

กมขัตล็ก

มีกั 10 ฅม้ันคั ๒๖๑4 ๖นคอรกั 4 กุณภพันธ ๖.ศ. 2554 ๖นคั ๑๑

มณัศจรรยัแห่งน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าว

● โลฟสไคล์การใ้ชีวิตที่ร้แรงของหนุ่สาวชาวเมืองใหญ่ในทุกวันนี้ ทำใ้ผู้บริโภคส่วนใหญ่ใ้รับประโยชน์จากการรับประทานอาหารอย่างไม้เต็มคุณภาพ ส่งผลใ้ร่างกายขาดสารอาหารที่มีคุณค่าไปอย่างน่าเสียดาย และหลายท่านคงทราบคัว่าข้าวกล้อง เป็นธัญญาหารแห่งแผ่นดินที่มีควาามมหัศจรรยั อุดมด้วยคุณค่าสารอาหารครบถ้วนที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งในด้ำนป้องกัน บำบดั และรักษา อีกทั้งยังช่วยใ้ร่างกายของเราเกิดควาามสมดุล โดยกลุ่มสารอาหารที่ส้คัญที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายหลกหลายชนิดจะมีอยู่ในส่วนเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวหรือที่เรยักันคัตคัว่าร้ำนข้าว และจมุกข้าว นั่นเอง

จากการศีกษาทางการแพทยั พบว่า บัจจุบันการเปลี่นเปล่งของโลกทำใ้สาเหตุการเสยัชีวิตเนื่อง

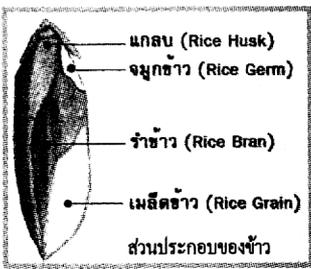


จากโรคภัยไข้เจ็บเปลี่นเปล่งไป จากเดิมที่มนุษย์เคยมีอัตราการเสยัชีวิตจากโรคตคัตเชื้อเป็นหลักกลับกลายเป็นว่อัตราการเสยัชีวิตของมนุษย์มีสาเหตุมาจาก “โรคเลื่อม” หรือภาวะควาามผิตปกตคัของ

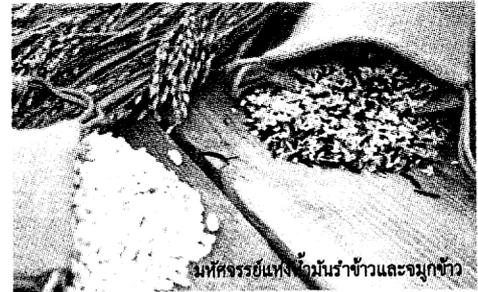
ร่างกายที่ไม้ได้เกิดจากเชื้อโรค ซึ่งสถิติพบว่ โรคที่เกดจกการตคัตเชื่อนั้นมีเพียง 10% ของอัตราการเกิดโรคทั้งหมด และอีก 90% ถ้วนเป็นโรคเลื่อม ซึ่งสามอันดับแรกขงโรคเลื่อมที่เป็นสาเหตุขงการเสยัชีวิตขงคนไทย ได้แก่ โรคมะเร็ง โรคควาามดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ ซึ่งถ้วนเป็นโรคเลื่อมทั้งสี่นั ซึ่งสาเหตุหลักมาจากสภาวะการณัขาดสารอาหาร ทำใ้เกิดภาวะไม่สมดุลขงร่างกาย

นพ.มีชัย อินวู้ด ที่ปรึกษาด้านการแพทยั บริษัทไบโอโกรว (ทีเอช) จ้กัถ กถ้วนว่า ซาคิตะวันคกหันมาสนใจในน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าวขงไทย จึงเกิดการศีกษาวิจัยคั่นคว้าจนพบว่มีสารแกมมา-โอไรซานอล (Gamma-Oryzanol) ซึ่งเป็นสารธรรมชาติที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงและพบมากที่สุดนัข้าว โดยเฉพาะในส่วนผิวที่มีสีน้ำตาลอ่อนขงข้าวที่ยังไม้ผ่านการขัดสี ที่เรยักว่ ร้ำนข้าว ดั้งนั้น สารแกมมา-โอไรซานอล จึงพบในน้ำนมันร้ำนข้าวมากกว่า ไม้พบในน้ำนมันพีชชนิดอื่น และมีคุณสมบัติเป็นสารด้ำนอนุมูลอิสระที่ส้คัญ ทำใ้บัจจุบันน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าวใ้รับควาามนิยมเป็นอย่่างมากในอุตสาหกรรมต่าง ๆ

ด้วยคุณสมบัติการซึมซาบที่รวดเร็ว จึงใช้เป็นส่วนประกอบผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง เป็นต้น “สำหรับวิธีการสกัดน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าวนี้



สามารถทำได้อหลายวิธี หลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการสกัดก็จะได้น้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าว ซึ่งสามารถถคคุณค่าของสารส้คัญที่ใ้ประโยชน์ต่อสุขภาพไว้ได้ออย่างครบถ้วน โดยน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าวที่สกัดได้จกกรรมวิธีพิเศษนี้จะไม่มีการใ้สัตว์ถกกันเสยั และไม่มีการเติมสารเคมีหรือแต่งสี สีขงน้ำนมันจะเป็นสีตามธรรมชาติ คัคือ สีน้ำตาลเข้มคล้่า มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว และเมื่อตั้งทิ้งไว้ระยะหนึ่งจะมีตะกอนขงสารสเตอรอลจากพืช (Phytosterol) นอนกันอยู่เล็กน้อย ซึ่งแสดงว่เป็นน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าวบริสุทธิ์ เป็นขงแท้มีคุณภาพสูง และเป็นแหล่งรวมสารอาหารที่ส้คัญและเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่า 10 ชนิด



มีประโยชน์ต่อร่างกายหลายด้ำน แต่ไม้ได้เป็นยาเพื่อรักษาอาการขงโรคเหล่านั้น เพียงแต่สารอาหารที่อยู่ในน้ำนมันร้ำนข้าวและจมุกข้าว ทำใ้ระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายทำงานได้ออย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ร่างกายจึงสร้างภูมิด้ำนทานต่อโรคต่าง ๆ หรือบ้าบดัอาการขงโรคเรื้อรังต่าง ๆ ด้วยตัวเอง อย่่างไรคัตามการรับประทาน ควรค้าถ้ถึงจุดสมดุลขงร่างกายด้วย โดยเฉพาะควรอยู่ภายใ้ค้าแนะนำขงแพทยัผู้เชี่ยวชาญ อย่่างใกล้ชิดจะคัดีที่สุด” นพ.มีชัย กถ้วนท้่งทำยข้าวกล้อง นับว่เป็นธัญญาหารแห่งแผ่นดินที่มีควาามมหัศจรรยัสูงสุด มีคุณค่าอยู่บนทุกอนุขงเมล็ดทั้งเนื้อข้าว ร้ำนข้าว และจมุกข้าว หากมีเวลาใ้ใจในการบริโภค หรือรับประทานอาหารเสริมทดแทนได้ชีวิตก็จะมีแข็งแรง สดใส ห่างไกลจากโรคร้ายต่าง ๆ อย่่างแน่นอน