



ภัยเงียบจาก กล่องโฟมบรรจุอาหาร

ในยุคสมัยที่คนเราเร่งรีบ รักความสะดวกสบาย หลายคนคงเคยชินกับการรับประทาน อาหารกล่อง อาหารสำเร็จรูป เพราะสะดวก รวดเร็ว ประหยัด หาซื้อได้ง่าย โดยลืมนึกถึงสุขภาพ และด้วยสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันที่สินค้าอุปโภคบริโภคมีราคาแพงขึ้น ทำให้พ่อค้าแม่ขาย ต้องปรับตัวหาวิถีทางที่จะลดต้นทุน เพื่อให้ได้กำไรที่มากขึ้น อีกทั้งคนส่วนใหญ่ เน้น “อึด-ถูก-เร็ว” ส่งผลให้อาหารประเภทข้าวกล่องแกงถุง กลายเป็นตัวเลือกอันดับต้นๆ ที่ผู้คนให้ความสนใจ ในชีวิตประจำวัน โดยละเลยอันตรายของสุขภาพที่แฝงมากับวัสดุที่ใช้บรรจุอาหาร

โฟม เป็นผลิตภัณฑ์ชนิดหนึ่งที่ยิมนำมาใช้บรรจุอาหารผลิตมาจากวัสดุพอลิเมอร์ ชนิดพอลิสไตรีน(polystyrene) เมื่อนำมาใช้บรรจุอาหารร้อนและอาหารทอด น้ำมันจากอาหาร จะเกิดปฏิกิริยากับโฟม ทำให้เกิดสารอันตรายปะปนออกมากับอาหาร



สารเคมีที่พบในโฟมบรรจุอาหาร

สารสไตรีน (Styrene) ซึ่งจัดอยู่ในสารก่อมะเร็ง ในกลุ่ม 2B (Carcinogen Group 2B) ซึ่งเป็นสารที่อาจเกิดการปนเปื้อน และจะก่อให้เกิดอันตรายดังนี้

- ⇒ เพิ่มความเสี่ยงของมะเร็งเต้านมในผู้หญิงมะเร็งต่อมลูกหมากในผู้ชาย และมีโอกาสสูงต่อการเป็นมะเร็งตับ
- ⇒ มีผลต่อสมองและเส้นประสาททำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนหลับยาก
- ⇒ ประจำเดือนมาไม่ปกติ
- ⇒ สมองเสื่อมง่าย

เส้นทางการสลายตัวของสารสไตรีนเข้าสู่ร่างกาย

โดยปริมาณการละลายออกมาของสารสไตรีนจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

1. ไขมันในอาหาร น้ำส้มสายชู แอลกอฮอล์ จะดูดสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ
2. ระยะเวลาที่ภาชนะโฟมสัมผัสอาหารถ้าอาหารใส่กล่องโฟมทิ้งไว้นาน ๆ อาหารจะดูดสารสไตรีนในปริมาณมาก
3. อุณหภูมิของอาหารที่ร้อน (เกิน 60 °C) ทำให้สารสไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูง รวมทั้งการอุ่นในไมโครเวฟ

เบนซิน (Benzene) ละลายได้ดีในน้ำมันส่งผลต่อร่างกายมีความเป็นพิษสูงและเป็นสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดอาการเวียน อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว ถ้าได้รับสารเป็นเวลานานทำให้เป็นโรคโลหิตจาง เนื่องจากเบนซินจะทำลายไขกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้จำนวนเม็ดเลือดแดงลดลง

พทาเลท (Phthalate) เป็นสารที่มีพิษต่อระบบสืบพันธุ์ ทำให้เป็นหมันในผู้ชาย ผู้หญิงที่มีครรภ์อาจทำให้กำเนิดลูกที่มีอาการดาวน์ (Down Syndrome)

การเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมให้ปลอดภัย

- 1) เลือกใช้ภาชนะที่ปลอดภัยย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัว กระจาด (Food Grade) ชานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด พลาสติกชีวภาพ
- 2) ภาชนะต้องไม่ทำหรือประกอบด้วยวัสดุที่เป็นพิษ
- 3) ภาชนะต้องมีความแข็งแรงทนทาน ไม่ชำรุดสึกหรอ หรือ แตกกะเทาะเป็นสนิมง่าย
- 4) ป้องกันการปนเปื้อนได้ เช่น ต้องมีฝาปิด



เราจะร่วมมือกัน ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหารได้อย่างไร

1. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทดแทนที่ทำจากวัสดุย่อยสลายได้ง่ายตามธรรมชาติ เช่น บรรจุภัณฑ์อาหารไบโอชานอ้อย



2. การเลือกใช้ภาชนะที่ทำจากแก้วหรือกระเบื้อง ที่ปลอดภัยกว่าและสามารถนำกลับมาใช้บรรจุอาหารได้อีกหลายครั้ง



ที่มา : <http://www.phuketlocal.go.th/files/download/20160901142141woell.pdf> เข้าถึงเมื่อ 10/1/2563

<https://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/317> เข้าถึงเมื่อ10/1/2563