



วิวัฒน์ เจริญ

นพ.วิวัฒน์ อิมสารอญ

# น้ำมันทอดซ้ำ เหตุก่อมะเร็ง

● แม้ว่าปัญหาการขาดแคลน น้ำมันปาล์มจะได้รับการจัดการ ผ่านไปแล้วก็ตาม ขบวนการจับกุมผู้ประกอบการโรงงานบรรจุน้ำมันพืชใช้แล้วที่นำไปบรรจุขึ้นส่งขาย พ่อค้าแม่ค้าตามตลาด โดยใช้วิธีการเพียงแคกรองด้วยผ้ากรอง เพื่อให้ดูใสขึ้นนั้น แม้ทางโรงงาน จะอ้างว่าจะนำไปส่งให้โรงงานผลิตอาหารสัตว์ ก็นับว่าเป็นการกระทำที่ขาดคุณธรรมและขาดความสำนึกรับผิดชอบ ต่อสังคมส่วนรวมอย่างยิ่ง

เหตุเพราะในน้ำมันทอดซ้ำไม่ว่าจะเป็นน้ำมันจากพืชหรือน้ำมันจากสัตว์ก็ตาม มีสารที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพมากมาย หลายชนิด ที่สำคัญเป็นสารก่อมะเร็ง ตัวหลักๆ ที่เป็นผู้ร้ายหัวหน้าแก๊งคือ สารโพลาร์และสารกลุ่มโพลีไซคลิกอะโรมาติกไฮโดรคาร์บอน ซึ่งเกิดขึ้นหลังการทอดอาหาร ยิ่งใช้น้ำมันเก่าทอดซ้ำบ่อยเท่าไร สารพวกนี้ยิ่งเกิดมากขึ้น ในทางปฏิบัติ เราใช้ชุดทดสอบคุณภาพน้ำมันทอดซ้ำอย่างง่าย โดยเป็นการตรวจหาระดับสารโพลาร์ ถ้าค่าสารโพลาร์ไม่เกินร้อยละ 25 ของน้ำหนัก น้ำมันนั้นยังอยู่ในเกณฑ์ที่ยังไม่เป็นอันตราย อย่างไรก็ตาม ก็ยังไม่สามารถแน่ใจได้ว่าปลอดภัยจากสารกลุ่มโพลีไซคลิกอะโรมาติกไฮโดรคาร์บอน เนื่องจากไม่สามารถวัดได้โดยชุดทดสอบคุณภาพอย่างง่ายดังกล่าว

จากการศึกษาพบว่า การใช้น้ำมันทอดซ้ำทำให้เกิดมะเร็งผิวหนัง เนื่องจากในตับปอด และก่อให้เกิดมะเร็งเม็ดเลือดขาวในหนูทดลอง ที่น่าสนใจก็คือไม่เพียงแต่อันตรายที่เกิดจากการบริโภคด้วยการกินเท่านั้น การหายใจเอาไอน้ำมันหรือควันจากการ

ใช้น้ำมันทอดซ้ำก็ทำให้เกิดมะเร็งได้เช่นกัน จากงานวิจัยที่จับพบว่า ผู้หญิงจีนที่ไม่สูบบุหรี่จำนวนมากป่วยเป็นมะเร็งปอด ซึ่งเมื่อดูจากประวัติแล้ว ส่วนใหญ่สุดคืบจากการทำอาหารด้วยน้ำมันเก่าที่มีควันมากผิดปกติ เรียกได้ว่าความเสี่ยงเทียบเท่าการสูบบุหรี่หรือดื่มเหล้าเลยทีเดียว

แม้ว่าทางการจะกำหนดโทษกรณีผู้ประกอบการอาหารที่ใช้น้ำมันทอดอาหาร ซึ่งมีค่าสารโพลาร์เกินร้อยละ 25 ของน้ำหนัก



จำหน่ายแก่ผู้บริโภค ถือเป็นการจำหน่ายอาหารผิดมาตรฐาน ผ่าฝืนมาตรา 25 (3) ของพระราชบัญญัติอาหารพ.ศ.2522 ระวังโทษปรับไม่เกิน 5 หมื่นบาท แต่ก็ยังมีผู้ประกอบการอาหารทอดบางราย ขอมรืบทิมงานราชการสารคดีรายการหนึ่งว่า ใช้น้ำมันทอดในกระทะเวียนซ้ำไปเรื่อยนานเป็นเดือน...อูแม่เจ้า !!! โดยให้เหตุผลว่าเพื่อลดต้นทุนจากปัญหาค่าน้ำมันพืชขึ้นราคา แล้วประเภทที่ทำไมโดยขาดความรู้หรือไม่ยอมรืบทิมเปิดเผยอีกไม่รู้เท่าไร ก็ได้แต่ภาวนาว่าร้านขายของทอดประเภทนี้คงไม่มีกี่ร้านเมื่อเทียบกับจำนวนร้านขาย



ของทอดประเภททอดกันให้เห็นๆ ขายกันหน้าร้านที่มีการประมาณว่ามีจำนวนไม่ต่ำกว่า 2 แสนร้านทั่วประเทศ นี่ยังไม่นับรวมร้านประเภททอดหลังร้านหรือทอดมาจากที่อื่นอีกจำนวนมาก ยิ่งมาเจอวิกฤติการณ์





๐๘ ๖/๑๕

น้ำมันปาล์มขาดตลาด น้ำมัน  
พืชขึ้นราคา ไม่อยากจะคิดเลย  
ว่าคนไทยมีโอกาสได้รับความ  
เสี่ยงจากน้ำมันทอดซ้ำมาก  
เพียงใด

พ่อค้าแม่ค้า รวมถึง  
คุณพ่อบ้านแม่บ้านที่เคารพ  
ครับ เอน้ำมันพืชใช้แล้วไป  
ขายเพื่อผลิตพลังงานไบโ  
อดีเซลดีกว่านะครับ ตอนนี้อย่าง  
จากเขาให้ราคาดีก็โลกรั้มละ

18 บาทแล้ว อย่าเอามาทำอาหารซ้ำเลยครับ  
เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ทั้งตัวคนทอดก็โดน  
คนกินก็โดน ไม่ใช่แค่เสี่ยงเป็นมะเร็ง โรค  
อื่นๆ เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรค  
ความดันโลหิตสูง โรคไขมันสะสมในตับ  
ไขมันในเลือดสูง ก็เป็นผลที่ตามมาจากการ  
บริโภคน้ำมันทอดซ้ำทั้งนั้น เพียงเพื่อความ  
ประหยัดไม่ถูกเรื่องแถมยังขาดคุณธรรมแบบ  
นี้ ไม่คุ้มนะครับ และที่สำคัญ เป็นบาป  
เปล่าๆ เชื่อมข...

[สัญลักษณ์]