

ระวัง เชื้อ ซาลโมเนลลา ในมะม่วงสุกปอกเปลือก

นี่ยังไม่ทันจะเข้าสู่เดือนเมษายน อากาศบ้านเราก็ร้อนสุดๆ ร้อนจนแสบผิวหนัง หากได้อุณหภูมิกลางแดดนานๆ พาลจะเป็นลม

ร้อนๆ อย่างนี้ ควรหาอาหาร หรือ ผลไม้ที่มีฤทธิ์เย็นทาน

เพื่อต่อสู้กับอุณหภูมิภายนอกร่างกายที่ร้อนระอุ ผลไม้ที่หน้าร้อนจะขาดเสียไม่ได้ คือ แตงโม แคนตาลูป แตงไทย มะพร้าว ส้ม ผลไม้เหล่านี้มีน้ำเป็นส่วนประกอบเยอะมาก สามารถทดแทนน้ำในร่างกายที่หายไปพร้อมกับเหงื่อได้

มะม่วงสุก ผลไม้ฤดูร้อนที่มีรสหวาน กลิ่นหอม และมีสีเหลืองอร่ามน่าทาน

นับเป็นผลไม้ที่มากด้วยวิตามินเอ เบต้าแคโรทีน วิตามินอี และธาตุเหล็ก

นอกจากนี้ยังมีใยอาหารที่ช่วยให้ร่างกายขับถ่ายเป็นปกติ วิธีการทานมะม่วงสุกให้ปลอดภัย คือ

ซื้อมะม่วงสดนำมาปอกเปลือกทานเองที่บ้าน ไม่ควรซื้อที่แม่ค้าปอกทิ้งไว้

เพราะนั่นอาจทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ ที่มีสาเหตุจากเชื้อก่อโรคที่ปนเปื้อนอยู่ในมะม่วงสุก เชื้อที่มักพบปนเปื้อนได้แก่ เชื้อ ซาลโมเนลลา ที่ปกติจะปะปนอยู่ในสิ่งแวดล้อม เช่น น้ำ อากาศ ดิน และเป็นไปได้ที่มะม่วง อาจปนเปื้อนเชื้อ ซาลโมเนลลา มาจากสวน จากน้ำที่รดและสัมผัสพื้นดินที่สกปรกในขณะเก็บ

หากแม่ค้าที่ขายมะม่วง ไม่รักษาสุขลักษณะส่วนบุคคลให้ดีเพียงพอ ไม่รักษาความสะอาดของมีดและภาชนะที่ใช้สัมผัสกับมะม่วง

เมื่อมะม่วงสุกสัมผัสกับมือของคนขายโดยที่ไม่ได้ล้างทำความสะอาดมะม่วงก่อน

คือ ใช้มีดปอกเปลือกต่างๆ ที่ยังไม่ได้ล้างน้ำแล้วขายให้ลูกค้าอย่างเราๆ ทานเลย

ก็จะทำให้ร่างกายได้รับเชื้อโรคเข้าไปเต็มๆ

วิธีป้องกันง่ายๆ คือ ควรล้างทำความสะอาดมะม่วงและผลไม้สดทุกชนิดก่อนปอกเปลือกและทาน

จะช่วยป้องกันไม่ให้อาหารรับเชื้อที่ไม่พึงประสงค์ได้

วันนี้สถาบันอาหาร จึงได้สุ่มตัวอย่างมะม่วงสุกปอกเปลือก ที่มีขายตามท้องตลาดในเขตกรุงเทพฯ

เพื่อนำมาวิเคราะห์หาการปนเปื้อนของเชื้อ ซาลโมเนลลา จำนวน 4 ตัวอย่าง

จาก 4 ย่านการค้า ผลเป็นที่น่ายินดี เพราะทุกตัวอย่างไม่พบการปนเปื้อนเลย

ผลวิเคราะห์เชื้อ ซาลโมเนลลา ในมะม่วงสุกปอกเปลือก

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	เชื้อ ซาลโมเนลลา (พบ/ ไม่พบในตัวอย่าง 25 กรัม)
มะม่วงสุกปอกเปลือก ย่านถนนบ้านตะนาว	ไม่พบ
มะม่วงสุกปอกเปลือก ย่านบางกอกน้อย	ไม่พบ
มะม่วงสุกปอกเปลือก ย่านดุสิต	ไม่พบ
มะม่วงสุกปอกเปลือก ย่านพระนคร	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 20 -24 ก.พ. 2556 วิธีวิเคราะห์ FDA-BAM Online, 2007(Chapter 5)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย ในโครงการ “พัฒนาอุตสาหกรรมอาหาร
ของไทยให้เป็นครัวอาหารคุณภาพของโลก” สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

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