ข้อมูลสำหรับสื่อมวลชน

โซ้ยก๋วยเตี๋ยว เสียวภัย 2 ต่อ!

ไม่ต้องสงสัยเลยว่า ณ วันนี้ “ก๋วยเตี๋ยว” คืออาหารจานสุดโปรดของคนมากมาย เพราะทั้งหากินง่าย ปรุงได้รสดั่งใจ ราคาไม่แพง

พื้นฐานทางโภชนาการของก๋วยเตี๋ยวแต่ละชามนั้นนับว่าอยู่ในขั้นสอบผ่าน เพราะมีครบห้าหมู่ ทั้งแป้ง โปรตีน และผักประกอบ ยิ่งเป็นชามที่ใส่ถั่วงอก ตำลึง โหระพา ผักกาด โรยด้วย ต้นหอม ผักชี ยิ่งวิเศษ ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นอาหารปรุงร้อนๆ ทีละชาม จึงช่วยลดความเสี่ยงต่อเชื้อโรคได้มาก

ฉะนั้น คนรักก๋วยเตี๋ยวจึงจัดได้ว่าเป็นผู้ที่มีวิสัยทัศน์อย่างแท้จริง เพราะอาหารจานนี้ให้ทั้งความโอชะและอนามัยควบในชามเดียว

แต่ช้าก่อน...ไม่ช้าไม่นานมานี้มีข่าวป่าวร้อง เตือนภัยคอก๋วยเตี๋ยวจาก ศูนย์วิทยาศาสตร์การแพทย์อุบลราชธานี ที่ลงมือทำวิจัยชิ้นสำคัญเรื่อง "ความปลอดภัยในเส้นก๋วยเตี๋ยว ในเขตภาคอีสาน" และพบเงื่อนปมปัญหาเกี่ยวกับสารปนเปื้อนในเส้นก๋วยเตี๋ยวอย่างจังๆ ถือเป็นข้อมูลที่ผู้บริโภคควรรู้และให้ความสนใจ เพื่อป้องกันภัยให้แก่ตนเองยามสั่งก๋วยเตี๋ยวแต่ละชามมาชิม

สาดสารกันเสียใส่เส้นก๋วยเตี๋ยว

ภก.วรวิทย์ กิตติวงสุนทร ผอ.ศูนย์วิทยาศาสตร์การแพทย์อุบลราชธานี ให้ข้อมูลว่า ก๋วยเตี๋ยวส่วนใหญ่เป็น "เส้นสด"ที่ค้างหลายวันไม่ได้ ผู้ประกอบการจึงเติม "สารกันบูด" หรือ "สารกันเสีย"เพื่อยืดอายุเส้นก๋วยเตี๋ยวและยืดระยะเวลาการจำหน่าย

สารกันบูดที่นิยมใช้คือ **กรดเบนโซอิก** และ **กรดซอร์บิก** ซึ่งเป็นสารที่ถ้าร่างกายได้รับปริมาณสูงเป็นเวลานาน จะทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของตับและไตลดลง

คณะกรรมการกำหนดมาตรฐานอาหารสากล (Codex) ได้กำหนดให้ใช้กรดเบนโซอิกในเส้นก๋วยเตี๋ยวได้ไม่เกิน 1,000 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม แต่ผลจากการตรวจวิเคราะห์ตัวอย่างเส้นก๋วยเตี๋ยวใน 4 จังหวัดภาคอีสานคือ จ.อุบลราชธานี อำนาจเจริญ ยโสธร และศรีสะเกษ พบผลที่น่าตระหนก เพราะเส้นทุกประเภทที่เก็บมาตรวจวิเคราะห์ล้วนแต่พบปริมาณสารกันบูดเกินจากมาตรฐานตั้งแต่สี่เท่าตัวขึ้นไป ดังนี้

- ก๋วยเตี๋ยว"เส้นเล็ก"พบปริมาณกรดเบนโซอิกสูงสุด 17,250 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
- รองลงมาเป็นก๋วยเตี๋ยว "เส้นหมี่"7,825 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
- เส้นก๋วยจั๊บ พบในก๋วยจั๊บเส้นใหญ่ 7,358 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ส่วนก๋วยจั๊บเส้นเล็กตามมาติดๆ 6,305 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
- บะหมี่โซบะ พบ 4,593 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
- ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ พบ 4,230 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม

ภก.วรวิทย์ กล่าวว่า จากผลวิจัยดังกล่าวทำให้ความเชื่อเดิมที่คิดว่า เส้นหมี่ ซึ่งมีลักษณะแห้งน่าจะมีวัตถุกันเสียน้อย และน่าจะพบมากในเส้นใหญ่ที่มีความชื้นสูงนั้น แต่ข้อเท็จจริงเส้นใหญ่กลับยังเป็นรองเส้นเล็ก

