

เชื่อก่อโรคใน...น้ำทับทิมบรรจุขวด

สำหรับคนรักสุขภาพ คงไม่มีใครที่ไม่เคยได้ยินเรื่องของซูปเปอร์ฟู้ด และซูปเปอร์ฟรุ้ด อาหารเพื่อสุขภาพทานแล้วแข็งแรง ให้ผลดีต่อสุขภาพ มีคุณค่าทางอาหารสูง มีหลากหลายชนิด ทั้งบริโภคสด และแปรรูป ทับทิมเป็นผลไม้ที่จัดอยู่ในกลุ่มซูปเปอร์ฟรุ้ด มีปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระสูง โดยเฉพาะสารโพลีฟีนอล โดยฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระในทับทิมสูงกว่า ไวน์แดงและใบชาเขียวถึง 3 เท่า นอกจากนี้ยังเป็นแหล่งที่ตีของวิตามินซี, วิตามินบี 5 และโพแทสเซียม หากดื่มน้ำทับทิมเป็นประจำจะช่วยลดความเสี่ยงของโรคหัวใจและหลอดเลือด ลดความดันโลหิต ลดความเสี่ยงของการเกิดมะเร็งต่อมลูกหมาก

จึงไม่แปลกที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา ยกให้น้ำทับทิมเป็นสุดยอดน้ำผลไม้เพื่อสุขภาพ และในไทยเราเองก็มักเห็นมีน้ำทับทิมคั้นสดๆ บรรจุขวดวางขายกันมากตามริมบาทวิถี

แม้ว่าน้ำทับทิมจะมีประโยชน์หลากหลาย แต่ก็ควรเลือกซื้อจากร้านขายที่ดูแล้วสะอาด คนขายรักษา สุลักษณะส่วนบุคคลได้ดี หากไม่มั่นใจควรเตรียมและคั้นดื่มเอง เพราะเราจะทราบขั้นตอนการทำ และควบคุมความสะอาดได้เป็นอย่างดี แต่หากซื้อมาดื่มเราอาจไม่ทราบว่าคนขายหยิบจับทับทิม โดยไม่สวมถุงมือ หรือไม่ล้างทำความสะอาดมือหลังเข้าห้องน้ำก่อนนำผลทับทิมมาคั้น และบรรจุขวด โอกาสที่เชื่อก่อโรคชนิดต่างๆ จะปนเปื้อนลงสู่น้ำทับทิมอาจมีสูงมาก เช่น เชื้อ *บาซิลลัส ซีเรียส*, *คลอสตริเดียม เฟอร์ริงเจนส์*, *สแตปฟีโลคอคคัส ออเรียส*, *อี โคไล* และ *ซาลโมเนลลา*

หากเราได้รับเชื้อเหล่านี้เข้าสู่ร่างกาย จะทำให้เกิดอาการของโรคท้องร่วง อาหารเป็นพิษรุนแรงมากน้อย แตกต่างกันขึ้นอยู่กับชนิดและปริมาณของเชื่อก่อโรคที่ได้รับ วันนี้ สถาบันอาหาร ได้สุ่มตัวอย่างน้ำทับทิม คั้นสดบรรจุขวดจำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ย่านการค้าในเขตกรุงเทพฯ

เพื่อนำมาวิเคราะห์การปนเปื้อนของเชื่อก่อโรค 5 ชนิด ได้แก่ *บาซิลลัส ซีเรียส*, *คลอสตริเดียม เฟอร์ริงเจนส์*, *สแตปฟีโลคอคคัส ออเรียส*, *อี โคไล*, *ซาลโมเนลลา* รวมถึงยีสต์และรา ผลวิเคราะห์ปรากฏว่า พบเชื้อ *อี.โคไล* ปนเปื้อนในน้ำทับทิม 1 ตัวอย่าง เห็นอย่างนี้แล้วขอแนะนำว่าควรเตรียมและคั้นดื่มเองที่บ้าน อาจปลอดภัยกว่า

ผลวิเคราะห์เชื้อ *อี.โคไล* ในน้ำทับทิมบรรจุขวด

| ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ | <i>อี. โคไล</i> (พบ, ไม่พบ / มิลลิลิตร) |
|---|--|
| น้ำทับทิม ร้าน 1 รถเข็น ย่านเยาวราช | ไม่พบ |
| น้ำทับทิม ร้าน 2 ริมบาทวิถี ย่านวังหลัง | ไม่พบ |
| น้ำทับทิม ร้าน 3 ริมบาทวิถี ย่านสีลม | ไม่พบ |
| น้ำทับทิม ร้าน 4 ริมบาทวิถี ย่านราชดำริ | พบ |
| น้ำทับทิม ร้าน 5 ย่านสยาม | ไม่พบ |

วันที่วิเคราะห์ 15-30 ต.ค. 2560 วิเคราะห์ FDA-BAM Online, 2013 (Chapter 4)

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 024 228 688 หรือ <http://www.nfi.or.th/foodsafety/>