

แบบฟอร์มตอบโต้ข่าวระบบสาสุขซัวร์

สำนักโภชนาการ กรมอนามัย

หัวข้อข่าว ทำไมคนเป็นมะเร็งต้องกินสารกำมะถันออร์แกนิกจากพืช? วิธีกินหอมกระเทียมที่ดีที่สุด? วิจัยใหม่

ลิงก์ข่าว : <https://www.facebook.com/coachbanklove/videos/495627846042129>

ผลการตรวจสอบ : ข่าวจริง ข่าวบิดเบือน ข่าวปลอม ไม่สามารถชี้แจงได้

รายละเอียดตอบกลับ : เป็นงานวิจัยในมหาวิทยาลัย Medical University ตีพิมพ์ใน Molecules Journal ประเทศโปแลนด์ เมื่อปี 2020 พบว่าสารกำมะถันจากอาหารประเภทพืชประเภทหัวช่วยฆ่าเซลล์มะเร็ง ช่วยลดการออกฤทธิ์ของสารก่อมะเร็ง สารกำมะถันพบในอาหารที่มีหัวในดิน ที่ให้กลิ่นฉุน ได้แก่ สารที่อยู่ในหอมแดง หอมหัวใหญ่ กระเทียม วิธีการกินควรกินสดๆ ด้วยการเคี้ยว การบด การหั่น การปั่น ก่อนปั่นควรนำไปแช่เย็นก่อน หรือปั่นในน้ำแข็งเพื่อป้องกันการเปลี่ยนแปลงการออกฤทธิ์ของสารกำมะถัน ถ้าใช้ความร้อนเกิน 70 องศา จะทำลายสารกำมะถันได้ ทำให้ประสิทธิภาพการฆ่าเซลล์มะเร็งลดลง แต่การนำไปใช้อาจไม่ได้ผลทุกคน ขึ้นกับสภาพร่างกาย ระยะของการเป็นมะเร็ง และการกินอาหารอื่นๆ รวมทั้งปัจจัยอื่นๆ ร่วมด้วย จากการตรวจสอบงานวิจัยดังกล่าว พบว่าผักตระกูลกะหล่ำก็มีสารที่ช่วยฆ่าเซลล์มะเร็งได้ ไม่ใช่เฉพาะหอม กระเทียม เท่านั้น รวมทั้งในงานวิจัยดังกล่าวไม่มีการกล่าวถึงการปรุงอาหารด้วยการใช้ความร้อนเกิน 70 องศา จะทำให้การออกฤทธิ์ในการฆ่าเซลล์มะเร็งลดลง

เอกสารอ้างอิง : <https://www.mdpi.com/1420-3049/25/17/3804>

หมายเหตุ :-

ผู้ตรวจสอบ : นางสาวบังเอิญ ทองมอญ

ตำแหน่ง : นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ

เบอร์โทรศัพท์ : 025904337

วันที่ตรวจสอบ : 31 ม.ค. 66