ที่น่ายินดีคือ เส้นที่ไม่พบสารกันบูดเกินมาตรฐานเลย คือ เส้นบะหมี่เหลือง เพราะผลิตจากแป้งสาลีและวุ้นเส้น ส่วนเส้นอื่นๆจะผลิตจากแป้งข้าวเจ้าที่มีความชื้นสูง ทำให้ราขึ้นง่าย จึงมีการใส่วัตถุกันเสียกันอย่างหนัก เพราะเมื่อออกจากโรงงานกว่าจะถึงจุดที่ปรุงขายก็ส่งผ่านมาหลายด่าน บางทีก็ใช้เวลานานหลายวัน

แม้การตรวจวิเคราะห์ในครั้งนี้จะทำเฉพาะในเขตภาคอีสาน แต่คาดว่าเส้นก๋วยเตี๋ยวทั่วประเทศจะมีปัญหาไม่แตกต่างกัน

"เมื่อคิดค่าเฉลี่ยน้ำหนักผู้บริโภคคนไทย คือ 50 กิโลกรัม ดังนั้นปริมาณสูงสุดที่ควรบริโภคคือไม่เกิน 250 มิลลิกรัมต่อวัน ซึ่งการกินก๋วยเตี๋ยว 1 มื้อ จะมีเส้นประมาณ 50-100 กรัม เท่ากับว่าผู้บริโภคจะได้รับกรดเบนโซอิกประมาณ 226-451 มิลลิกรัม ซึ่งจะส่งผลต่อสุขภาพในระยะยาว และเมื่อรวมกับปริมาณวัตถุกันเสียในอาหารอื่นๆ ที่กินในแต่ละวัน เท่ากับว่าผู้บริโภคจะได้รับสารนี้จำนวนมาก" ภก.วรวิทย์ กล่าวด้วยความห่วงใย

"คอก๋วยเตี๋ยว" ต้องป้องกันตัวกันแล้ว

เมื่อมีการเปิดเผยข้อมูลอันน่าตกใจดังกล่าวของเส้นก๋วยเตี๋ยว คณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ในฐานะที่เป็นหน่วยงานที่กำกับดูแลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับอาหารและยา ได้สั่งการให้นายแพทย์สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด (สสจ.) เร่งเก็บตัวอย่างเส้นก๋วยเตี๋ยวทั่วประเทศตรวจหาสารกันบูด และมีแนวโน้มที่จะกำหนดให้ " โรงงาน " ผลิตเส้นก๋วยเตี๋ยวต้องพัฒนาให้ได้มาตรฐานเกณฑ์การผลิตที่ดี (จีเอ็มพี) คำนึงถึงความสะอาดปลอดภัยของกระบวนการการผลิต

นพ.นิพนธ์ ให้ข้อมูลว่า สารกันบูดที่ใส่ในเส้นก๋วยเตี๋ยวนั้น ไม่สามารถดูได้ด้วยตาเปล่า อีกทั้งรสชาติของเส้นที่มีสารกันบูดไม่มีความแตกต่างกับเส้นก๋วยเตี๋ยวที่ไม่มีสารกันบูด และการลวกเส้นด้วยน้ำร้อนก็ไม่สามารถทำลายสารกันบูดได้ เพราะผสมเป็นเนื้อเดียวกันกับเส้นก๋วยเตี๋ยวไปแล้ว ซึ่งอย.จะเร่งศึกษาข้อมูลเพื่อหาทางคุ้มครองความปลอดภัยของผู้บริโภค

อย่างไรก็ตาม อย. มีข้อแนะนำให้สังเกตเมื่อกินก๋วยเตี๋ยวว่าก๋วยเตี๋ยวที่เรากินนั้นใส่สารกันบูดหรือไม่ โดย

- ถ้าใส่สารเคมี เส้นก๋วยเตี๋ยวจะ"เหนียวหนึบ"กัดไม่ค่อยจะขาดจากกัน หรือถ้าพูดง่ายๆจะมีความเหนียวผิดปกติ อีกทั้งเส้นที่ใส่สารกันบูดเมื่อนำไปลวกในหม้อก๋วยเตี๋ยว สังเกตว่าน้ำที่ลวกจะ "ขุ่น"
- นอกจากนี้ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่หรือเส้นสดที่ใส่สารกันบูดทิ้งไว้ 2- 3 วัน จะมีสีสันคงเดิมไม่มีรา ขึ้น แต่เมื่อมาดมดูจะมีกลิ่น เหม็นเปรี้ยว ผิดกับเส้นสดที่ไม่ใช้สารกันบูดเพียงคืนเดียวเส้นก็ขึ้นราและบูดแล้ว

อย่างลืมสังเกตก่อนกิน จะได้อยู่ชิมก๋วยเตี๋ยวเจ้าอร่อยต่อไปนาน ๆ

ที่มา เรื่องเล่าข่าวสุขภาพใน www.hiso.or.th

ข้อมูลเพิ่มเติม ติดต่อ กิติมาภรณ์ 081 449 7479