

สารหนูในกุ้งแห้ง

คนไทยถ้าอยากมีสุขภาพดี ต้องรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่
 พักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และไม่ทานอาหารที่เป็นโทษต่อร่างกาย
 เท่านั้น ก็จะมีสุขภาพที่แข็งแรง และสามารถยืดอายุไปได้อีกสัก 5-10 ปี เป็นอย่างน้อย
 สำหรับคนไทยแล้วในอาหาร 5 หมู่ นั้น ต้องมีไอโอดีนด้วย
 ซึ่งไอโอดีนที่มีประโยชน์มักพบอยู่ในสัตว์ทะเลตามธรรมชาติ เช่น กุ้ง หอย ปู ปลา
 ทว่า ในอาหารทะเลนอกจากจะมีประโยชน์แล้ว ควรระวังอันตรายที่อาจเกิดจากสารปนเปื้อน
 ที่อาจพบได้ในอาหารทะเลด้วยเช่น สารหนู
 ซึ่งเป็นสารที่พบได้จากพื้นดิน รวมถึงแหล่งน้ำต่างๆ สารหนูในธรรมชาติเหล่านี้มักพบได้จาก
 การระเบิดของภูเขาไฟ การเผาถ่านหิน การใช้สารกำจัดศัตรูพืช เป็นต้น
 เมื่อสิ่งเหล่านี้ปะปนลงสู่แหล่งน้ำ แม่น้ำ หรือทะเล โอกาสที่สัตว์น้ำต่างๆ จะได้รับสารหนู
 ปนเปื้อนจึงเป็นไปได้สูง เมื่อร่างกายสัตว์น้ำกำจัดสารหนูออกไปไม่หมดก็จะสะสมเก็บไว้
 เมื่อคนนำสัตว์น้ำมาปรุงเป็นอาหารรับประทาน ก็จะได้รับสารหนูต่อเป็นทอดๆ
 ซึ่งหากร่างกายคนได้รับสารหนูติดต่อกันเป็นเวลานาน จะทำให้เกิดเป็นแผลหรือเป็นรูที่ช่องจมูก
 ผิวหนังหนาขึ้น มีรอยต่างด่างที่ผิวหนัง อาจมีเส้นสีขาวบนเล็บ
 อาจเกิดอาการชาตามปลายมือปลายเท้า มีอาการอ่อนเพลียของแขนและขา
 กุ้งแห้ง นับเป็นอาหารอีกชนิดที่เมื่อคอลัมน์ “มั่นมากับอาหาร” ทำการสุ่มตัวอย่างเพื่อนำมา
 วิเคราะห์ก็จะตรวจพบว่ามีสารหนูปนเปื้อนแทบทุกครั้ง
 วันนี้ สถาบันอาหาร ได้สุ่มตัวอย่างกุ้งแห้งอีกครั้งเพื่อนำมาวิเคราะห์การปนเปื้อนของสารหนู
 ซึ่งได้ผลเหมือนเดิมคือ พบสารหนูปนเปื้อนทั้ง 5 ตัวอย่าง
 แต่ไม่ต้องตกใจ เพราะปริมาณสารหนูที่พบในครั้งนี้นี้ยังไม่เกินค่ามาตรฐานของกระทรวง
 สาธารณสุขไทย ที่กำหนดให้มีสารหนูปนเปื้อนได้ไม่เกิน 2 มิลลิกรัม /อาหาร 1 กิโลกรัม
 วันนี้กิ้งกุ้งแห้งยังปลอดภัยอยู่ ถ้ากินกันแต่พอดี

ผลการวิเคราะห์สารหนูในกุ้งแห้ง

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปริมาณสารหนูทั้งหมด (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)
กุ้งแห้ง จากย่านตลาดเทเวศน์	0.635
กุ้งแห้ง จากย่านตลาดพระประแดง	0.170
กุ้งแห้ง จากย่านตลาดพรานนก	0.496
กุ้งแห้ง จากย่านตลาดหัวรถไฟ	0.489
กุ้งแห้ง จากย่านตลาดวัดจันทน์สโมสร	0.509

วันที่วิเคราะห์ 17 - 20 มิ.ย. 2554 วิธีวิเคราะห์ In-house method based on AOAC (2005), 986.15
 ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม
 โทร. 02 – 8868088 หรือ www.nfi.or.th/infocenter

