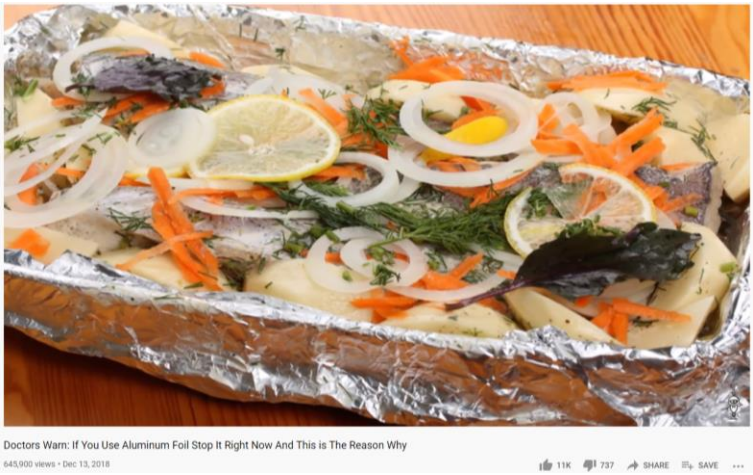
องค์การอนามัยโลก(WHO)ประกาศเตือนอย่าใช้วัสดุแผ่นอลูมินั่มฟอยล์มามีส่วนในการเตรียมอาหารที่ต้องปรุงด้วยความร้อน



Link ที่มาของข่าว

https://www.youtube.com/watch?v=jVZQalp2tiM&edufilter=NULL

ข้อสรุป *(Key message):* **ยังไม่มีผลงานวิจัยยืนยันว่าอะลูมิเนียมที่ปนเปื้อนในอาหาร ทำให้เป็นโรคอัลไซเมอร์ได้**

ประเด็นสำคัญ อย่าใช้วัสดุแผ่นอลูมินั่มฟอยล์มาใช้ทำอาหารร่วมกับอาหารร้อน จริงหรือไม่

ข้อเท็จจริง:

อธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กล่าวถึงกรณีโซเชียลมีเดียมีการส่งข้อมูลเรื่องการใช้แผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์ปิ้งย่างอาหารมีอันตราย เพราะอะลูมิเนียมเมื่อโดนความร้อนจะละลายเข้ากับอาหาร ทำให้แคลเซียมถูกทำลาย ความจำจะลดลงและสมองเสื่อม เป็นสาเหตุของอัลไซเมอร์ และเป็นการทำลายกระดูกโดยตรง ว่า ขอเตือนประชาชนว่า อย่าตื่นตระหนกกับข่าวดังกล่าว เพราะปัจจุบันยังไม่สามารถระบุสาเหตุของโรคอัลไซเมอร์ที่แน่ชัดได้ มีเพียงปัจจัยที่มีแนวโน้มก่อให้เกิดโรคอัลไซเมอร์ ได้แก่ อายุ พันธุกรรม และปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ ยังไม่มีผลงานวิจัยที่พิสูจน์แน่ชัดว่า อะลูมิเนียมทำให้เกิดโรคนี้จริง โดยองค์การอนามัยโลก และ European food safety authority (EFSA) รายงานว่า อะลูมิเนียมเป็นสารพิษต่อระบบประสาท ในผู้ป่วยโรคไตมีความเป็นไปได้ที่อาจจะทำให้เกิดโรคอัลไซเมอร์ หรือโรคเกี่ยวกับระบบประสาท แต่ไม่คิดว่าการได้รับอะลูมิเนียมจากอาหารจะเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคอัลไซเมอร์ได้

อะลูมิเนียมฟอยล์ทำจากโลหะ เป็นบรรจุภัณฑ์ที่สามารถรักษาความสดของอาหาร ป้องกันการสูญเสียน้ำ การซึมผ่านของไขมันและน้ำมันได้ดี นอกจากนี้ยังป้องกันอากาศภายนอกหรือกลิ่นแปลกปลอมเข้าไปสัมผัส กับอาหารด้วย จึงนิยมนำมาใช้ห่ออาหารเพื่อเก็บไว้ในตู้เย็น ห่อแซนด์วิชและอาหารสำหรับการไปปิกนิก รวมถึงห่ออาหารเพื่อนำเข้าอบหรือย่างด้วย

ในอนาคตอาจมีข้อมูลสนับสนุนทางวิชาการเพิ่มขึ้น โปรดติดตามต่อไป

RRHL Center

29 มีนาคม 2564

ผลกระทบต่อสุขภาพ:

