

## การบริโภคน้ำแข็งให้ปลอดภัย

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอากาศร้อน น้ำแข็งจึงเป็นสิ่งที่คนนิยมรับประทานกันมาก เพราะน้ำแข็งนั้นจะช่วยบรรเทาให้คลายร้อน นอกจากนำน้ำแข็งมารับประทานโดยตรงแล้ว ยังมีการนำน้ำแข็งมาใช้ประโยชน์หลายทาง เช่น ผสมเครื่องดื่ม ใช้แช่อาหารสดเพื่อถนอมอาหาร และใช้ในอุตสาหกรรมประมง เป็นต้น ซึ่งหากมีกระบวนการผลิต จำหน่ายที่ไม่สะอาดได้มาตรฐาน อาจเสี่ยงทำให้ได้รับเชื้อจุลินทรีย์ปนเปื้อน ซึ่งนำไปสู่การเกิดอาการป่วยต่างๆ เช่น อุกจากระว่ง อาหารเป็นพิษ และอหิวาตกโรค เป็นต้น จากข้อมูลของรายงานการเฝ้าระวังโรค ของสำนักกระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค พบว่าในปี ๒๕๕๗

- มีผู้ป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษรวมทั้งประเทศ ๑๓๔,๗๙๗ ราย อัตราป่วย ๒๐๗.๕๒ รายต่อประชากรแสนรายนี้ไม่มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคอาหารเป็นพิษ พบอัตราป่วยสูงสุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ รองลงมา คือ ภาคเหนือ

- ผู้ป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันรวมทั้งประเทศ ๑,๑๐๙,๙๒๗ ราย อัตราป่วย ๑,๗๐๘.๗๕ รายต่อประชากรแสนรายทั้งนี้ไม่มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันในปี ๒๕๕๗ จำนวนทั้งสิ้น ๑๗ คนทั่วประเทศ คิดเป็นอัตรา ๐.๐๓ ต่อแสนประชากร โดยกลุ่มอายุที่พบมากที่สุด คือ อายุต่ำกว่า 5 ปี รองลงมา คือ อายุมากกว่า 65 ปี

- สำหรับผู้ป่วยด้วยโรคอหิวาตกโรค ในปี ๒๕๕๗ มีผู้ป่วย ๑๒ ราย อัตราป่วย ๐.๐๒ ต่อประชากรแสนราย ไม่มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคอหิวาตกโรค

จะเห็นว่าโรคที่เกิดจากอาหารและน้ำเป็นสื่อกลางมีหลายโรค ดังนั้นผู้บริโภคต้องระมัดระวังในการเลือกรับประทานอาหาร โดยผู้บริโภคควรเลือกบริโภคน้ำแข็งที่มีวิธีการผลิตที่ถูกต้องได้มาตรฐาน GMP เพื่อลดปัญหาการปนเปื้อนจากเชื้อจุลินทรีย์ และเมื่อน้ำแข็งละลายจะต้องใส ไม่มีตะกอนขาวขุ่นๆ อยู่ก้นแก้ว หากเป็นน้ำแข็งที่บรรจุถุงเพื่อจำหน่ายให้สังเกตรายละเอียดบนฉลากต้องมีเครื่องหมาย อย. พร้อมเลขสารบบอาหาร, ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิต, น้ำหนักสุทธิเป็นระบบเมตริก และข้อความ “น้ำแข็งใช้รับประทานได้” ด้วยตัวอักษรสีน้ำเงิน ส่วนน้ำแข็งที่ตักแบ่งขายตามร้านค้าหรือเสิร์ฟในร้านอาหารทั่วไป ผู้บริโภคควรสังเกตน้ำแข็งสถานที่เก็บ ภาชนะที่บรรจุน้ำแข็งต้องสะอาด ไม่บรรจุในถุงพลาสติกที่ผ่านการนำมาแล้ว หรือเป็นถุงที่เคยบรรจุสารเคมีมาก่อน เช่น สารเคมีกำจัดศัตรูพืช หรือปุ๋ย เป็นต้น ถ้าบรรจุในถังน้ำแข็งต้องเป็นถังที่บรรจุน้ำแข็งอย่างเดียว ยกเว้นให้มีได้เฉพาะที่ตักน้ำแข็งที่มีด้ามเพื่อใช้ตักน้ำแข็งเท่านั้น ถ้าพบว่ามีภาชนะบรรจุน้ำดื่ม น้ำอัดลม ผักหรือเนื้อสัตว์ แช่รวมกันอยู่ในถังน้ำแข็งนั้น ก็ไม่ควรนำมาใช้เพื่อการบริโภค

กลุ่มวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพอาหาร