-2547 ตรวจพบว่า มีผลิตภัณฑ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน เนื่องจากไม่มีส่วนผสมของโสม ตามที่ฉลากแจ้งร้อยละ 3.8 ได้แก่ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมผสมโสม และในปี 2548-ปัจจุบัน ตรวจพบไม่เข้ามาตรฐานเนื่องจากตรวจไม่พบโสมตามฉลากแจ้งร้อยละ 10.5 ได้แก่วอย่างกาแฟผสมโสม

”

ประโยชน์ของโสม

- ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพการทำงานของร่างกาย
- ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการบำรุงร่างกายและจิตใจในสภาวะที่มีการอ่อนเพลีย
- กระตุ้นประสาทส่วนกลางให้ตื่นตัว ช่วยทำให้ผ่อนคลาย ลดความเครียด
- ช่วยลดปริมาณน้ำตาลในผู้ป่วยที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง
- ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย
- ช่วยชะลอความแก่

จากกระแสที่นำโสมมาผสมลงในผลิตภัณฑ์ สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหารจึงได้พัฒนาวิธีตรวจสอบเอกลักษณ์ของโสมโดยตรวจสอบสารสำคัญที่มีอยู่โสมได้แก่ ginsenosides โดยวิธี TLC เพื่อตรวจสอบผลิตภัณฑ์นั้นมีส่วนผสมของโสมตามที่ฉลากระบุหรือไม่ เพื่อคุ้มครองผู้บริโภค ป้องกันไม่ให้เกิดการหลอกลวงผู้ซื้อ ให้เข้าใจผิดในเรื่องคุณภาพและประโยชน์ที่ได้รับ

ปี 2544-2547 ตรวจพบว่า มีผลิตภัณฑ์ที่ไม่ได้มาตรฐาน เนื่องจากไม่มีส่วนผสมของโสมตามที่ฉลากแจ้งร้อยละ 3.8 ได้แก่ ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมผสมโสม และในปี 2548-ปัจจุบัน ตรวจพบไม่เข้ามาตรฐานเนื่องจากตรวจไม่พบโสมตามฉลากแจ้งร้อยละ 10.5 ได้แก่วอย่างกาแฟผสมโสม

การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เช่นเดียวกับรังนก คือต้องมีฉลากแสดงเลขสารบบอาหาร และมีสถานที่ผลิตที่ชัดเจนคุณประโยชน์ของโสมมีมากแต่ปริมาณที่เติมในผลิตภัณฑ์แตกต่างกัน ถ้าน้อยก็ จะไม่ให้เกิดประโยชน์ การเลือกซื้อควรพิจารณาจากปริมาณโสมบนฉลากด้วย

สุวรรณี อีรภาพธรรมกุล
สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร