

ลูกชิ้นปิ้งกับสารกันบูด

ลูกชิ้นปิ้งอาหารทานเล่นฮอตฮิต ที่คนไทยหาซื้อได้ทุกหัวระแหง โดยเฉพาะในกรุงเทพฯ ไม่ว่าจะตรอก ซอก ซอยใด ก็หาลูกชิ้นปิ้งทานได้ตามรถเข็นแทบจะ 24 ชั่วโมง ลูกชิ้นมีหลายชนิด ทั้งลูกชิ้นหมู เนื้อ ปลา กุ้ง หมึกและลูกชิ้นสาหร่าย และนำมาปรุงเป็นอาหารได้หลายแบบ เช่น นำมาปิ้ง ทอด ย่าง อบ ราดน้ำจิ้มแล้วทานกับผักสด หรือหนึ่งแล้วนำมาทำเป็นยำลูกชิ้น หรือใช้เป็นเครื่องสำหรับทำก๋วยเตี๋ยวก็อร่อยไม่แพ้กัน

ทว่าวันนี้ ลูกชิ้นที่คนไทยชื่นชอบกันนั้นอาจมีสิ่งที่เราไม่ต้องการแฝงมาด้วย สิ่งที่ว่าคือ สารกันบูด คงอาจเป็นเพราะลูกชิ้นเป็นอาหารยอดนิยมและเป็นอาหารที่ทำจากเนื้อสัตว์ ที่อาจเน่าเสียได้ง่ายซึ่งต้องเก็บไว้ในตู้เย็นเท่านั้น

ทำให้ผู้ผลิตบางรายจึงใส่สารกันบูดลงในลูกชิ้นเพื่อให้สามารถยืดอายุของลูกชิ้นสด ให้เก็บไว้ขายได้นานๆ สารกันบูดที่ผู้ผลิตใส่ในลูกชิ้นมีทั้ง กรดเบนโซอิก กรดซอร์บิก

โดยเฉพาะกรดเบนโซอิกและเกลือเบนโซเอต เป็นสารกันบูดชนิดที่ใช้กันมาก เพราะราคาถูก หาง่าย และมีฤทธิ์ยับยั้งการเติบโตของเชื้อโรคและเชื้อที่ทำให้อาหารเน่าเสียได้หลายชนิด ซึ่งทำให้เก็บลูกชิ้นไว้ได้นาน โดยไม่เน่าเสีย ไม่มีเมือก และไม่มีกลิ่นเหม็น

แม้ว่ากรดเบนโซอิกจะเป็นสารกันบูดที่ค่อนข้างปลอดภัยต่อผู้บริโภค หากได้รับวันละไม่เกิน 5 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมน้ำหนักตัวต่อวัน จากการทานอาหาร ร่างกายของคนปกติทั่วไปจะยอมรับได้ คือ ตับและไตจะสามารถกำจัดสารชนิดนี้ออกจากร่างกายทางปัสสาวะ

แต่ถ้าได้รับเกินกว่า 5 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมน้ำหนักตัวต่อวัน ทุกวัน ตับและไตจะต้องรับภาระหนักในการกำจัดสารออกจากร่างกายทุกวัน นานเข้าจะมันจะสะสมในร่างกาย พร้อมกับประสิทธิภาพของตับและไตจะลดลงด้วย ทำให้เจ็บป่วยและอาจเป็นโรคเกี่ยวกับไตได้

วันนี้ สถาบันอาหารได้สุ่มตัวอย่างลูกชิ้นหมูปิ้งจำนวน 5 ตัวอย่าง จากรถเข็นขายลูกชิ้นปิ้งในกรุงเทพฯ จาก 5 ย่านการค้า เพื่อนำมาวิเคราะห์ปริมาณตกค้างของกรดเบนโซอิก ผลปรากฏว่าทุกตัวอย่างพบการตกค้างของสารกันบูดชนิดนี้ และพบในปริมาณมาก

ฉะนั้นอยู่ที่ท่านแล้วว่า จะเลือกทานกันหรือไม่ ทางที่ดีอย่าทานกันบ่อยมากเพื่อความปลอดภัยของไตและไต

ผลวิเคราะห์สารกันบูดในลูกชิ้นหมูปิ้ง

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	กรดเบนโซอิก (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)
ลูกชิ้นปิ้ง ย่านบางพลัด	1,362.88
ลูกชิ้นปิ้ง ย่านซอยวัดประดู่ธรรมาริปัตย์ 1	5,779.80
ลูกชิ้นปิ้ง ย่านตลาดดวงตารา บางบอน	1,895.61
ลูกชิ้นปิ้ง ย่านตลาดพรานนก	1,591.93
ลูกชิ้นปิ้ง ย่านใต้สะพานพระราม 8	1,449.56

of Fruit Juice Producers (IFU), No. 63, 1995

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย ในโครงการ “พัฒนาอุตสาหกรรมอาหารของไทยให้เป็นครัว
อาหารคุณภาพของโลก” สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม
โทร. 02-886 8088 หรือ www.nfi.or.th/infocenter