

## เชื้อก่อโรคกับ... ยำแหยม

ยำแหยม อาหารว่างสำหรับคนที่ชอบทานเนื้อสัตว์แปรรูปที่มีรสเปรี้ยว และเผ็ด

ส่วนผสมหลัก ได้แก่ แหยมสดและข้าวทอด

ข้าวทอด เป็นอาหารที่ดัดแปลงจากข้าวเหลือกันหม้อ นำมาผสมเครื่องปรุงรส ผสมแป้ง พริกแกง ให้มีรสเผ็ด แต่จะนำมาผสมกันเป็นยำข้าวทอดแหยมสดได้อย่างไร ตั้งแต่เมื่อไหร่ก็ต้องสืบค้นกันยาว รู้แต่ว่าเมื่อนำมาผสมกันจะให้รสชาติที่กลมกล่อม และลงตัวอย่างมาก

หากทานคู่กับใบชะพลู ใบโหระพา และผักสดก็จะยิ่งได้ประโยชน์ต่อสุขภาพ

เพราะใบชะพลู มีวิตามินเอและแคลเซียมในปริมาณสูง แถมยังมีธาตุเหล็ก ฟอสฟอรัสและเส้นใย

ส่วนใบโหระพาเป็นพืชที่มีน้ำมันหอมระเหย มีคุณสมบัติแก้อาการจุกเสียด แน่นท้อง และช่วยย่อยอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์ เมื่อออร์ย่อยแล้ว ก็ต้องระมัดระวังอันตรายจากเชื้อก่อโรค

ที่อาจปะปนมากับวัตถุดิบด้วย เพราะทั้งแหยมสด ข้าวทอด หากผ่านการผลิตหรือปรุงที่ไม่สะอาด เพียงพอ และแห้งหยุ ผักสด หากไม่ล้างทำความสะอาดให้ดีโอกาสที่เชื้อก่อโรค เช่น

*คลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์* จะปนเปื้อนก็เป็นไปได้สูง เชื้อชนิดนี้หากได้รับเข้าสู่ร่างกาย

จะทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ ทำให้มีอาการคลื่นไส้ ปวดท้อง ท้องร่วง

อาการดังกล่าวจะเกิดใน 8-22 ชั่วโมง หลังจากทานอาหารที่ปนเปื้อนเชื้อดังกล่าวเข้าไป

วันนี้ สถาบันอาหาร เอาใจคนชอบทานยำแหยมจากท้องตลาดจำนวน 5 ตัวอย่าง

ในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล เพื่อนำมาตรวจวิเคราะห์เชื้อ *คลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์*

ผลปรากฏว่าพบ 1 ตัวอย่าง มีเชื้อชนิดนี้ปนเปื้อน แต่ปริมาณที่พบยังไม่เกินเกณฑ์

ของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ เรื่อง เกณฑ์คุณภาพทางจุลชีววิทยาของอาหารและภาชนะสัมผัสอาหาร

ฉบับที่ 3 ที่กำหนดให้พบเชื้อ *คลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์* ปนเปื้อนในอาหารพร้อมบริโภคทั่วไป

ได้ไม่เกิน 100 ซีเอฟยู/ กรัม แม้ผลวิเคราะห์ครั้งนี้จะปลอดภัย

แต่ขอเตือนผู้ที่ชอบทานยำแหยมไว้คิดว่า ควรป้องกันตัวเองด้วยวิธีง่ายๆ ไว้ด้วย

โดยสังเกตคนขายก่อนว่าเวลาชยำยำแหยมใส่ถุงมือสะอาดสะอาดอ่านหรือไม่ วัตถุดิบที่ใช้ปรุงและภาชนะ

ที่ใช้สะอาดและจัดวางอย่างถูกสุขลักษณะหรือไม่ ถ้าใช่ ก็ซื้อหามาทานกันได้ !!!

### ผลวิเคราะห์เชื้อ *คลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์* ในยำแหยม

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	<i>คลอสตริเดียม เพอร์ฟริงเจนส์</i> (ซีเอฟยู/ กรัม)
ยำแหยม ร้านริมบาทวิถี 1 ย่านอินฟินิต สมุทรปราการ	30
ยำแหยม ร้าน 2 ย่านท้ายบ้าน สมุทรปราการ	น้อยกว่า 10
ยำแหยม ร้าน 3 ย่านแคราย นนทบุรี	น้อยกว่า 10
ยำแหยม ร้าน 4 ย่านปิ่นเกล้า กทม.	น้อยกว่า 10
ยำแหยม ร้าน 5 ย่านชอยกรุงเทพฯ-นนทบุรี	น้อยกว่า 10

วันที่วิเคราะห์ 5 - 18 มิ.ย. 2560 วิธีวิเคราะห์ FDA-BAM Online, 2001 (Chapter 16)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านความปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02 422 8688 หรือ <http://fic.nfi.or.th/foodsafety/>