

ผักบั้งจีน..... กับยาฆ่าแมลง

หลายคนคงเคยได้ยินประโยคที่ว่า “กินผักบั้งช่วยบำรุงสายตา”

กินผักบั้งจะช่วยไม่ทำให้ปวดตา สายตาสั้น แสบตาหรือตาแห้ง

ที่เป็นเช่นนี้เพราะผักบั้งมีสารที่เปลี่ยนไปเป็นวิตามิน A ที่เรียกว่า เบต้า-แคโรทีนจำนวนมาก

และวิตามิน A นี้เอง เป็นสารที่ช่วยบำรุงสายตา และช่วยให้ดวงตามีน้ำหล่อเลี้ยง ไม่แสบ ไม่แห้ง

นอกจากเป็นแหล่งวิตามิน A แล้วผักบั้งยังมีวิตามิน C มีเกลือแร่ มีธาตุเหล็กที่ช่วยบำรุงเลือด

มีแคลเซียมและฟอสฟอรัสที่ช่วยบำรุงกระดูกและฟัน และมีใยอาหารที่ช่วยในการขับถ่ายอีกด้วย

แม้ผักบั้ง จะเป็นผักที่มีคุณประโยชน์มากมาย และเหมาะกับทุกเพศ ทุกวัย

ทว่า วันนี้อาจต้องระวังกันสักนิดเพราะในผักบั้งจีนก็อาจมี “มัน” คือ ยาฆ่าแมลง ตกค้างอยู่ได้

ยาฆ่าแมลงที่ว่านี้ อาจปนเปื้อนมาจากแหล่งดิน และแหล่งน้ำที่ใช้ในการเพาะปลูกผักบั้ง

หรืออาจตกค้างจากการใช้ในระหว่างการเพาะปลูกผักบั้งของเกษตรกร

ปกติยาฆ่าแมลงที่เกษตรกรมักใช้ในการเพาะปลูกมีอยู่ 4 กลุ่มคือ กลุ่มออร์กาโนฟอสเฟต,

กลุ่มออร์กาโนคลอรีน กลุ่มคาร์บาเมต และกลุ่มไพรีทรอยด์ แต่ละกลุ่มจะมีอันตรายแตกต่างกันไป

วันนี้ สถาบันอาหาร สุ่มเก็บตัวอย่างผักบั้งจีนจำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ย่านการค้าในเขตกรุงเทพฯ

เพื่อนำมาวิเคราะห์ยาฆ่าแมลงตกค้าง 4 กลุ่มข้างต้น จำนวนรวม 58 ชนิด

ผลปรากฏว่ามีผักบั้ง 2 ตัวอย่าง ที่พบการตกค้างของยาฆ่าแมลงกลุ่มไพรีทรอยด์ จำนวน 2 ชนิด

ได้แก่ สาร Cyfluthrin และสาร Cypermethrin

เห็นผลเป็นแบบนี้แล้ว ขอแนะนำควรล้างน้ำให้สะอาดโดยล้างให้น้ำไหลผ่านหลายๆ ครั้ง

หรือใช้เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำ 4 ลิตร แช่นาน 10 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด

แล้วจึงนำไปปรุงอาหาร หรือนำไปเก็บไว้ในตู้เย็น เพียงเท่านี้ก็ช่วยลดปริมาณสารพิษที่ตกค้าง

และทานผักบั้งกันได้อย่างปลอดภัย

ผลวิเคราะห์ยาฆ่าแมลงตกค้างในผักบั้งจีน

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปริมาณยาฆ่าแมลงตกค้าง (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)			
	กลุ่มออร์กาโนฟอสเฟต	กลุ่มออร์กาโนคลอรีน	กลุ่มคาร์บาเมต	กลุ่มไพรีทรอยด์
ผักบั้งจีน ยี่ห้อ 1	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
ผักบั้งจีน ยี่ห้อ 2	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
ผักบั้งจีน ยี่ห้อ 3	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ
ผักบั้งจีน จากร้านค้า ย่านตลาดสามย่าน	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	พบสาร Cyfluthrin 0.01
ผักบั้งจีน จากซูเปอร์มาร์เก็ต ย่านราชดำริ	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	พบสาร Cypermethrin 1.23

วันที่วิเคราะห์ 27 – 29 ม.ค. 2559 วิธีวิเคราะห์ In-house method T 9140 based on CDFA-MRS Method,

State of California, CA, USA, SOP (2002) ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย

สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 028 868 088 หรือ <http://fic.nfi.or.th/foodsafety/>