

## สารอะคริลาไมด์ในปาห้องโก้

ปาห้องโก้ หรือโอหยวเถียว อาหารสัญชาติจีนที่ทำจากแป้งสาลีตัดเป็นท่อนแล้วจับเป็นคู่ติดกัน นำไปทอดในน้ำมันให้พอง คนไทยนิยมทานเป็นอาหารเข้าร่วมกับโจ๊ก หรือน้ำเต้าหู้ กาแฟ โกโก้ หรือทานเป็นอาหารว่างร่วมกับขนมชั้นหวาน หรือสังขยารสต่างๆ วันนี้คอลัมน์นี้มานำมาเกี่ยวกับอาหารขอให้ข้อมูลว่า ปาห้องโก้เป็นอาหารชนิดหนึ่งที่อาจพบสารอะคริลาไมด์ปนเปื้อนได้ สารอะคริลาไมด์ มักพบปนเปื้อนในอาหารจานด่วน อาหารที่มีคาร์โบไฮเดรต (แป้ง) เป็นส่วนประกอบ และผ่านการให้ความร้อนสูง (สูงกว่า 120 องศาเซลเซียส) เช่น เฟรนช์ฟรายด์ มันฝรั่งทอดกรอบ ขนมปังกรอบ ขนมปังปิ้ง บิสกิต เครกกเกอร์ ผลิตภัณฑ์จากธัญพืช และกาแฟง สารอะคริลาไมด์เกิดจากการที่ความร้อนกระตุ้นให้เกิดปฏิกิริยาระหว่างน้ำตาลรีดิวซ์กับกรดอะมิโน แอสพาราจีนที่มีในอาหาร จนก่อตัวเป็นสารอะคริลาไมด์ขึ้น ปริมาณสารอะคริลาไมด์ที่พบจะขึ้นอยู่กับระดับความร้อนที่ใช้ ระยะเวลาที่ให้ความร้อน ปริมาณของน้ำตาลรีดิวซ์และกรดอะมิโนแอสพาราจีนที่มีในอาหาร เมื่อสารอะคริลาไมด์เข้าสู่ร่างกายจะถูกเอนไซม์ในร่างกายเปลี่ยนเป็นไกลซิตาไมด์ สามารถก่อความเป็นพิษต่อร่างกายได้โดยการไปจับกับดีเอ็นเอ หรือโปรตีนในร่างกาย หน่วยงานวิจัยมะเร็งระหว่างประเทศ (IARC) จึงจัดให้สารอะคริลาไมด์เป็นสารกลุ่มที่มีแนวโน้มสูงที่ก่อให้เกิดมะเร็งในคน (กลุ่ม 2 A) สถาบันอาหาร ได้สุ่มตัวอย่างปาห้องโก้จำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 3 ร้านในตลาด และ 2 ร้านเฟรนไชส์ ในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล เพื่อนำมาวิเคราะห์สารอะคริลาไมด์ปนเปื้อน ผลปรากฏว่าปาห้องโก้ทุกตัวอย่าง ไม่พบสารอะคริลาไมด์ปนเปื้อน เห็นอย่างนี้แล้วสบายใจได้ แต่ก็อย่าชะล่าใจ แม้จะไม่พบอะคริลาไมด์ปนเปื้อน แต่ปาห้องโก้เป็นอาหารทอดแน่นอนว่ามีไขมันสูง ฉะนั้น ควรทานแต่น้อย ร่วมกับการทานอาหารให้หลากหลาย และทานผัก ผลไม้ร่วมด้วย เพื่อความปลอดภัยและร่างกายที่แข็งแรง

### ผลวิเคราะห์สารอะคริลาไมด์ในปาห้องโก้

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	สารอะคริลาไมด์ (ไมโครกรัม/ กิโลกรัม)
ปาห้องโก้ทอด ร้านที่ 1 ย่านพุทธมณฑล	ไม่พบ
ปาห้องโก้ทอด ร้านที่ 2 ย่านบางแค	ไม่พบ
ปาห้องโก้ทอด ร้านที่ 3 ย่านภาษีเจริญ	ไม่พบ
ปาห้องโก้ทอด ร้านที่ 4 ย่านบางกอกน้อย	ไม่พบ
ปาห้องโก้ทอด ร้านที่ 5 ย่านตลิ่งชัน	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 14-15 ก.พ. 2566 วิธีวิเคราะห์ In-house method T9167 based on Journal Agricultural and Food Chemistry, Vol. 51, 2003 ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร  
กระทรวงอุตสาหกรรม โทร. 02 422 8688 หรือ <http://www.nfi.or.th/foodsafety/>