

“ตรุษจีน” ออย. เนะ 4 ทริค เลือกอาหารไหว้เจ้าให้อุ่นใจ ห่างไกลโรค

ออย. ร่วมส่งเสริมเทศกาลตรุษจีน เนะ 4 วิธีการเลือกซื้ออาหารไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ และบรรพบุรุษ ทั้งอาหารคาว อาหารหวาน หรือขนมมงคล ผักและผลไม้ เพื่อให้ได้อาหารที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และถูกสุขลักษณะ โดยควรเลือกซื้ออาหารที่ปรุงสดใหม่ ไม่มีกลิ่น สี หรือรสชาติผิดปกติ และเลือกซื้อจากสถานที่ผลิตและจำหน่ายที่น่าเชื่อถือ

นายแพทย์วิทิต สฤษฎีชัยกุล รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เปิดเผยว่า เทศกาลตรุษจีน ถือเป็นประเพณีที่สำคัญที่สุดของชาวจีน ซึ่งคนไทยเชื้อสายจีนมักมีการจับจ่ายซื้ออาหารสำหรับกราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ และบรรพบุรุษ ไม่ว่าจะเป็นหมู เป็ด ไก่ เครื่องใน ขนมหเกียน ขนมหง่ ขนมห้วยปู เป็นต้น อาหารเหล่านี้ล้วนมีการปรุงสุกไว้ล่วงหน้า ทำให้เสี่ยงต่อการเน่าเสียได้ง่าย หรืออาจมีการใส่สีหรือวัตถุกันเสียเกินกว่าที่กฎหมายกำหนด ซึ่งหากไม่ระมัดระวังในการเลือกซื้อ อาจได้รับอันตรายจากอาหารที่ไม่มีคุณภาพ และไม่ปลอดภัยในการบริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (ออย.) จึงขอเนะ 4 วิธีการเลือกซื้ออาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน ดังนี้

1. อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ (หมู เป็ด ไก่) ต้องมีสภาพสดใหม่ เนื้อแน่น มีสี กลิ่นตามธรรมชาติ ไม่มีจ้ำเลือด
2. ขนมมงคล เช่น ขนมหง่ ขนมหเกียน ขนมห้วยปู ควรเลือกที่มีสีไม่ฉูดฉาด มีสีกลิ่นรสปกติ บรรจุอยู่ในภาชนะที่สะอาด และไม่มีสีออกมาปนเปื้อนกับอาหาร
3. อาหารกระป๋อง ควรเลือกซื้อที่ลักษณะกระป๋องอยู่ในสภาพดี ไม่บวม หรือเป็นสนิม ฉลากแสดงรายละเอียด ชื่ออาหาร เลขสารบบอาหารในกรอบเครื่องหมาย ออย. ชื่อและที่ตั้งของสถานที่ผลิต หรือผู้นำเข้าและประเทศผู้ผลิต น้ำหนักสุทธิ ส่วนประกอบที่สำคัญ วันเดือนและปีที่ผลิตและหมดอายุ เป็นต้น
4. ผักและผลไม้ ควรเลือกซื้อที่สด สะอาด และควรล้างทำความสะอาดก่อนนำมาบริโภค ซึ่งผู้บริโภคสามารถลดการตกค้างของสารกำจัดศัตรูพืชได้โดยการล้างด้วยผงฟู หรือเบกกิ้งโซดา ½ ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 10 ลิตร แช่ทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด หรือล้างด้วยน้ำส้มสายชู 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 4 ลิตร แช่ทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด หรือเพื่อความมั่นใจผู้บริโภคสามารถซื้อชุดทดสอบสารตกค้างสารเคมีกำจัดแมลงในผักและผลไม้ด้วยตนเอง ซึ่งสามารถตรวจสอบสารตกค้างสารเคมีกำจัดแมลงในผักและผลไม้ได้อย่างรวดเร็วภายในเวลา 45 นาที

รองเลขาธิการฯ กล่าวในตอนท้ายว่า ขออย่าเตือนผู้ประกอบการ อย่าเอาเปรียบผู้บริโภค นำผลิตภัณฑ์อาหารที่ไม่มีคุณภาพมาจำหน่าย หาก ออย. ตรวจพบจะถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย สำหรับผู้บริโภค หากพบเห็นผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ไม่ได้มาตรฐานหรือไม่ได้รับความปลอดภัยจากการบริโภค ขอให้ร้องเรียนมาได้ที่สายด่วน ออย. โทร. 1556 หรือ E-mail: 1556@fda.moph.go.th หรือ Oryor Smart Application หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ

=====
วันที่เผยแพร่ข่าว 19 มกราคม 2566 ข่าวแจก 46 / ปีงบประมาณ พ.ศ. 2566