อะลูมิเนียมเป็นโลหะที่มีความเป็นพิษต่อร่างกาย เราได้รับอะลูมิเนียมจากอาหารและน้ำที่บริโภค โดยภาชนะที่ใช้ในการประกอบอาหารหรือเก็บอาหารที่ทำจากอะลูมิเนียม เมื่อนำมาใช้กับอาหารที่มีรสเปรี้ยว จะทำให้อะลูมิเนียมละลายออกมาได้ การศึกษาปัจจัยที่คาดว่าจะมีผลต่อการละลายของอะลูมิเนียมออกจากภาชนะ ได้แก่ ชนิด และความเข้มข้นของกรด ปริมาณเกลือ ระยะเวลาและอุณหภูมิ และทำการวิเคราะห์ปริมาณอะลูมิเนียมในตัวอย่าง แกงส้ม และ ต้มยำ ที่ปรุงในหม้ออะลูมิเนียม จากการศึกษาพบว่า มีความเสี่ยงจากการละลายของอะลูมิเนียมออกจากภาชนะ ปนเปื้อนในอาหาร เนื่องจากอะลูมิเนียมสามารถละลายได้ในสภาวะที่เป็นกรดและเบส โดยที่วัตถุดิบที่ใช้ ประกอบอาหาร เครื่องปรุง ตลอดจนน้ำที่ใช้ล้วนแต่มีส่วนช่วยเพิ่มการละลายของอะลูมิเนียมจากภาชนะ ที่สัมผัสได้

ปริมาณอะลูมิเนียมที่พบในอาหารส่วนใหญ่นั้นมาจากวัตถุดิบที่ใช้ประกอบอาหารสารเพิ่มรสชาติ ภาชนะบรรจุ และภาชนะหุงต้ม การประกอบอาหารที่มีรสเปรี้ยวในภาชนะที่ทำจากอะลูมิเนียม เป็นสาเหตุสำคัญที่ปริมาณ อะลูมิเนียมในอาหารเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากการละลายจากตัวภาชนะที่ใช้ในการประกอบอาหารสู่อาหาร ซึ่งผลการศึกษาเป็นไปในทางเดียวกันกับงานวิจัยของต่างประเทศโดยได้แนะนำว่าอะลูมิเนียมฟอยล์ควรใช้ ในการบรรจุหรือห่ออาหาร แต่ไม่ควรใช้ในการปรุงอาหาร เพราะอาหารที่ปรุงสุกจากอะลูมิเนียมฟอยล์นั้นจะมี อะลูมิเนียมติดอาหารถึง 400 มิลลิกรัม เนื่องจากใช้อุณหภูมิที่สูงมากในการปรุง และยังไม่เหมาะกับการ ประกอบอาหาร จำพวกผัก ตัวอย่างเช่น มะเขือเทศหรือน้ำมะนาวที่ให้รสเปรี้ยว และเครื่องเทศ

<u>ข้อแนะนำ</u>

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข เผยปัจจุบันยังไม่สามารถระบุสาเหตุของโรคอัลไซเมอร์ได้อย่างแน่ชัดและยังไม่มีผลงานวิจัยยืนยันว่าอะลูมิเนียมที่ปนเปื้อนในอาหาร ทำให้เป็นโรคอัลไซเมอร์ได้ ทั้งนี้กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้ศึกษาการใช้งานภาชนะอะลูมิเนียมบรรจุอาหารพบว่าในสภาวะปกติที่อุณหภูมิห้องมีการละลายออกมาของอะลูมิเนียมน้อยมาก แต่จะพบในปริมาณสูงเมื่อสัมผัสกับสารละลายกรดที่อุณหภูมิ 100 องศาเซลเซียสเป็นเวลา 2 ชั่วโมง ดังนั้นหากผู้บริโภคกังวลควรหลีกเลี่ยงการบรรจุอาหารที่มีกรดและใช้งานที่อุณหภูมิสูงเป็นเวลานาน

การใช้ภาชนะอลูมิเนียม จึงควรใช้ด้วยความระมัดระวัง ดังนี้

1. ควรใช้ ในการบรรจุหรือห่ออาหาร แต่ไม่ควรใช้ในการปรุงประกอบอาหาร

2. ต้องเลือกใช้ให้เหมาะสมกับชนิด ประเภทอาหาร ไม่ใช้กับอาหารที่มีรสเปรี้ยวหรือมีไขมันมาก

3. ระยะเวลาต้องไม่นาน อุณหภูมิต้องไม่สูง ไม่ใช้ห่ออาหารในการปิ้งย่างหรือเข้าไมโครเวฟ

หน่วยงานที่ตรวจสอบ: สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

วันที่พบข่าว / เหตุการณ์ 18/12/61

เอกสารอ้างอิง

1. “อะลูมิเนียมฟอยล์ใช้ให้ถูก..ปลอดภัย” สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย http://foodsan.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=775&filename=Article_2017
2. ชัวร์ก่อนแชร์ : เตือน! ห้ามใช้อะลูมิเนียมฟอยล์ จริงหรือ ? https://www.youtube.com/watch?v=C2ZVM2qKwKw
3. <u>กรมวิทย์ฯเผยยังไม่มีผลการวิจัยยืนยันว่าอะลูมิเนียมทำให้เป็นโรคอัลไซเมอร์</u>

http://bqsf.dmsc.moph.go.th/bqsfWeb/index.php/2017/06/24/