

เรื่อง : รับประทานอาหารทะเลช่วงหน้าฝน เสี่ยงอาหารเป็นพิษจริงหรือ ?

เรียบเรียงโดย

นางสาวเยาวลักษณ์ รื่นสด นักวิชาการสาธารณสุข
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย โทร.0 2590 4334
วันที่ตรวจสอบ 1 ธันวาคม 2564

ข้อสรุป : การรับประทานอาหารทะเลในหน้าฝนอาจทำให้เกิดอาหารเป็นพิษได้ แต่มีปัจจัยอื่นร่วมด้วย

ลักษณะข่าว : ข่าวจริง

url website : <https://program.thaipbs.or.th/Rutan/episodes/81857>

ข้อเท็จจริง : ปรากฏการณ์น้ำทะเลเปลี่ยนสีช่วง ต.ค.-ธ.ค. จากสาหร่ายเซลล์เดียวกลุ่มไดโนแฟลกเจลเลตแพลงก์ตอนปล่อยสารพิษออกมาทำให้สารพิษเข้าสู่สัตว์ทะเล โดยพบมากในหอย หากกินหอยเหล่านี้ก็มีโอกาสเสี่ยงท้องเสียหรืออาหารเป็นพิษได้ การกินอาหารทะเลหรืออาหารทั่วไปไม่ว่าฤดูไหนควรระวัง เพราะประเทศไทยมีอุณหภูมิ น้ำที่ เหมาะกับการเติบโตของเชื้อโรค แบคทีเรีย ไวรัสดี และอากาศที่ร้อนทำให้อาหารบูดเสียได้ง่ายจึงอาจเกิดอาหารเป็นพิษได้

ผลกระทบ : ปรากฏการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อคุณภาพน้ำทำให้น้ำทะเลเน่าเสีย มีผลต่อสัตว์ทะเล ทำให้ขาดออกซิเจนและตายได้ หรือสัตว์ทะเลที่กินแพลงตอนนั้นเข้าไปเกิดการสะสมสารพิษ อาจเป็นอันตรายกับคนที่กินสัตว์ทะเลได้

ข้อแนะนำ : เลือกซื้ออาหารทะเลจากแหล่งที่ไว้ใจได้ว่าปลอดภัยจากเชื้อโรคและสารพิษ กินแบบปรุงสุกทุกครั้ง หอยมีคอเลสเตอรอลในปริมาณค่อนข้างสูงไม่ควรกินมากและบ่อยเกินไป เพราะอาจทำให้ระดับไขมันในเลือดไม่ปกติได้

เอกสารอ้างอิง :

1. สุขภาพน่ารู้.ระวังอาหารทะเลจานโปรด. สืบค้นเมื่อวันที่ 30 พฤศจิกายน 2564 จากเว็บไซต์ : <https://bth.co.th/th/173-medical-knowledge-th/news-health/284-seafood.html>
2. บทความเผยแพร่.ศูนย์พัฒนาการสื่อสารด้านภัยพิบัติ. สืบค้นเมื่อวันที่ 30 พฤศจิกายน 2564 จากเว็บไซต์: <https://dxc.thaipbs.or.th/กินอาหารทะเลช่วงหน้าฝน>
3. รับประทานอาหารทะเลช่วงหน้าฝน เสี่ยงอาหารเป็นพิษจริงหรือ ?เผยแพร่ 20 ต.ค. 2021 สืบค้นเมื่อวันที่ 30 พฤศจิกายน 2564 https://www.youtube.com/watch?v=eTA_SX-BdcM

รูปภาพหน้าข่าวที่เผยแพร่ :

