

กรมวิทยาศาสตร์บริการ แนะนำคนไทยบริโภค “ถั่งเช่า” อย่างไรให้ปลอดภัย
พร้อมให้บริการทดสอบหาเชื้อจุลินทรีย์ก่อโรคและโลหะหนัก



วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2564 นพ.ปฐม สวรรค์ปัญญาเลิศ อธิบดีกรมวิทยาศาสตร์บริการ (วศ.) เปิดเผยเกี่ยวกับเทรนด์คนรักสุขภาพในปัจจุบัน โดยเฉพาะความนิยมการรับประทาน “ถั่งเช่า” ซึ่งเชื่อกันว่ามีคุณประโยชน์สำคัญในการมีฤทธิ์กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน ฤทธิ์ต้านมะเร็ง ผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด ฤทธิ์ปกป้องไต ฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ชะลอความแก่ แต่การศึกษาสรรพคุณและความปลอดภัยด้วยวิธีทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นระบบยังพบน้อยมาก ส่วนใหญ่เป็นเพียงกรณีศึกษาเท่านั้น ซึ่งนอกจากถั่งเช่าจะมีสารออกฤทธิ์ที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแล้วยังมีสารปนเปื้อนที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพโดยเฉพาะโลหะหนัก เช่น สารหนู ตะกั่ว ปรอท แคดเมียม ซึ่งโลหะหนักดังกล่าวในถั่งเช่าสายพันธุ์ธรรมชาติมาจากดิน แหล่งน้ำ และกากตะกอนของเสียที่ปลดปล่อยจากการเกษตรหรืออุตสาหกรรมต่างๆ

กรมวิทยาศาสตร์บริการ (วศ.) กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม มีข้อเสนอแนะให้ประชาชนในการเลือกซื้อถั่งเช่าที่สามารถตรวจสอบในฉลากผลิตภัณฑ์ว่าเป็นถั่งเช่าสายพันธุ์ชนิดใด ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) อนุญาตให้ใช้ถั่งเช่าสีทองสายพันธุ์ *Cordyceps militaris* ในรูปแบบอบแห้งหรือบดผง เป็นส่วนประกอบในผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิทได้ ปริมาณไม่เกิน 230 มิลลิกรัมต่อวัน โดยมีข้อกำหนดสารปนเปื้อนคือ สารหนู ไม่เกิน 2 mg/kg. ตะกั่ว ไม่เกิน 1 mg/kg. ปรอท ไม่เกิน 0.5 mg/kg. และเชื้อจุลินทรีย์ก่อโรคคือ *Escherichia coli* น้อยกว่า 3.0 MPN/g. ต้องไม่พบ *Salmonella* spp. ในอาหาร 25 กรัม และไม่พบ *Staphylococcus aureus* ในอาหาร 0.1 กรัม ทั้งนี้ ต้องมีปริมาณสารสำคัญคอร์ไดเซปิน (Cordycepin) ไม่เกิน 0.3 มิลลิกรัมต่อกรัม และอะดีโนซีน (Adenosine) ไม่เกิน 1.7 มิลลิกรัมต่อกรัม และยังไม่สามารถ

แสดงการกล่าวอ้างทางสุขภาพสำหรับผลิตภัณฑ์ที่มีถึงเชื้อสีกอง (C.militaris) เป็นส่วนประกอบได้ จนกว่าจะได้รับการพิจารณาอนุญาตจาก ออย. ตามคู่มือประชาชน เรื่อง การประเมินการกล่าวอ้างทางสุขภาพ

ดังนั้น การรับประทานถึงเชื้อควรทำตามข้อแนะนำที่ระบุในผลิตภัณฑ์ และผู้ที่มีโรคประจำตัวควรระมัดระวังเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากการรับประทานถึงเชื้อในปริมาณที่มากเกินไปหรือเป็นระยะเวลานานอาจจะได้รับจุลินทรีย์ก่อโรคหรือโลหะหนักในระดับที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพได้ ทางที่ดีควรปรึกษาแพทย์และก่อนที่ซื้อควรตรวจสอบการได้รับใบอนุญาตจากออย.ได้ที่เว็บไซต์ที่ http://porta.fda.moph.go.th/.../MAIN/SEARCH_CENTER_MAIN.aspx ผู้ที่ต้องการทดสอบหาเชื้อจุลินทรีย์ก่อโรคและปริมาณโลหะหนักของผลิตภัณฑ์ถึงเชื้อ สามารถส่งทดสอบได้ที่ กองผลิตภัณฑ์อาหารและวัสดุสัมผัสอาหาร กรมวิทยาศาสตร์บริการ