

แนะ ผู้ประกอบการร้านอาหารปิ้ง-ย่าง ทำความสะอาดเตาแก๊สหมูปิ้ง-กระทะปิ้งอย่างถูกหลักสุขาภิบาล

อรพรรณ จินกาล *

จากกรณีที่มีประชาชนได้โพสต์ข้อความใน www.pantip.com เกี่ยวกับสาเหตุของการเจ็บคอจากการกินหมูปิ้งรถเข็น ซึ่งมีหมูจำนวนมากมาทะกิ้นเศษหมูที่ติดตะแกรงปิ้งหมูในช่วงกลางคืน แสดงให้เห็นว่าผู้ประกอบการไม่ล้างตะแกรงหมูปิ้งให้สะอาดตามหลักสุขาภิบาลก่อนการปิ้ง-ย่าง ซึ่งจะทำให้เกิดเชื้อโรคต่างๆ ได้ ดังนั้น ผู้ประกอบการต้องล้างทำความสะอาดเตาแก๊สสำหรับใช้ปิ้ง-ย่างอาหาร หรืออุปกรณ์เครื่องใช้อื่นๆ ที่สัมผัสอาหารตามหลักสุขาภิบาลทุกวัน โดยการขูดเศษอาหารที่ติดกับตะแกรงออกก่อนแล้วล้างด้วยน้ำเปล่า และล้างด้วยน้ำผสมน้ำยาทำความสะอาดเพื่อล้างคราบไขมัน เศษอาหารและสิ่งสกปรกที่ติดค้างอยู่ โดยใช้ฟองน้ำ ผ้าสะอาด หรือแผ่นใยสังเคราะห์ช่วยในการทำทำความสะอาด แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดอีก 2 ครั้ง เพื่อล้างน้ำยาทำความสะอาดสิ่งสกปรกต่างๆ ที่ยังติดค้างอยู่ออกให้หมด ส่วนภาชนะอุปกรณ์ที่ล้างทำความสะอาดแล้วต้องนำมาคว่ำไว้บนตะแกรงหรือตะกร้าโปร่งสะอาด ซึ่งวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร โดยปล่อยให้แห้งเอง และต้องมีการจัดเก็บที่สามารถป้องกันไม่ให้เกิดการปนเปื้อนได้ "ผู้บริโภคที่ชื่นชอบกินหมูกระทะ หมูปิ้ง ควรเลือกร้านที่ใช้ภาชนะอุปกรณ์ในการปิ้ง-ย่าง ที่สะอาดปลอดภัย คนขาย-คนเสิร์ฟ มีสุขอนามัยดีหรือเลือกร้านที่ได้รับป้ายอาหารสะอาด รสชาติอร่อย (Clean Food Good Taste) ก็จะช่วยสร้างความมั่นใจด้านความปลอดภัย ที่สำคัญควรกินอาหารให้หลากหลาย ทั้งผักและผลไม้เพื่อสุขภาพ

ทั้งนี้ การกินอาหารปิ้ง-ย่าง เพื่อลดความเสี่ยงต่อการได้รับสารพิษ ผู้บริโภคควรเลือกเนื้อสัตว์ที่ไม่ติดมัน หรือตัดส่วนที่เป็นมันออก เพื่อลดปริมาณไขมันที่จะไปหยดลงบนถ่านขณะปิ้งย่าง เพราะไขมันหรือน้ำมันจะหยดลงบนเตาไฟ ทำให้เกิดการเผาไหม้ที่ไม่สมบูรณ์ และก่อให้เกิดสารก่อมะเร็ง (Polycyclic Aromatic Hydrocarbon) ลอยขึ้นมาพร้อมเขม่าควันเกาะที่บริเวณผิวของอาหาร และพบในปริมาณมาก ถ้าปิ้ง-ย่างจนไหม้เกรียม หากกินเป็นประจำ จะมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็ง อาจใช้ใบตองห่ออาหารก็สามารถช่วยลดไขมันหยดได้เช่นเดียวกัน แถมได้อาหารที่มีกลิ่นหอมใบตองและลดปริมาณขยะอีกด้วย หากพบเห็นร้านที่ไม่สะอาด ไม่ใส่ใจในการเตรียมปรุงอาหารให้สะอาด มีคุณภาพ ควรหลีกเลี่ยงและแจ้งให้หน่วยงานราชการในพื้นที่ทราบ เช่น สำนักงานเขตในกทม. เทศบาล อบต. หรือช่องทางต่างๆ ที่หน่วยงานราชการจัดทำขึ้น

* นักวิชาการสาธารณสุข สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