

# จุฬารวิจัย

## โก๋กินน้ำมันปาล์มดิบ

### ได้ไขสุขภาพ

### ลดคอเลสเตอรอล

เมื่อวันที่ 9 กันยายน น.สพ.ดร.กฤษ อังค นางพร หัวหน้าภาควิชาสัตววิทยา คณะสัตว แพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอ ผลงานวิจัยเรื่องการสร้างไขไก่สุขภาพคอเลสเตอรอลต่ำ และวิตามินอีในไข่แดงสูง ระหว่างการ สัมมนาเรื่องปาล์มน้ำมันเส้นทางสู่ความสำเร็จของ เกษตรกร ที่โรงแรมมารีโทม์ แอนด์ สปา รีสอร์ท จ.กระบี่ ว่า สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ให้ทุนวิจัยดังกล่าว พบข้อมูลว่า หาก เกษตรกรเสริมน้ำมันปาล์มดิบที่ระดับ ร้อยละ 4 ในอาหารไก่ไข่จะเพิ่มผลผลิตและลดปริมาณ คอเลสเตอรอลชนิดแอลดีแอล ซึ่งมีผลต่อการเกิด โรคหลอดเลือดหัวใจ และโรคหลอดเลือดหัวใจ แข็งตัว เพิ่มปริมาณวิตามินอี

น.สพ.ดร.กฤษกล่าวว่า จากการศึกษาพบว่าการเสริมวิตามินชนิดโทโคไตรอีนอล (Tocotrienol) ในอาหารจะช่วยลดการสังเคราะห์คอเลสเตอรอล

แอลดีแอลได้ดีมาก จึงได้ศึกษาเรื่องผลการเสริม น้ำมันปาล์มดิบในอาหาร ต่อผลการผลิตระดับ โทโคไตรอีนอลในเลือด เนื้อเยื่อ ไขมัน ระดับคอ เลสเตอรอลในไข่แดงของไก่ไข่เพื่อผลิตไข่ที่มีคอ เลสเตอรอลต่ำ

“วิธีทดลองนั้น นำไก่ไข่ อายุ 48 สัปดาห์ 10 ตัว แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรก เป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มที่สองให้น้ำมันปาล์มดิบ ร้อยละ 2 พบว่า น้ำมันปาล์มดิบในอาหาร ไม่มีผลต่อปริมาณการ กินอาหารของไก่ และไก่ที่ใช้น้ำมันปาล์มดิบจะมี น้ำหนักไข่แดงมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับ และไข่แดง มีคอเลสเตอรอลต่ำ” น.สพ.ดร.กฤษกล่าว

น.สพ.ดร.กฤษกล่าวว่า หลังจากพิสูจน์แล้ว น้ำมันปาล์มดิบไม่มีผลกระทบต่อไก่ไข่ จึงศึกษา เพิ่มเติมว่าน้ำมันปาล์มดิบในสูตรอาหารระดับใด จะสามารถเพิ่มคุณภาพ พบว่าการเสริมน้ำมัน ปาล์มดิบที่ ร้อยละ 3 และร้อยละ 4 สามารถเพิ่ม

คุณภาพการกินอาหาร น้ำหนักไข่ขาว ไข่แดง ทำให้สีไข่แดงเข้มขึ้นขึ้น ที่สำคัญคือลดคอเลสเตอรอลได้ถึง 11.89 มิลลิกรัม ต่อไข่แดง 1 กรัม และมีปริมาณวิตามินอีมาก ทั้งนี้ นักวิทยาศาสตร์ต่างประเทศพยายามลดปริมาณคอเลสเตอรอลในไข่ไก่ โดยให้ไก่กินยาซึ่งลดได้เพียงร้อยละ 10 แต่ของไทยใช้อาหารธรรมชาติ ลดได้ถึงร้อยละ 25

น.สพ.ดร.กฤษกล่าวว่า จากการสุ่มตัวอย่างไข่ไก่ซึ่งกินอาหารตามปกติ 3 พื้นที่ พบว่า ไข่ไก่ใน ตลาด จ.นครปฐม มีปริมาณคอเลสเตอรอลสูงที่สุด คือ 287 มิลลิกรัม ต่อไข่แดง 1 กรัม รองลงมา คือ กาญจนบุรี 278.9 มิลลิกรัม กรุงเทพฯ 270 มิลลิกรัม ราชบุรี 261 มิลลิกรัม ขณะที่ไข่ไก่จากการทดลองพบเพียง 202.68 มิลลิกรัม เท่านั้น