

ยาฆ่าแมลงในถั่วฝักยาว

ตามหลักโภชนาการที่ดี ใน 1 วันเราควรทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ หรือถ้าไม่ครบจริงๆ ก็ควรทานให้ได้ 3 ใน 5 ถือว่ายังได้อยู่ ซึ่งสถานการณ์ในปัจจุบันประชาชน ตาดำๆ อย่างเราเห็นจะเลือกไม่ได้ เพราะตอนนี้ที่ขาดกันอยู่เห็นจะเป็นหมู่ 5 คือไขมัน ที่คนไทยกำลังขาดไขมันกันอย่างหนัก โดยเฉพาะไขมันจากพืชจำพวกน้ำมันพืชชนิดต่างๆ หากมองในแง่ดี นับเป็นผลดีทางอ้อมที่ทำให้คนไทยกินไขมันน้อยลง จะได้ไม่ทำให้เกิดโรคอ้วน ซึ่งต้องเสี่ยงประมาณในการรักษากันในระยะยาว

เมื่อไขมันหายาก ก็หันมากินเนื้อสัตว์ และผัก ผลไม้ให้มากขึ้นก็น่าจะดี เพราะได้ทั้งวิตามินและแร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกาย ทำให้มีสุขภาพดี และมีผิวพรรณสดใส สำหรับผัก ผลไม้ เวลาซื้อต้องระวังของแถมที่เรามองไม่เห็นคือ ยาฆ่าแมลง สักนิด เพราะเปรียบเสมือนระเบิดเวลาที่เมื่อสะสมจนได้ที่แล้ว จะระเบิดและเป็นอันตรายต่อร่างกายได้

ถั่วฝักยาว เป็นผักอีกชนิดที่มักพบว่ามียาฆ่าแมลงตกค้าง ซึ่งเมื่อสุ่มตรวจเพื่อหาการตกค้างของ ยาฆ่าแมลงกลุ่มไพรีทรอยด์ และคาร์บาริเมต ก็จะพบแทบทุกครั้ง โดยเฉพาะไซเพอร์เมทริน และเมโทมิล ซึ่งน่าอัศจรรย์ ที่ทำไมมันไม่หมดไปเสียที หรืออาจเป็นเพราะเกษตรกรเร่งเก็บเกี่ยวผลผลิตหรือไม่ พอถึงช่วงที่เก็บได้ก็ประคองฉีดพ่น ทิ้งไว้ 1-2 วัน ก็เก็บมาขายโดยไม่คำนึงว่าจะมียาฆ่าแมลงตกค้างหรือไม่

คนกินไม่รู้เรื่องก็พลอยรับเคราะห์ไปด้วย สำหรับคนที่ชอบกินถั่วฝักยาววันนี้ต้องระวัง เพราะผลตรวจวิเคราะห์หาฆ่าแมลงชนิดไซเพอร์เมทริน และเมโทมิลตกค้างนั้น พบว่ามีถั่วฝักยาวถึง 3 ตัวอย่างที่ตรวจพบการตกค้าง และมีอยู่ 1 ตัวอย่างที่พบสารไซเพอร์ เมทริน ตกค้างในปริมาณที่เกินกว่าค่ามาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุขไทยที่กำหนดให้ ตรวจพบสารไซเพอร์เมทริน ตกค้างในถั่วฝักยาวสูงสุดได้ไม่เกิน 0.05 มิลลิกรัมต่อ 1 กิโลกรัม

วิธีการป้องกันง่ายๆ สำหรับผู้บริโภค คือ นำผักมาล้างด้วยน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง เพื่อให้ปริมาณยาฆ่าแมลงที่ตกค้างนั้นหมดไป หรือเจือจางลงกว่าเดิม เพื่อความปลอดภัย ///

ผลวิเคราะห์สารพิษตกค้างในถั่วฝักยาว

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	ปริมาณสารพิษตกค้าง (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)	
	ไซเพอร์เมทริน	เมโทมิล
ถั่วฝักยาว ย่านตลาดพรานนก	0.05	0.96
ถั่วฝักยาว ย่านตลาดเทเวศร์	0.05	ไม่พบ
ถั่วฝักยาว ย่านตลาดบ้านแขก	ไม่พบ	ไม่พบ
ถั่วฝักยาว ย่านตลาดบางกระบือ	0.22	ไม่พบ
ถั่วฝักยาว ย่านตลาดศรียาน	ไม่พบ	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 17 - 19 ส.ค. 2553 วิธีวิเคราะห์ In-house method based on CDFA-MRS Method, State of California, CA, USA, SOP (2002) (NFI T 9140)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

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