

SEAFOOD

ปลอดภัยจากไอซูอัน

อาหารทะเล (Seafood)

มักเป็นอาหารจานโปรดของใครหลายคน อีกทั้งยังเป็นแหล่งอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น โปรตีน ไอโอดีนและโอเมก้า 3 เป็นต้น ด้วยคุณสมบัติมากมายนี้จึงทำให้อาหารทะเลเป็นที่นิยมในทุกเพศทุกวัย แต่เนื่องจากอาหารทะเลเป็นอาหารสดเน่าเสียได้ง่าย จึงต้องเก็บรักษาไว้ที่อุณหภูมิต่ำ เพื่อป้องกันความเน่าเสีย

ภัยร้ายที่แฝงมากับอาหารทะเล

 **เชื้อก่อโรคอาหารเป็นพิษ**
เชื้อก่อโรค เช่น *Vibrio parahaemolyticus* ซึ่งมีโอกาสพบได้มากในฤดูร้อน จะก่อให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ โรคอุจจาระร่วง หรืออาการกระเพาะอาหารและลำไส้อักเสบอย่างรุนแรง

 **สารฟอร์มาลีน**
ผู้ประกอบการใส่สารฟอร์มาลีนเพื่อให้เก็บรักษาอาหารทะเลให้คงความสดได้นานขึ้น การบริโภคอาหารที่ปนเปื้อนฟอร์มาลีนเข้าไปในปริมาณมากจะเกิดพิษต่อระบบทางเดินอาหาร ในบางรายอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

บริโภคอาหารทะเลอย่างไรให้ปลอดภัย

-  หากไม่รับประทานทันทีควรเก็บใส่ตู้เย็นเพื่อชะลอการเน่าเสีย
-  ไม่ซื้ออาหารทะเลที่สดเกินธรรมชาติ หรือมีกลิ่นฉุนแสบจมูก เนื่องจากอาจเสี่ยงต่อการปนเปื้อนของสารฟอร์มาลีน
-  เลือกซื้ออาหารทะเลที่สดใหม่ มีการบรรจุเย็น หรือแช่น้ำแข็งที่เพียงพอควรแยกอาหารทะเลที่ปรุงสุกและยังไม่สุกออกจากกัน
-  ควรปรุงอาหารให้สุกด้วยความร้อนทุกครั้ง และหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารแบบสุกๆ ดิบๆ

 ข้างวัดตู้เก็บไว้สะอาดก่อนนำมาปรุง โดยผ่านน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง เพื่อความปลอดภัย

บทกวีหนวดโท

สารฟอร์มาลีนเป็นสารที่ห้ามใช้ในอาหารที่มีย่านเข้าหรือจำหน่าย ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ 391 (พ.ศ.2561) เรื่อง กำหนดอาหารที่ห้ามผลิต จำหน่าย หรือจำหน่าย ผู้ใดฝ่าฝืน **ต้องระวางโทษจำคุก ตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 2 ปี และปรับตั้งแต่ 5,000 บาท ถึง 20,000 บาท** ตามมาตรา 50 แห่งพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ.2552

แหล่งที่มา

-  กรมวิทยาศาสตร์บริการ (2561) : การปนเปื้อนของสารฟอร์มาลีนในอาหาร, วันที่ 15 ธันวาคม 2563
-  กรมวิทยาศาสตร์บริการ (2561) : การปนเปื้อนของสารฟอร์มาลีนในอาหาร, วันที่ 15 ธันวาคม 2563
-  กรมวิทยาศาสตร์บริการ (2561) : การปนเปื้อนของสารฟอร์มาลีนในอาหาร, วันที่ 15 ธันวาคม 2563

