

แคดเมียมในคะน้า

คะน้า เป็นพืชผักที่นิยมรับประทานทั่วไปโดยบริโภคส่วนของใบและลำต้นเป็นผักที่ติดอันดับในเรื่องของคุณประโยชน์ ในคะน้า 1 ต้น มีเบต้าแคโรทีนอยู่ถึง 186.92 ไมโครกรัม/100 กรัม ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งในกระเพาะอาหาร มะเร็งลำไส้ และมะเร็งปอด นอกจากนี้ยังมีวิตามินซีที่ช่วยเสริมสร้างเนื้อเยื่อให้เกิดความชุ่มชื้น ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันโรคมีความแข็งแรงสมบูรณ์

คะน้า เป็นผักที่เกษตรกรสามารถปลูกได้ทั้งปี มีระยะเวลาในการเก็บเกี่ยวสั้น แต่สิ่งที่ต้องระวังนอกจากการปนเปื้อนของยาฆ่าแมลงแล้ว

อาจจะต้องระวังในเรื่องของแคดเมียมที่อาจปนเปื้อนมากับน้ำ และพื้นดิน

เนื่องจากแคดเมียมเป็นโลหะหนัก ที่พบได้ในอุตสาหกรรมการย้อมผ้า การผลิตกระดาษ รวมถึงหมึกพิมพ์ การปล่อยของเสียของโรงงานเหล่านี้ในดินและแหล่งน้ำธรรมชาติ

อาจทำให้แคดเมียมปนเปื้อนในผักคะน้าได้ ถ้าเกษตรกรนำน้ำเหล่านั้นมารดผัก

เห็นอย่างนี้คนที่ชอบรับประทานอาหารที่มีผักแกล้มเป็นก้านคะน้า ควรต้องระวัง

เพราะเมื่อร่างกายได้รับแคดเมียมจากการทานอาหารที่ปนเปื้อนแคดเมียมเข้าไปในปริมาณต่ำ

แคดเมียมจะเข้าไปสะสมในไตและจะเป็นพิษต่อไต แต่ถ้าได้รับในปริมาณมากจะถูกไหลเวียนเข้าไปยัง

ตับและถูกสะสมในตับ วันนี้ สถาบันอาหารได้ทำการสุ่มตัวอย่างผักคะน้าที่จำหน่ายในอำเภอเมือง

จังหวัดเพชรบูรณ์และอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 5 ตัวอย่าง

เพื่อนำมาวิเคราะห์หาการปนเปื้อนของแคดเมียม ผลการวิเคราะห์วันนี้ พบว่ามีผักคะน้า 1 ตัวอย่าง

พบการปนเปื้อน และเกินค่ามาตรฐานโคเด็กซ์ที่กำหนดให้พบได้ไม่เกิน 0.05 มิลลิกรัม/ กิโลกรัม

ทางที่ดีหลีกเลี่ยงการทานผักชนิดเดิมๆ ซ้ำๆ ควรทานผักและอาหารให้หลากหลายเพื่อความปลอดภัย

ผลวิเคราะห์ แคดเมียมในผักคะน้า

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปริมาณแคดเมียม (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)
ผักคะน้า ตัวอย่าง 1 อ. เมือง จ. เพชรบูรณ์	0.51
ผักคะน้า ตัวอย่าง 2 อ. เมือง จ. เพชรบูรณ์	ไม่พบ
ผักคะน้า ตัวอย่าง 3 อ. เมือง จ. เพชรบูรณ์	ไม่พบ
ผักคะน้า ตัวอย่าง 4 อ. เมือง จ. เชียงใหม่	ไม่พบ
ผักคะน้า ตัวอย่าง 5 อ. เมือง จ. เชียงใหม่	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 29 - 30 มิ.ย 2555 วิธีวิเคราะห์ In-house method based on AOAC(2005), 999.10 (NFI T 9166)

ศูนย์วิจัยประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย ในโครงการ “การพัฒนาอุตสาหกรรมอาหารของไทยให้เป็นครัวอาหารคุณภาพของโลก” สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

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