

โลหะหนัก... กับขมื่นชัน

ขมื่นเป็นพืชตระกูลเดียวกับข้าวและขิง มีหัวและเหง้าอยู่ใต้ดิน จัดอยู่ในกลุ่มพืชที่ใช้เหง้าเป็นเครื่องเทศ ขมื่น ข้าวและขิง 3 มีรูปร่าง รสชาติ และกลิ่นที่แตกต่างกัน แต่มีสรรพคุณคล้ายๆ กัน

ในการเป็นพืชสมุนไพรที่ช่วยป้องกันและรักษาแผลในกระเพาะอาหาร สมานแผลรวมถึงรักษาอาการหวัด พืชทั้ง 3 ชนิด นิยมนำมาประกอบอาหารเพื่อสร้างกลิ่นให้กับอาหาร และดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ที่ใช้ประกอบอาหาร

ขมื่น เป็นพืชสมุนไพรที่มีสีเหลืองหรือส้มสด มีกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์

คนไทยนิยมนำขมื่นมาผสมกับเครื่องแกงเผ็ดเพื่อให้มีสีเหลือง และช่วยดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์

ขมื่นมีฤทธิ์ทางยาหลายขนาน ทั้งช่วยสมานแผลในกระเพาะอาหาร ลดการอักเสบ

ด้านการแพ้ ยับยั้งแบคทีเรียและสารพิษที่เป็นสาเหตุของการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร

สรรพคุณทางยาเพียบ แต่ขอให้พึงระวังไว้วันดีว่าอาจมีโลหะหนักบางชนิดที่เป็นอันตรายปนเปื้อนอยู่ในขมื่นได้ เช่น สารหนู ตะกั่ว และแคดเมียม

สาเหตุของการปนเปื้อนอาจมาจากทั้งแหล่งดิน แหล่งน้ำที่ใช้เพาะปลูกขมื่น

หรืออาจมาจากการใช้ปุ๋ยและสารเคมีในระหว่างการเพาะปลูกขมื่น

เมื่อเราทานอาหารที่มีขมื่นที่ปนเปื้อนโลหะหนักเข้าสู่ร่างกายเป็นประจำ มันจะสะสมในร่างกาย

จนทำให้เกิดอันตรายและเจ็บป่วยได้ วันนี้ สถาบันอาหาร ได้ทำการสุ่มตัวอย่างขมื่นชัน

จำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ย่านการค้าในเขตกรุงเทพฯ เพื่อนำมาวิเคราะห์หาปริมาณการปนเปื้อน

ของโลหะหนัก 4 ชนิด ได้แก่ สารหนู แคดเมียม ตะกั่วและปรอท ผลวิเคราะห์ปรากฏว่า

พบตะกั่วปนเปื้อนในขมื่นชันทุกตัวอย่าง พบสารหนูปนเปื้อนใน 1 ตัวอย่าง และพบแคดเมียมปนเปื้อน

ใน 2 ตัวอย่าง แต่ปริมาณที่ตรวจพบยังไม่เกินเกณฑ์มาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุขไทย

ที่กำหนดให้พบตะกั่วปนเปื้อนได้ไม่เกิน 1 มิลลิกรัมต่ออาหาร 1 กิโลกรัม และพบสารหนูปนเปื้อนได้

ไม่เกิน 2 มิลลิกรัมต่ออาหาร 1 กิโลกรัม เห็นผลวิเคราะห์อย่างนี้แล้วคงสบายใจกันได้

ขอแนะว่า ควรเลือกทานอาหารให้หลากหลาย ครบทั้ง 5 หมู่ เพื่อความปลอดภัยและมีร่างกายแข็งแรง

ผลวิเคราะห์โลหะหนักในขมื่นชัน

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	โลหะหนัก (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)			
	สารหนู	แคดเมียม	ตะกั่ว	ปรอท
ขมื่นชัน ร้าน 1 ย่านนางเลิ้ง	น้อยกว่า 0.123	น้อยกว่า 0.06	0.10	ไม่พบ
ขมื่นชัน ร้าน 2 ย่านราชวัตร	ไม่พบ	ไม่พบ	0.41	ไม่พบ
ขมื่นชัน ร้าน 3 ย่านบางขุนศรี	ไม่พบ	ไม่พบ	0.09	ไม่พบ
ขมื่นชัน ร้าน 4 ย่านพระราม 5	ไม่พบ	ไม่พบ	น้อยกว่า 0.03	ไม่พบ
ขมื่นชัน ร้าน 5 ย่านเทเวศร์	ไม่พบ	น้อยกว่า 0.06	0.04	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 7-9 พ.ค. 2561 วิธีวิเคราะห์ In-house method T9153 based on AOAC (2012) 986.15

In-house method T9166 based on AOAC (2012) 999.10 ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย

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