

เชื้อก่อโรคในข้าวแช่

ข้าวแช่ อาหารว่างยอดนิยมของคนไทยในช่วงฤดูร้อนที่มีมาแต่โบราณ โดยข้าวแช่ เข้ามาสู่ประเทศไทยในสมัยรัชกาลที่ 5 โดยเริ่มเข้าไปในพระราชวังเป็นแห่งแรก สมัยนั้นจึงเป็นที่นิยมรับประทานกันเฉพาะในบริเวณวังเท่านั้น ต่อมาข้าวแช่จึงได้ถูกเผยแพร่ไปสู่ประชาชนทั่วไป โดยเรียกกันว่า "ข้าวแช่ชาววัง" เพราะได้รับการเผยแพร่มาจากในวัง

ข้าวแช่จะเป็นอาหารว่างที่เหมาะสมกับฤดูร้อน แก่กระหายได้เป็นอย่างดี วิธีการทานข้าวแช่นั้นไม่ยาก โดยนำข้าวสุกไปแช่กับน้ำเย็นที่ลอยด้วยดอกไม้กลิ่นหอม เช่น ดอกกระดังงาไทย ดอกมะลิ และกลีบกุหลาบ

แล้วทานร่วมกับเครื่องเคียงจำพวก ลูกกะปิทอด ผักผัดหวาน พริกหยวกสอดไส้ หัวหอมสอดไส้ เนื้อเค็มผัดผัดหวาน ผักกาดเค็มผัดผัดหวาน และปลาแห้งผัดผัดหวาน

แม้ว่าข้าวแช่จะเป็นอาหารว่างที่ถูกปากของคนไทย แต่หากผู้ปรุงไม่รักษาความสะอาดในการเตรียมวัตถุดิบ สุขลักษณะในระหว่างการปรุง

รวมถึงความสะอาดของภาชนะบรรจุต่าง ๆ ที่ใช้ อาจทำให้ข้าวแช่ปนเปื้อนเชื้อก่อโรคได้ ซึ่งเชื้อก่อโรคที่วานั้น ได้แก่ เชื้อซาลโมเนลลา ที่อาจปนเปื้อนมากับกะปิ ผักสด เนื้อและปลาที่ใช้เป็นวัตถุดิบในการปรุงเครื่องเคียงต่าง ๆ

อีกทั้งข้าวแช่เป็นอาหารว่างที่รับประทานขณะเย็น หากไม่รักษาสุขลักษณะและความสะอาดในระหว่างการเตรียมและการปรุงให้ดีเพียงพอแล้วโอกาสที่เชื้อ ซาลโมเนลลา จะปนเปื้อนอยู่นั้น เป็นไปได้มาก และหากเรารับประทานข้าวแช่ที่ปนเปื้อนเชื้อ ซาลโมเนลลา เข้าไป

จะทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ ทำให้มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน ปวดท้อง มีไข้ และอ่อนเพลีย ซึ่งอาการจะเกิดขึ้นหลังจากทานอาหารที่มีเชื้อปนเปื้อนแล้วประมาณ 6 – 24 ชั่วโมง และจะมีอาการอยู่ในระหว่าง 1 – 5

วันนี้ คอลัมน์มัณมากับอาหาร ได้ทำการสุ่มตัวอย่างข้าวแช่จำนวน 3 ตัวอย่าง เพื่อนำมาวิเคราะห์เชื้อ ซาลโมเนลลา ปนเปื้อน ผลปรากฏว่าทุกตัวอย่างไม่พบการปนเปื้อน

วันนี้ ข้าวแช่ยังรับประทานได้อย่างปลอดภัย

ผลการวิเคราะห์เชื้อ ซาลโมเนลลา ในข้าวแช่

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	เชื้อ ซาลโมเนลลา (พบ /ไม่พบ ในข้าวแช่ 25 กรัม)
ข้าวแช่ (ข้าวหอมมะลิ) ย่านเฉลิมกรุง	ไม่พบ
ข้าวแช่ ย่านบางลำพู	ไม่พบ
ข้าวแช่ ย่านวังหลัง	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 30 พ. ค. – 3 มิ.ย. 2554 วิธีวิเคราะห์ FDA – BAM Online, 2007 (Chapter 5)

ศูนย์วิจัยประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02 8868088 หรือ www.nfi.or.th/infocenter