

### สีผสมอาหารกับกึ่งแห้ง

ฤดูร้อนในช่วงการระบาดของโควิด-19 ระลอกใหม่ในเดือนเมษายนนี้ หลายท่านคงหนีไม่พ้น การพักผ่อนแบบยาวๆ อยู่บ้าน หรือการทำงานที่บ้านเพื่อลดการเดินทาง อันจะช่วยหยุดการแพร่กระจาย ของเชื้อ หรือลดความเสี่ยงต่อการสัมผัสผู้ป่วยโควิด-19 นอกบ้าน

การพักอยู่แต่ในบ้านหลายท่านจำเป็นต้องหากิจกรรมต่างๆ ทำคลายเครียด การปรุงเมนูอาหารอร่อยๆ ทานเองในบ้านจึงกลายเป็นกิจกรรมยอดฮิตในช่วงกักตัว ในช่วงฤดูร้อนของเมืองไทยเป็นฤดูกาลของ มะม่วง เราจึงมักเห็นร้านค้าต่างๆ วางขายเมนูจากมะม่วง เช่น ข้าวเหนียวมะม่วง ไอศกรีมกับมะม่วงสุก น้ำปั่นมะม่วงสุก น้ำปลาร้าหวาน กะปิหวาน ปลาร้าหวาน

กึ่งแห้ง นับเป็นส่วนประกอบหลักของเมนูน้ำปลาร้าหวาน กะปิหวาน ปลาร้าหวานที่คนไทยนิยมทานกับ มะม่วงเปรี้ยว หรือมะม่วงมัน เพราะมีส่วนช่วยเพิ่มรสชาติและสีส้มให้ชวนทาน

กึ่งแห้งที่เราทานกันทุกวันนี้มีหลายไซส์ หลายราคา หลายเกรด หลายราคา การเลือกซื้อกึ่งแห้งไม่เพียงแต่ พิจารณาเรื่องราคาและขนาดเท่านั้น ขอแนะนำควรพิจารณาความสะอาด แหล่งผลิต และต้องไม่มองข้าม เรื่อง “สี” ด้วย เพราะกึ่งแห้งที่ดีและปลอดภัยไม่ควรผสมสีใดๆ ลงไปทั้งสิ้น แต่ปัจจุบันผู้ผลิตมีการใส่ สีผสมอาหารสังเคราะห์ลงไปเพื่อให้กึ่งแห้งมีสีส้ม เหลือง แดงสวยงามน่าทาน ทว่าเมื่อร่างกายเราได้รับ สีผสมอาหารสังเคราะห์เข้าไปปริมาณมากหรือบ่อยๆ จะก่อผลเสียต่อสุขภาพ คือ จะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน สิวบางชนิดทำให้เกิดการแพ้ ผื่นคัน ภาครัฐจึงจำเป็นต้องควบคุม การใช้สีสังเคราะห์ผสมในอาหาร ให้อยู่ในปริมาณที่เหมาะสม วันนี้เพื่อเป็นการให้ความรู้กับผู้บริโภค สถาบันอาหาร ได้สุ่มตัวอย่างกึ่งแห้ง จำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ย่านการค้าในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล เพื่อนำมาวิเคราะห์สีผสมอาหาร สังเคราะห์ 3 ชนิด ผลปรากฏว่าพบสีผสมอาหารสังเคราะห์ในกึ่งแห้งทั้ง 5 ตัวอย่าง และพบ 3 ตัวอย่าง ที่มีปริมาณสีโปงโซ 4 อาร์ และซันเซตเฮลโลว์ เอพีเอฟ เกินกว่าที่กฎหมายกำหนดอนุญาตให้ใช้ คือ สีโปงโซ 4 อาร์ให้ใช้ได้ไม่เกิน 100 มิลลิกรัม/กิโลกรัม และสีซันเซตเฮลโลว์ เอพีเอฟ ให้ใช้ได้ไม่เกิน 100 มิลลิกรัม/กิโลกรัม เห็นอย่างนี้แล้ว ควรเลือกซื้อกึ่งแห้งที่มีสีตามธรรมชาติ สีไม่ฉูดฉาดจนเกินไป เพื่อความปลอดภัยของร่างกายจะดีกว่า ///

### ผลวิเคราะห์สีผสมอาหารในกึ่งแห้ง

| ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ               | สีผสมอาหาร (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม) |               |                       |
|-----------------------------------|----------------------------------|---------------|-----------------------|
|                                   | อีริโทรซิน                       | โปงโซ 4อาร์   | ซันเซตเฮลโลว์ เอพีเอฟ |
| กึ่งแห้งฝอย ย่านทวีวัฒนา          | ไม่พบ                            | <b>418.99</b> | ไม่พบ                 |
| กึ่งแห้ง ย่านปทุมวัน              | ไม่พบ                            | <b>680.44</b> | ไม่พบ                 |
| กึ่งแห้ง ย่านจตุจักร              | ไม่พบ                            | 2.24          | 6.34                  |
| กึ่งแห้ง ย่านเมืองนนทบุรี นนทบุรี | 5.69                             | 9.97          | ไม่พบ                 |
| กึ่งแห้ง ย่านบางกรวย นนทบุรี      | ไม่พบ                            | ไม่พบ         | <b>219.93</b>         |

วันที่วิเคราะห์ 26-29 มี.ค. 2564 วิธีวิเคราะห์ In-house method T9190 based on AOAC (2019) 930.38

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านความปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

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