

สารพิษจากเชื้อราในงาดำ

งา เป็นพืชล้มลุก มีการปลูกมากในประเทศจีน อินเดีย ไปจนถึงเม็กซิโก และสหรัฐอเมริกา ในเมล็ดงาที่เราเห็นเม็ดเล็กๆ นั้น มีประโยชน์มากมายมหาศาล มีทั้งกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกาย คือ กรดไขมันโอเมก้า 6, โอเมก้า 3 และยังอุดมไปด้วยวิตามินอี, วิตามินบี 1, บี 2, บี 5, บี 6, บี 9 รวมทั้ง แคลเซียม ฟอสฟอรัส แมงกานีส การได้รับประโยชน์จากเมล็ดงาที่ดีที่สุด คือ การทานอาหารที่มีงาเป็นส่วนประกอบ หรืออาจดื่มเป็นน้ำเต้าหู้งาดำก็ได้ประโยชน์ไม่แพ้กัน

เห็นประโยชน์ของงาดำอย่างนี้แล้ว ท่านที่ชื่นชอบอาจต้องระวังอันตรายที่อาจแฝงอยู่ในเมล็ดงาไว้บ้าง โดยเฉพาะ อะฟลาท็อกซิน ซึ่งเป็นสารพิษที่ผลิตโดยเชื้อรา

ตามธรรมชาติมีอะฟลาท็อกซินทั้งหมด 4 ชนิดได้แก่ อะฟลาท็อกซิน ชนิด บี 1, บี 2, จี 1 และ จี 2 องค์การอนามัยโลก จัดให้อะฟลาท็อกซินชนิดบี 1 เป็นสารก่อมะเร็งร้ายแรงมากที่สุดชนิดหนึ่ง อีกทั้ง อะฟลาท็อกซินทนทานต่อความร้อน ฉะนั้นความร้อนที่ใช้ปรุงอาหารประจำวัน เช่น หุง ต้ม นึ่ง ทอด ย่าง จึงไม่สามารถทำลายพิษของอะฟลาท็อกซินให้หมดไปได้

วันนี้ สถาบันอาหารเอาใจคนรักสุขภาพโดยสุ่มตัวอย่างงาดำที่บรรจุถุงขายตามท้องตลาด ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 4 ตัวอย่าง เพื่อวิเคราะห์การปนเปื้อนของอะฟลาท็อกซินบี 1, บี 2, จี 1, จี 2 และปริมาณอะฟลาท็อกซินรวม ผลปรากฏว่าไม่พบการปนเปื้อนในทุกตัวอย่าง

โชคดีของคนไทยที่เกษตรกรและผู้ประกอบการให้ความใส่ใจในการเพาะปลูก เก็บเกี่ยว และคัดสรร วัตถุดิบที่มีคุณภาพและปลอดภัย มาสู่ผู้บริโภคอย่างเราๆ

แต่ก็อย่าประมาท ก่อนซื้องาดำบรรจุถุง ต้องสังเกตภายในถุงว่าไม่มีสิ่งแปลกปลอมปะปน ถุงที่บรรจุต้องปิดสนิท ไม่มีรูรั่วให้ความชื้นและอากาศเข้าไปในถุงได้

เพราะหากมีความชื้นสิ่งที่จะตามมาคือ เชื้อราสารพัดชนิดพร้อมกับสารพิษอันตราย

ผลวิเคราะห์อะฟลาท็อกซินในงาดำ

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	อะฟลาท็อกซิน (ไมโครกรัม/ กิโลกรัม)				
	บี 1	บี 2	จี 1	จี 2	ทั้งหมด
งาดำ ตลาดประชานิเวศน์ ย่านประชาชื่น	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
งาดำ ตลาด อตก. ย่านจตุจักร	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
งาดำ ยี่ห้อ 1 ย่านบางแค	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
งาดำ ย่านเพชรเกษม	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 27 มิ.ย. - 2 ก.ค. 2557 วิเคราะห์ In-house method T 9212 based on AOAC (2012), 999.07

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 028 868 088 หรือ www.nfi.or.th/infocenter