

ปรอทในปลาดุกย่าง

ปรอท โลหะหนักชนิดหนึ่งที่อาจพบปนเปื้อนในสิ่งแวดล้อม เช่น ดิน โคลน แหล่งน้ำทั้งหนอง คลอง บึง แม่น้ำ และในท้องทะเล แหล่งอาหารสำคัญของเรา

การปนเปื้อนของปรอทในอาหาร มักเกิดจากแหล่งน้ำที่มีการปนเปื้อนของน้ำทิ้งและของเสียจากโรงงานที่เป็นแหล่งของปลา หอย หมึก สัตว์น้ำและสัตว์ทะเลต่างๆ

อีกทั้งการพัฒนาของอุตสาหกรรม ยังทำให้สารเคมีรวมทั้งปรอทปนเปื้อนเข้าสู่สิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง หากแหล่งน้ำมีปรอทปนเปื้อน สัตว์น้ำที่อยู่ในบริเวณแหล่งน้ำนั้นก็ปนเปื้อนปรอทไปด้วย

เช่น ปลาดุก ที่คนไทยนิยมนำมาปรุงและประกอบอาหารหลายชนิด ไม่ว่าจะเป็น

ยำปลาดุกฟู ผัดเผ็ดปลาดุก ลาบปลาดุก ปลาดุกย่างที่ทานคู่กับน้ำปลาหวานสะเดา หรือข้าวเหนียว

ส้มตำ เมื่อปรอทปนเปื้อนในอาหารแล้ว มันจะมีความคงตัวสูง ไม่ว่าจะนำอาหารไปปรุง

หรือผ่านความร้อนด้วยวิธีใดก็ตาม ก็ไม่สามารถทำให้ปรอทหายไปจากอาหารได้

ฉะนั้นหากเราทานอาหาร เช่น ปลาดุกที่มีปรอทปนเปื้อนเข้าสู่ร่างกายบ่อยๆ มันจะเข้าไปสะสมอยู่ใน

ร่างกาย เมื่อสะสมถึงระดับหนึ่งปรอทจะค่อยๆ จับตัวกับเนื้อเยื่อในระบบประสาท

ทำให้เป็นอันตรายต่อสมองและอวัยวะต่างๆ ส่งผลกระทบโดยตรงต่อระบบประสาท

ทำให้สมองฝ่อ แขนขาอ่อนแรงคล้ายคนพิการได้

สถาบันอาหาร ได้สุ่มเก็บตัวอย่างปลาดุกย่างจำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ย่านการค้าในเขตกรุงเทพฯ

และปริมณฑล เพื่อนำมาวิเคราะห์ปรอทปนเปื้อน

ผลปรากฏว่าปลาดุกย่างทุกตัวอย่างไม่พบปรอทปนเปื้อน วันนี้ผู้ที่ชื่นชอบปลาดุกย่างสบายใจกันได้

แต่ขอแนะว่า ควรเลือกทานอาหารให้หลากหลาย ไม่ทานอาหารชนิดเดิมซ้ำๆ

ที่สำคัญ ไม่ควรทานอาหารปิ้งย่างที่ปิ้งหรือย่างจนไหม้เกรียม เพื่อความปลอดภัยและไกลโรค

ผลวิเคราะห์ปรอทในปลาดุกย่าง

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปรอท (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)
ปลาดุกย่าง ย่านดอนเมือง	ไม่พบ
ปลาดุกย่าง ย่านบางพลัด	ไม่พบ
ปลาดุกย่าง ย่านสายไหม	ไม่พบ
ปลาดุกย่าง ย่านจตุจักร	ไม่พบ
ปลาดุกย่าง อ.เมือง จ.นนทบุรี	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 25 ธ.ค. 2558 วิธีวิเคราะห์ In-house method T 9153 based on AOAC (2012)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02-886 8088 หรือ <http://fic.nfi.or.th/foodsafety/>