

### เชื่อก่อนโรคกับปลาแชลมอนแล้ว

ปลาแชลมอนอาหารอีกชนิดที่กำลังเป็นที่นิยมของคนไทยโดยเฉพาะเมนูสัญชาติญี่ปุ่นเช่นแชลมอนซาซิมิที่น่าเนื้อแชลมอนดิบมาแล้เป็นชิ้นเล็กๆ ทานคู่โชยุและเครื่องเคียง เช่น ชิงดอง หัวไชเท้า ขูด วาซาบิ หรือ เมนูสเต็กปลาแชลมอน ปลาแชลมอนอย่างที่ทานคู่กับข้าวและซูชิมีโซะด้วยความเป็นที่นิยม เราจึงหาซื้อปลาแชลมอนแล้ดิบแพคถุงขายได้ตามห้างสรรพสินค้าและตลาดสดทั่วไป หากเรานำมาปรุงเป็นเมนูสุกก็ไม่แน่มมีปัญหาอะไร แต่ท่านที่ชอบทานดิบๆ สไลด์อาหารญี่ปุ่น ขอเตือนว่าอาจต้องระวังเชื้อโรคกันสักนิด เช่น เชื้อ อี. โคไล เชื้อที่เป็นดัชนีบ่งชี้สุขภาพของอาหาร เชื้อนี้มักพบปนเปื้อนในอาหารที่ปรุงไม่สุก อาหารดิบ อาหารปรุงสุกค้างคืน ผักผลไม้ที่ล้างไม่สะอาด หากเราทานอาหารที่มีเชื้อ อี. โคไล ปนเปื้อนจำนวนมากๆ จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดอาการท้องเสียหรืออาหารเป็นพิษ แต่อาการท้องเสียส่วนใหญ่มัจะไม่รุนแรง และหายได้เองภายใน 1-2 วัน เชื้อชนิดนี้ไม่ทนความร้อน ฉะนั้นหากนำอาหารมาปรุงให้สุกก่อนทานก็จะป้องกันอันตรายจากเชื้อชนิดนี้ได้ วันนี้ สถาบันอาหารได้สุ่มเก็บตัวอย่างปลาแชลมอนแล้ (ดิบ) จากห้างสรรพสินค้าและตลาดในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 5 ตัวอย่าง เพื่อนำมาวิเคราะห์เชื้อ อี. โคไล ปนเปื้อน ผลปรากฏว่าปลาแชลมอนแล้ทั้ง 5 ตัวอย่างพบเชื้อ อี. โคไล ปนเปื้อนน้อยกว่า 3 MPN/ กรัม ซึ่งไม่เกินเกณฑ์คุณภาพทางจุลชีววิทยาของอาหารและภาชนะสัมผัสอาหาร ของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ที่กำหนดให้อาหารทะเลที่บริโภคดิบพบเชื้อ อี. โคไล ปนเปื้อนได้น้อยกว่า 3 MPN ใน 1 กรัมวันนี้ ทานปลาแชลมอนแล้ดิบๆ กันได้อย่างสบายใจ แต่ก็อย่าประมาทควรเลือกซื้อจากร้านค้าที่มั่นใจถึงความสะอาด สุขลักษณะที่ดีจะได้ดีกว่า ///

#### ผลวิเคราะห์เชื้อ อี. โคไล ในปลาแชลมอนแล้ (ดิบ)

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	อี. โคไล (MPN/ กรัม)
ปลาแชลมอนแล้ ร้าน 1 จากห้างย่านบางกะปิ	น้อยกว่า 3
ปลาแชลมอนแล้ ร้าน 2 จากตลาดย่านจตุจักร	น้อยกว่า 3
ปลาแชลมอนแล้ ร้าน 3 จากตลาดย่านดุสิต	น้อยกว่า 3
ปลาแชลมอนแล้ ร้าน 4 จากห้างย่านปทุมวัน	น้อยกว่า 3
ปลาแชลมอนแล้ ร้าน 5 จากตลาดย่านปทุมวัน	น้อยกว่า 3

วันที่วิเคราะห์ 15-21 มิ.ย. 2565 วิเคราะห์ FDA BAM Online, 2020 (Chapter4)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02 422 8688 หรือ <http://www.nfi.or.th/foodsafety/>