

## ตะกั่วในกะหล่ำปลี

กะหล่ำปลี ผักที่มีพื้นเพเดิมอยู่ที่เมดิเตอร์เรเนียน ต่อมาแพร่กระจายเข้ามาไทยและไปทั่วโลก เดิมปลูกได้ดีเฉพาะภาคเหนือและอีสานของไทย เพราะกะหล่ำปลีต้องการอากาศหนาวต่อมามีการปรับปรุงพันธุ์จนร้อนทำให้สามารถปลูกได้ทั่วประเทศ และทุกฤดูกาล กะหล่ำปลีสดเป็นแหล่งที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร ได้แก่ วิตามินซี วิตามินเอ โฟเลต เบต้าแคโรทีน และสารกลูโคซิโนเลท มีแร่ธาตุต่างๆ เช่น โพแทสเซียม เหล็ก แมกนีเซียม มีกรดอะมิโนกลูตามีน และมีเลซิทีนสูง หากทานสดก็จะได้รับสารอาหารไปเต็มๆ

แต่สิ่งใดก็ตามเมื่อมีคุณก็อาจมีโทษแฝงอยู่ด้วย เพราะตัวอย่างกะหล่ำปลีสดจำนวน 5 ตัวอย่าง ที่สุ่มเก็บจากพื้นที่ 3 อำเภอ ในจังหวัดขอนแก่น พบว่ามีสารตะกั่วปนเปื้อนทุกตัวอย่าง

**ตะกั่ว** เป็นโลหะหนักที่มักจะพบได้ทั่วไปในดิน แหล่งน้ำ อากาศ และตามธรรมชาติ

นอกจากนั้น ยังพบปะปนในธรรมชาติที่เป็นผลมาจากการกระทำของคนด้วย

นั่นคือ การปล่อยน้ำเสียและของเสียจากโรงงานผลิตแบตเตอรี่ พลาสติกและสีที่มีสารตะกั่วปนเปื้อนลงในแม่น้ำ ลำคลองและพื้นดิน

ส่งผลให้พืชผักที่ปลูกในพื้นที่อุตสาหกรรมและบริเวณใกล้เคียงสามารถดูดซึมตะกั่วจากดินและน้ำเข้าไป และไปสะสมอยู่ตามส่วนต่างๆ ของพืชได้

และหากเกษตรกรใช้ปุ๋ยหรือยาฆ่าแมลงที่มีตะกั่วปนเปื้อนอาจทำให้พืชมีการสะสมตะกั่วสูงขึ้นด้วย เมื่อเราทานผักที่มีตะกั่วปนเปื้อนเข้าสู่ร่างกายเป็นเวลานานๆ อาจทำให้เป็นพิษต่อเซลล์ไขกระดูก ระบบประสาท ระบบไต เกิดอาการท้องผูก อูจาระมีสีดำ กระจายน้ำ อาเจียนเป็นฟักๆ เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ปัสสาวะมากผิดปกติ และไตอาจพิการได้

วันนี้ คนที่ชอบทานกะหล่ำปลีอาจต้องระมัดระวังกันสักนิด เพราะผลการวิเคราะห์พบว่ามีสารตะกั่วปนเปื้อนทั้ง 5 ตัวอย่าง แต่พบในปริมาณไม่มากและไม่เกินค่ามาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข ที่กำหนดให้อาหารมีสารตะกั่วปนเปื้อนได้ **ไม่เกิน 1 มิลลิกรัม ต่ออาหาร 1 กิโลกรัม**

สิ่งที่ผู้บริโภคอย่างเราๆ จะทำได้คือ การเลือกทานพืชผักที่หลากหลาย อย่าทานอะไรซ้ำๆ เป็นเวลานานๆ เพื่อความปลอดภัย เพราะอย่างไรเสียเราก็ไม่อาจทราบได้ว่ากะหล่ำปลีหัวใดมีตะกั่วปนเปื้อนอยู่บ้าง ซึ่งเป็นหน้าที่ของภาครัฐที่ต้องเข้ามาดูแลพื้นที่ปลูกและระบบการผลิตพืชผักสดให้ได้มาตรฐานและปลอดภัยต่อผู้บริโภคต่อไป

## ผลวิเคราะห์สารตะกั่วปนเปื้อนในกะหล่ำปลีสด

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปริมาณตะกั่ว ( มิลลิกรัม / กิโลกรัม )
กะหล่ำปลีสด ตัวอย่างที่ 1	0.35
กะหล่ำปลีสด ตัวอย่างที่ 2	0.50
กะหล่ำปลีสด ตัวอย่างที่ 3	0.59
กะหล่ำปลีสด ตัวอย่างที่ 4	0.50
กะหล่ำปลีสด ตัวอย่างที่ 5	0.42

วันที่วิเคราะห์ 11 - 13 มิ.ย. 55 วิธีวิเคราะห์ In-house method based on AOAC(2005), 999.10 (NFI T 9166)  
ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย ในโครงการ “พัฒนาอุตสาหกรรมอาหารของไทยให้เป็นครัว  
อาหารคุณภาพของโลก” สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม  
โทร. 02 8868088 หรือ [www.nfi.or.th/infocenter](http://www.nfi.or.th/infocenter)