



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ที่ ปจ ๖๑๐๐๕/ -

วันที่ ๑๗ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

เรื่อง ขาวประชาสัมพันธ์

เรียน ปลัดเทศบาล / นายกเทศมนตรีตำบลประจันตคาม

ด้วย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม จัดทำขาวประชาสัมพันธ์ เรื่อง “อันตรายน้ำมันทอดซ้ำ ” เพื่อประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนตระหนักถึงอันตรายจากสารปนเปื้อนในอาหารที่เกิดจากการใช้น้ำมันทอดซ้ำ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบจะได้ประสานงานประชาสัมพันธ์ เพื่อประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทราบต่อไป

(น.ส.อารีรัตน์ ศรีเยี่ยมตระกูล)

รก.ผอ.กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

๒ -

๑



อันตราย...น้ำมันทอดซ้ำ

น้ำมันทอดซ้ำ

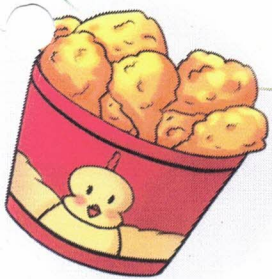
การซื้ออาหาร ไม่ว่าจะเป็นจากร้านค้าตามข้างทาง ร้านของทอดในตลาด หรือตามศูนย์อาหารการค้าต่างๆ พบข้อเท็จจริงเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้น้ำมันทอดอาหารของผู้ประกอบการทุกระดับ เป็นน้ำมันที่นำกลับมาทอดซ้ำไปเรื่อยๆ จากการรายงานของสถาบันวิจัยสังคมจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภายใต้การสนับสนุนของแผนงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ (คคส.) ศึกษาพบว่า ในช่วงนี้ น้ำมันทอดอาหารแพงและหาซื้อได้ยาก พบว่ามีการใช้น้ำมันทอดซ้ำเสื่อมสภาพมากกว่า 60% เลยทีเดียว!



อะไร อยู่ในน้ำมันทอดซ้ำ

นอกจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพที่เกิดขึ้นกับสี และกลิ่นของน้ำมัน เมื่อใช้ทอดยังเกิดการเปลี่ยนแปลงทางเคมี โดยน้ำมันทอดซ้ำที่เสื่อมสภาพ จะมีสารพิษอันตรายเกิดขึ้น 2 ตัวคือ

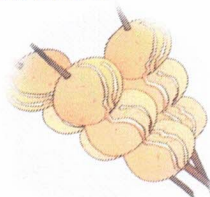
- โพลาร์ (Polar compounds) เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง
- โพลีไซคลิก อะโรมาติก ไฮโดรคาร์บอน (PAHs) เป็นสารที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็ง



น้ำมันทอดซ้ำ อันตรายยังไง

สารพิษทั้ง ๒ ตัวที่พบในน้ำมันเสื่อมสภาพมีผลการทำให้อัตราการตายของเซลล์เพิ่มขึ้นและแสดงผลต่อความผิดปกติของเซลล์ ดังนั้น อาหารที่ทอดจากน้ำมันทอดซ้ำเสื่อมสภาพจะทำให้ผู้บริโภคมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคร้ายสูงขึ้น

สาร โพลีไซคลิก อะโรมาติก ไฮโดรคาร์บอน (PAHs) ที่เป็นสารที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็ง ยังพบได้ในไอที่ระเหยขณะทอดอาหาร เป็นอันตรายต่อตัวผู้ประกอบการอาหารเองที่สูดดมเข้าไป



การสังเกตน้ำมัน

น้ำมันเสื่อม

1. ความหนืดมากผิดปกติ
2. มีสีดำคล้ำ
3. เกิดฟองมาก
4. มีกลิ่นเหม็นไหม้

คุณภาพน้ำมันคุณภาพดี

1. มีสีน้ำตาลทอง
2. ไม่เปียก ชื่น เห็นมันเยิ้ม
3. ไม่มีเม็ดลักษณะผงถ่านเกาะ
4. สุกทั่วถึง

ใช้น้ำมันทอดซ้ำ มีความผิด

กระทรวงสาธารณสุขออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 283) พ.ศ. 2547 กำหนดปริมาณสารโพลาร์ ในน้ำมันที่ใช้ทอดหรือประกอบอาหารเพื่อจำหน่าย ให้มีได้ไม่เกิน 25 % ของน้ำหนัก ผู้ประกอบอาหารที่ฝ่าฝืน ถือเป็นการจำหน่ายอาหารผิดมาตรฐาน ฝ่าฝืนมาตรา 25 (3) ของพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 มีโทษปรับไม่เกิน 50,000 บาท

