



## บริโภคขนมจีน-ก๋วยเตี๋ยวอย่างไรให้ปลอดภัย

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ แนะนำผู้บริโภคไม่ควรบริโภคอาหารชนิดเดียวซ้ำๆ และบริโภคในปริมาณมากๆ โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อนนี้ ผู้บริโภคควรเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ไม่ควรซื้ออาหารมาค้ำไว้นานๆ หากมีความจำเป็นต้องเก็บอาหารนั้น ควรเก็บไว้ในตู้เย็น และนำมาอุ่นก่อนรับประทาน

นายแพทย์อภิชัย มงคล อธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กล่าวว่า คนไทยนิยมบริโภคอาหารประเภทเส้นรองจากข้าว ซึ่งอาหารเส้นที่ได้รับความนิยมสูงได้แก่ขนมจีนและก๋วยเตี๋ยว แต่เนื่องจากประเทศไทยมีอากาศค่อนข้างร้อน ทำให้อาหารมีโอกาสเน่าเสียได้ง่าย เป็นเหตุให้ผู้ประกอบการบางรายที่ผลิตเส้นขนมจีนและเส้นก๋วยเตี๋ยวใช้วัตถุกันเสียหรือที่เรียกว่าสารกันบูดในการผลิต โดยวัตถุกันเสียที่นิยมใช้กันคือ กรดเบนโซอิก ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขอนุญาตให้ใช้ในอาหารไม่เกิน 1000 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม และคณะผู้เชี่ยวชาญด้านวัตถุเจือปนอาหารของโคเด็กซ์ (JECFA) ได้กำหนดเกณฑ์ความปลอดภัย (ADI) ของกรดเบนโซอิกไว้เท่ากับ 5 มิลลิกรัมต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมต่อวัน

กรดเบนโซอิก นิยมใช้เป็นวัตถุกันเสียในอุตสาหกรรมอาหารหลายชนิด ทั้งเครื่องดื่ม น้ำผลไม้ อาหารหมักดอง รวมถึงใช้สำหรับรักษาคุณภาพของเครื่องสำอางและยาสีฟัน โดยกรดเบนโซอิกสามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ **ความเป็นพิษของกรดเบนโซอิก** หากได้รับในปริมาณที่สูงอาจทำให้เกิดอาการคลื่นไส้อาเจียน ปวดท้อง และท้องเสียได้ หากได้รับในปริมาณน้อยร่างกายจะสามารถขับออกให้หมดไปได้ แต่หากได้รับในปริมาณมากและหรือได้รับทุกวันอาจเกิดการสะสมจนถึงระดับที่ทำให้เกิดผลกระทบต่อร่างกายได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีการแพ้ ดังนั้นผู้บริโภคไม่ควรบริโภคอาหารชนิดเดียวซ้ำๆ และบริโภคในปริมาณที่มาก โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อนนี้ ผู้บริโภคควรเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ไม่ควรซื้ออาหารมาค้ำไว้นานๆ หากมีความจำเป็นต้องเก็บอาหารนั้น ควรเก็บไว้ในตู้เย็นและนำมาอุ่นก่อนรับประทาน

นายแพทย์อภิชัย กล่าวต่ออีกว่า ที่ผ่านมา (ปีพ.ศ. 2555-2557) สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้เฝ้าระวังการใช้วัตถุกันเสียในอาหารประเภทเส้น โดยตรวจวิเคราะห์อาหารประเภทเส้นจำนวน 192 ตัวอย่าง พบว่ามีการใช้กรดเบนโซอิกจำนวน 136 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 70.8 โดยมีการใช้เกินกว่าที่กฎหมายกำหนดจำนวน 33 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 17.2 โดยเส้นก๋วยเตี๋ยวชนิดเส้นใหญ่มีการใช้กรดเบนโซอิกทุกตัวอย่าง ปริมาณที่พบอยู่ในช่วง 94.3 - 2,633 ในขณะที่เส้นขนมจีนพบการใช้กรดเบนโซอิกร้อยละ 87.5 ปริมาณที่โซอยู่ในช่วง 166 - 1,272 เส้นก๋วยเตี๋ยวชนิดเส้นเล็ก พบการใช้กรดเบนโซอิกร้อยละ 82.4 ปริมาณที่โซอยู่ในช่วง 20 - 3,474 จากข้อมูลดังกล่าว สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหารได้นำมาประเมินความปลอดภัยในการผู้บริโภค โดยได้เผยแพร่ผลการประเมิน ตลอดจนข้อมูลความรู้ ข้อเสนอแนะสู่ประชาชน ผ่านสื่อต่างๆ เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการบริโภค