ก 2921

เดลินิวส์
ฉบับที่ 17,667 วันพุธที่ 25 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2541 ราคา 8 บาท DAILY NEWS

วาระโลก

FACE OF THE WORLD

'บุก'

ชูธงอาหารเส้นไทย ตะลุยล่าดอลล์ช่วยไทย

สุดชาติ วงษ์หุ่น รายงาน

ห้องสมุดการเรียนการสอนและบริการ

ปัจจุบันกระแสการบริโภคอาหารเส้นใยเพื่อสุขภาพลามไปทั่วโลก ทำให้ตลาดอาหารดังกล่าวขยายตัวอย่างมาก เชื่อว่าน้อยคนที่จะรู้ว่า วัตถุดิบอาหารเส้นใยที่จัดว่าดีอันดับหนึ่งของโลกก็มีอยู่ในเมืองไทย และวันนี้ยังสามารถส่งออกดึงเงินดอลลาร์มาช่วยเมืองไทยอีกด้วย

พืชที่ว่า คือ หัวมันกระบุก หรือมันหัวช้าง หรือหัวบุก หรือบุกเนื้อทราย เป็นพืชหัวพื้นเมืองพบในหลายประเทศในแถบเอเชียทั้งที่ตั้งอยู่ในเขตร้อน เช่น ไทย พม่า ฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย อินเดีย ฯลฯ และในเขตอบอุ่น เช่น จีน ญี่ปุ่น

ในเมืองไทยมีบุกอยู่ทุกภาคของประเทศราว 20 ชนิด เกือบทุกชนิดยังเป็นพืชป่าไม่ค่อยมีการศึกษาพัฒนาใช้ประโยชน์อย่างจริงจัง มีเพียงไม่กี่ชนิดที่ผู้คนในท้องถิ่นแต่ละภาครู้วิธีการที่จะนำเอาบางส่วนของต้น เช่น หัวใต้ดิน และต้นอ่อน หรือเฉพาะต้นอ่อน และช่อดอก ไปปรุงอาหาร และทำขนมหวาน หรือบ้างก็เอาต้น ใบ มาหั่นต้มรวมกับรำข้าวและปลายข้าวเลี้ยงหมู

ในด้านการเพาะปลูกบุกเท่าที่พบมีบุกอยู่เพียง 2 ชนิด ที่ชาวบ้านปลูกไว้บริโภค ชนิดแรกใช้หัวหรือต้นอ่อนไปปรุงอาหารเป็นบุกที่มีลำต้นเกลี้ยง หรือค่อนข้างเกลี้ยง ลำต้นใบสีเขียวลายของต้นเป็นสีเขียวอ่อน หัวกลมแป้นมีปุ่มหน่อข้างหัวจำนวนมากไว้ขยายพันธุ์ ปลูกในบางท้องที่ของจังหวัด นครราชสีมา บุรีรัมย์ สุโขทัย เพชรบุรี

ชนิดที่สองใช้เฉพาะหัวไปปรุงอาหาร มีลักษณะคล้ายคลึงกับชนิดแรก แต่ลายต้นสีขาว ผิวลำต้นขรุขระเล็กน้อย ไม่มีปุ่มหน่อ มีปลูกเพียงบางหมู่บ้านที่ อ.ตาพระยา จ.สระแก้ว, อ.พบพระ จ.ตาก, อ.แม่สรวย จ.เชียงราย

ในด้านการบริโภคนั้นคนญี่ปุ่นและจีนโบราณรู้จักแปรรูปอาหารจากหัวบุกบางชนิดให้มีลักษณะคล้ายวุ้นมาบริโภค เชื่อว่าจะช่วยให้สุขภาพดีมีอายุยืน

ต่อมาจึงค้นพบว่า ในหัวบุกนั้นมีสารสำคัญ โครงสร้างประกอบด้วยน้ำตาลกลูโคสและแมนโนสที่เรียกว่า สารกลูโคแมนแนน ซึ่งเป็นสารใยอาหารธรรมชาติที่มีลักษณะเป็นวุ้น

เกรียง เธียรลิขิต

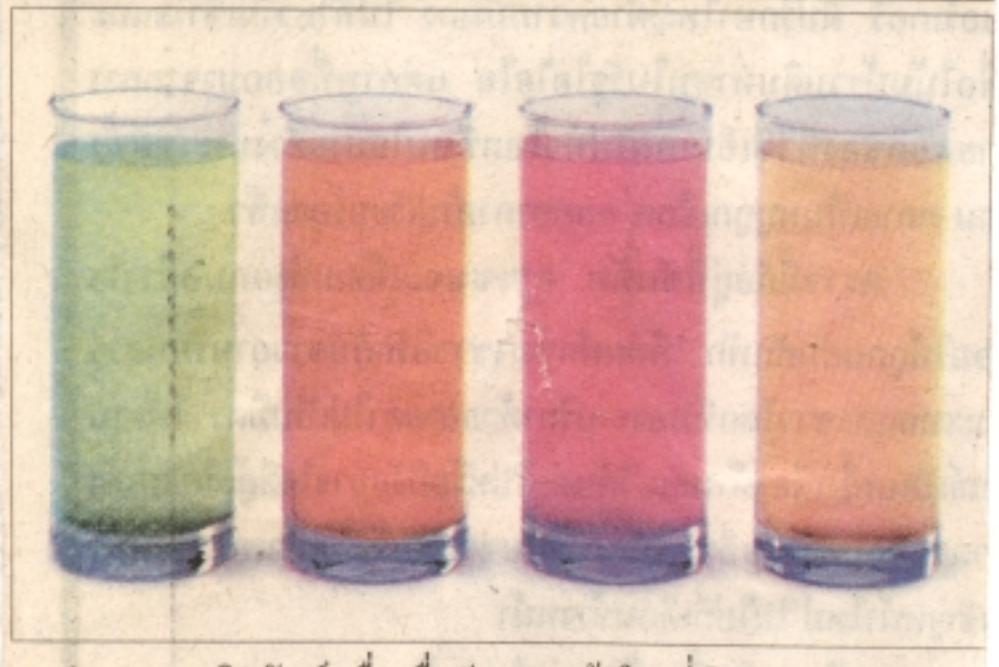
เส้นใยอาหารนี้มีผลดีต่อสุขภาพคนเรา 4 ประการ ประการแรก ให้ผลทางด้านการดูดซับและการถ่ายเปลี่ยนน้ำตาลในร่างกาย (สำหรับคนที่เป็นเบาหวาน) ประการที่สองให้ผลทางด้านการดูดซับ และการถ่ายเปลี่ยนสารคอเลสเตอรอลใน

ร่างกายให้อยู่ในสภาพปกติ ประการที่สามให้ผลทางด้านดูดซับสารพิษและประการสุดท้าย ให้ผลช่วยลดโอกาสการเกิดโรคมะเร็งในลำไส้ใหญ่ (เนื่องจากช่วยระบบการขับถ่าย)

อย่างไรก็ตามกลูโคแมนแนนมีคุณสมบัติแตกต่างกับวุ้นที่ได้จากพืชชนิดอื่น คือ มีความสามารถด้านการพองตัวในน้ำได้ที่อุณหภูมิห้อง แต่มีข้อเสียเปรียบคือ การคงตัวอยู่ไม่ได้นานเท่ากับวุ้นชนิดอื่น เช่นวุ้นที่ได้จากเมล็ดธัญพืช หรือวุ้นกาแลกโตแมนแนนที่ได้จากสาหร่ายทะเล

วุ้นกลูโคแมนแนนยังมีผลในเชิงการแพทย์เป็นที่ยอมรับจากนักวิทยาศาสตร์ทั่วโลก คือ เป็นวุ้นที่ไม่เพิ่มพลังงาน และไม่ถูกย่อยโดยน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร จึงเป็นกากเพิ่มปริมาณรวมอยู่กับอาหารที่ร่างกายย่อยได้ โดยจะเป็นเมือกลื่นแทรกตัวอยู่โดยรอบขัดขวางการดูดซึม น้ำตาล คอเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์ที่จะเข้าสู่กระแสโลหิต ซึ่งจะมีผลในด้านป้องกันบำบัดโรคที่สำคัญหลายชนิดในปัจจุบัน และเมือกลื่นของวุ้นกลูโคแมนแนนยังสลายตัวเป็นน้ำช่วยในการระบายของเสีย สารพิษตกค้างในระบบย่อยอาหารออกจากร่างกายได้ดีขึ้น

ศาสตราจารย์ ดร. VLADIMIV VUKSAU จากภาควิชาโภชนาศาสตร์ มหาวิทยาลัยโทรอนโต ประเทศแคนาดา ศึกษาวิจัยกลูโคแมนแนนในหัวบุกเป็นเวลาหลายปี และกล่าวว่าในช่วงเวลา 5-10 ปีที่ผ่านมา ความนิยมในอาหารที่มีใยอาหารสูงได้แพร่หลายไปทั่วในสังคมยุโรปตะวันตก เพราะทุกคนยอมรับว่าใยอาหารมีประโยชน์ต่อสุขภาพ แต่ก็มีใยอาหารน้อยชนิดมากที่สามารถพัฒนาเป็นอาหารสุขภาพในเชิงค้าขายได้ ซึ่งได้แก่ วุ้นจากผลไม้ (เปกติน) และวุ้นสาหร่าย สีน้ำตาล (คาราจิแนน) สารประกอบจากวุ้นเหล่านี้ใช้รักษาโรคคอเลสเตอรอลและน้ำตาลในเลือดสูง วุ้นจากหัวบุก (กลูโคแมนแนน) ก็มีสรรพคุณเช่นนี้ ดังนั้นจึงได้มีการตั้งสถาบันวิจัยกลูโคแมนแนนจากหัวบุกเป็นแห่งแรกขึ้นในยุโรป



ผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มประเภทเส้นใย ที่ทำจากบุก

ศาสตราจารย์เผิงชู่ อาจารย์แผนกอาหารและโภชนาการ มหาวิทยาลัยแพทย์หัวชี และมีตำแหน่งเป็นอุปนายกสมาคมโภชนาศาสตร์แห่งจีนได้กล่าวว่า ใยอาหารมิใช่สารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ แต่มีส่วนปรับสภาวะโภชนาการของร่างกายให้เกิดความสมดุล เพราะร่างกายจะได้รับสารอาหารโปรตีน และไขมันในปริมาณมากเป็นเวลานาน ทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารส่วนเกินจึงมีผลต่อการเกิดโรคหัวใจ ไขมันในเส้นเลือดสูง คอเลสเตอรอลสูง โรคเบาหวาน โรคมะเร็งในลำไส้ใหญ่ และน้ำหนักเกิน เป็นต้น

การที่ร่างกายได้รับสารอาหารที่มีใยอาหารสูงเป็นประจำก็จะมีผลป้องกัน และรักษาโรคได้ การบริโภคอาหารในปริมาณมาก ๆ ต่อวันก็ไม่มีอันตรายต่อร่างกาย และไม่มีผลข้างเคียง

ศาสตราจารย์จางเม่าอี่ อาจารย์แผนกอาหารและโภชนาการ มหาวิทยาลัยหัวชี ทำการวิจัยการใช้แป้งจากบุกที่มีกลูโคแมนแนนร้อยละ 75-80 ที่มีผลต่อการลดปริมาณไขมันและคอเลสเตอรอลในเลือด โดยทำการทดลองกับบุคคลที่มีไขมันในเลือดสูงตั้งแต่ 130-150 มก./ดล. ขึ้นไป และคอเลสเตอรอลสูงตั้งแต่ 200-230 มก./ดล. ขึ้นไป จำนวน 110 คน การทดลองกำหนดให้ทุกคนต้องรับประทานอาหารที่มีส่วนประกอบของแป้งบุกวันละ 5 กรัม และรับประทานอาหารตามปกติที่ให้พลังงานเฉลี่ยวันละ 2,459 กิโลแคลอรี่

หลังการทดลองผ่านไป 45 วัน สรุปผลได้ว่าร้อยละ 77.8 ของผู้ที่มีไขมันในเลือดสูงกว่า 150 มก./ดล. สามารถลดลงเหลืออยู่ภาวะปกติได้ กล่าวคือ ลดลง 46.9 มก./ดล. จากการทดลองครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่มีไขมัน และคอเลสเตอรอลในเลือดยิ่งสูง อัตราการลดลงของไขมัน และคอเลสเตอรอลก็จะยิ่งเพิ่มขึ้น

สำหรับการผลิตกลูโคแมนแนน จากหัวมันบุกในเชิงพาณิชย์ในเมืองไทยนั้นเกิดขึ้นมากว่า 10 ปีแล้ว โดย **บริษัทสหชลผลพืช จำกัด ในเครือบริษัทสหพัฒนพิบูล** นำหัวบุกมาแปรรูปเป็นกลูโคแมนแนนผง สำหรับใช้เป็นวัตถุดิบผลิตอาหารเส้นใยส่งออกไปขายในญี่ปุ่น สหรัฐ และ 15 ประเทศทั่วโลก

อาหารเส้นใยที่ผลิตส่งออกไปขายแล้ว เช่น **บุกก้อน** *บุกก้อนผสมสาหร่าย ที่คนญี่ปุ่นนำไปทานกับโอเด้ง หรือไข่พะโล้ญี่ปุ่นนั่นแหละ* **บุกเส้น** *ซึ่งสามารถนำมาปรุงอาหารแทนวุ้นเส้น เส้นก๋วยเตี๋ยว ผลิตเป็น* **ซุปผงบุกกึ่งสำเร็จรูป** *ที่แค่เติมน้ำร้อนก็ทานได้เหมือนบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งนำไปจดทะเบียนสิทธิบัตรยี่ห้อสินค้าไทยในญี่ปุ่นแล้วด้วย และผลิตเป็น* **เครื่องดื่ม** *บุกผงเพื่อสุขภาพ ตรา* **คอนยัคกี้** *เช่นเดียวกับสินค้าจากบุก*

ตัวอื่น ซึ่งเป็นยี่ห้อของคนไทยเองที่ส่งไปดึงเงินตราต่างประเทศ และช่วยประหยัดการนำเข้า

ในด้านการแข่งขันกับต่างประเทศนั้น สินค้าไทยเราสู้ได้สบาย เพราะคุณภาพทัดเทียมกัน แต่ต้นทุนถูกกว่าเนื่องจากใช้ตั้งแต่วัตถุดิบจนถึงเทคโนโลยีเครื่องจักรไทยทั้ง 100 เปอร์เซ็นต์

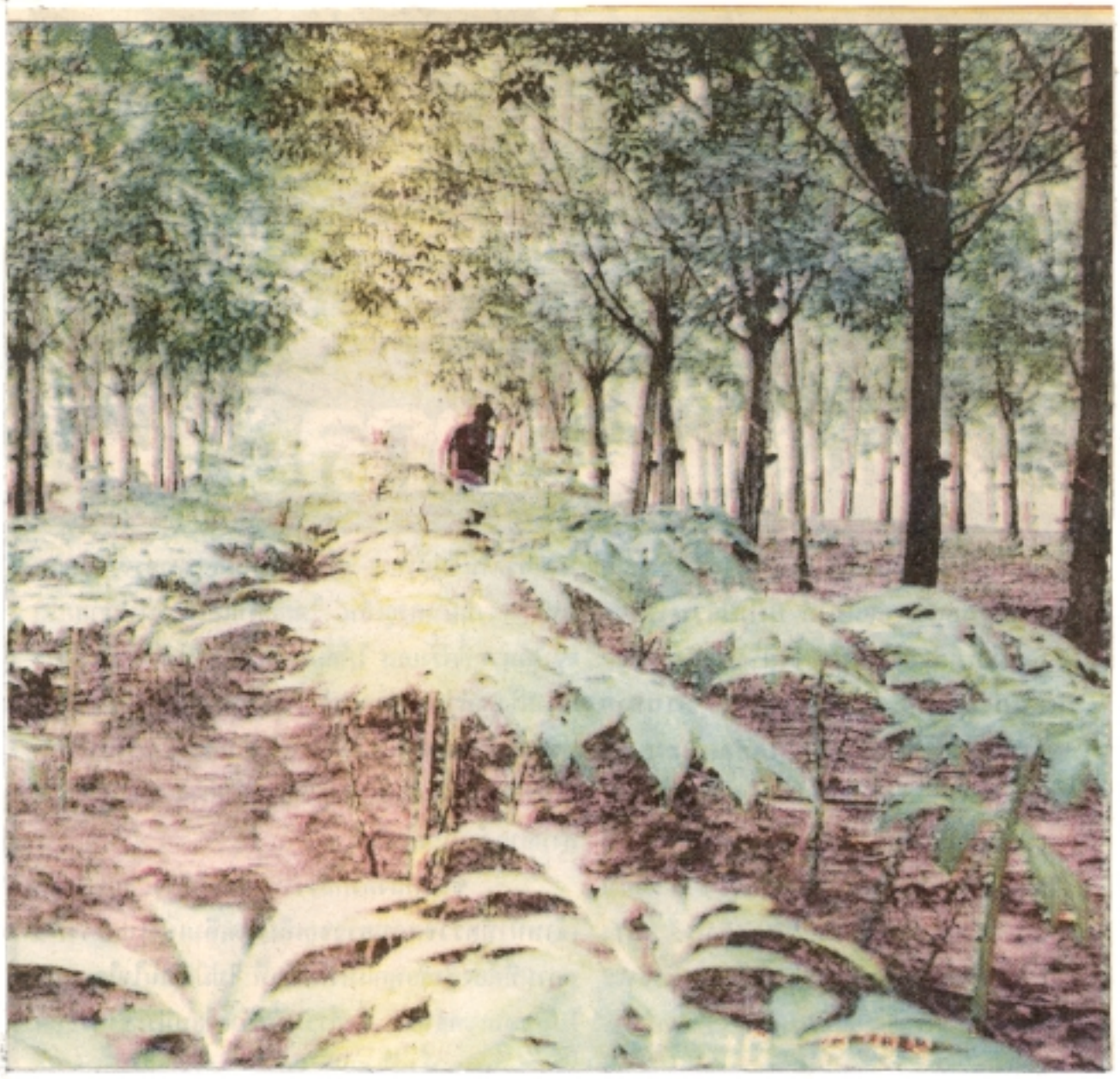
คุณสุรัช พัฒนวงศ์ยืนยง กรรมการผู้จัดการ บริษัท สหชลผลพืช จำกัด กล่าวว่า บริษัทสหชลยังจัดทำโครงการส่งเสริมการปลูกบุก และประกันการรับซื้อบุกสำหรับเกษตรกรที่ร่วมโครงการ หัวบุกที่รับซื้อจะส่งป้อนให้บริษัท สหชลผลพืช ไปผลิตแปรรูป

เหตุผลในการจัดทำโครงการดังกล่าว เป็นตามนโยบายของ **คุณเกรียง เธียรลิขิต** ประธานกรรมการบริษัท สหชลผลพืช จำกัด ได้มอบนโยบายให้ทีมงานของบริษัท นอกจากจะทำมาหากินอย่างสุจริตแล้ว ยังต้องช่วยหันหาทางคืนกำไรแก่สังคมด้วย

ที่ผ่านมา บริษัท สหชลผลพืช ก็ดำเนินการริเริ่มส่งเสริมเกษตรกรในภาคเหนือปลูกขิงเป็นรายแรกของเมืองไทย และบริษัทก็ประกันราคารับซื้อ นำผลผลิตที่ได้มาเป็นวัตถุดิบผลิตอาหารส่งออกขายต่างประเทศ นำเงินเข้าประเทศ และช่วยให้เกษตรกรมีรายได้มั่นคงระดับหนึ่ง

นับเวลาตั้งแต่เริ่มส่งเสริมปลูกขิงมาก็กว่า 17 ปีแล้ว และยังส่งเสริมการปลูกแดงกวาอีกกว่า 14 ปี มีเกษตรกรเข้าร่วมโครงการนับหมื่นราย ดังนั้น บริษัทจึงคิดขยายโครงการส่งเสริมการปลูกบุกเพิ่มอีกชนิดหนึ่ง ซึ่งนอกจากดำเนินตามนโยบายเดิมของบริษัทแล้วยังต้องการร่วมถวายเป็นพระราชกุศลในวโรกาสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงครองราชย์ 50 ปี

ในการส่งเสริมการปลูกบุกนี้จะประกันราคารับซื้อหัวบุกที่กิโลกรัมละ 5 บาท แก่ผู้เข้าร่วมโครงการ โดยเกษตรกรสามารถปลูกแซมหัวมันบุกในที่ว่างระหว่างต้นไม้ผลรากลึก หรือจะเก็บจากหัวบุกที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติมาขายให้บริษัทก็ได้ ถือเป็นผลพลอยได้จากการปลูกพืชหลัก เสริมรายได้ในยุคเศรษฐกิจฝืดได้ทางหนึ่ง **แถมมีส่วนร่วมในการผลิตอาหารเส้นใยสัญชาติไทยส่งออกไปขายดึงดอลลาร์กลับมาช่วยประเทศอีกแรงด้วย.**



ข้อมูลจำเพาะ

โครงการส่งเสริมการปลูกหัวกระบุก

วัตถุประสงค์

1. สนับสนุนเกษตรกรมีรายได้เสริมจากการเพาะปลูกพืชหลักในปัจจุบัน และสามารถพัฒนาการปลูกเป็นพืชรายได้หลักในระยะยาว

2. เพิ่มปริมาณผลผลิตหัวกระบุกสำหรับเป็นวัตถุดิบผลิตอาหารเส้นใย เพื่อให้เมืองไทยเป็นฐานการผลิตวัตถุดิบอาหารเส้นใยของโลก

การดำเนินงาน

ระยะแรก ๆ รับซื้อหัวกระบุกที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติจากเกษตรกรและให้ความรู้ในการนำหัวพันธุ์ไปปลูกแซมในแปลงพืชสวนที่มีอยู่แล้ว ระยะต่อไปมีแผนสนับสนุนให้เพาะปลูกเป็นแปลงขนาดใหญ่เชิงพาณิชย์

ผู้รับผิดชอบ

บริษัท สหชลผลพืช จำกัด

สถาบันวิจัยเทคโนโลยีไทย : บริษัทสื่อสารมวลชน จำกัด