กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

Website : http ://foodsan.anamai.moph.go.th Facebook : ลด ละ เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร

ลด ละ เลิก

การใช้โฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย

รู้เท่าทัน.....โฟม

โฟม (Foam) เป็นผลิตภัณฑ์จากพลาสติก ที่ใช้สารเร่ง (Additive) หรือยาพอง (Blowing Agents) ทำให้เกิดการฟูและพองตัว จากการใช้ความร้อนสูง ประกอบกับการอัดลงในแม่พิมพ์ (Model) ที่มีรูปร่างต่างกับคุณสมบัติที่ได้ คือ มีน้ำหนักเบา ทำให้เป็นรูปลักษณะต่าง ๆได้ดี โฟมที่ใช้ทำภาชนะบรรจุอาหารผลิตมาจากวัสดุโพลิเมอร์ ชนิดโพลิสไตรีน (Polystyrene)

ปัจจุบันพ่อค้าแม่ค้าที่ขายอาหารมักนิยมใช้กล่องโฟมเป็นภาชนะบรรจุอาหารปรุงสำเร็จ เช่น ข้าวผัด ผัดกระเพรา ข้าวต้ม กระเพาะปลา ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น เนื่องจากสะดวกใช้ง่าย รวดเร็ว และราคาถูก อย่างไรก็ตามการนำภาชนะโฟมมาบรรจุอาหารร้อนจัดเป็นเวลานาน ทำให้โฟมเสียรูปทรง และอาจหลอมละลายจนมีสารเคมีปนเปื้อนมากับอาหารได้

โฟม กินสบาย...แต่ตายเร็ว

สารเคมีที่พบในโฟมบรรจุอาหาร

1. สารสไตรีน (Styrene) ซึ่งจัดอยู่ในสารก่อมะเร็งในกลุ่ม 2B (Carcinogen Group 2B) ซึ่งเป็นสารที่อาจก่อให้เกิดอันตรายดังนี้

- เพิ่มความเสี่ยงของมะเร็งเต้านมในผู้หญิง มะเร็งต่อมลูกหมากในผู้ชาย และมีโอกาสสูงต่อการเป็นมะเร็งตับ
- มีผลต่อสมองและเส้นประสาท ทำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนหลับยาก

เส้นทางสารสไตรีนเข้าสู่ร่างกาย

โดยปริมาณการละลายออกมาของสารสไตรีนจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

1.ไขมันในอาหาร น้ำส้มสายชู กรด แอลกอฮอล์ จะดูดสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ

2.ระยะเวลา ที่ภาชนะโฟมสัมผัสอาหาร ถ้าอาหารใส่กล่องโฟมทิ้งไว้นาน อาหารจะดูดสารสไตรีนในปริมาณมาก

3.อุณหภูมิของอาหารที่ร้อน (เกิน 70 องศาเซลเซียส) ทำให้สไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูง รวมทั้งการอุ่นไมโครเวฟ

อาหารจาก...กล่องโฟม... น่ากลัวกว่าที่คิด

2. เบนซิน (Benzene) ละลายได้ดีในน้ำมัน ส่งผลต่อร่างกายมีความเป็นพิษสูง และเป็นสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดอาการวิงเวียน อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว ถ้าได้รับสารนี้เป็นเวลานานจะทำให้เป็นโรคโลหิตจาง (Anemia) มะเร็งเม็ดเลือดขาว (Leukemia) เนื่องจากเบนซินจะทำลายไขกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุการทำลายระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย ทำให้จำนวนเม็ดเลือดลดลง

3. พทาเลท (Phthalate) เป็นสารที่มีพิษต่อระบบสืบพันธุ์ ทำให้เป็นหมันในผู้ชาย หญิงตั้งครรภ์อาจทำให้กำเนิดลูกที่มีอาการดาวน์ (Down Syndrome) ทำลายไต และระบบทางเดินอาหาร

คำแนะนำการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมให้ปลอดภัย

1. เลือกใช้ภาชนะที่ปลอดภัย ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัว กระดาษ (Food Grade) ชานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด
2. ภาชนะต้องไม่ทำ หรือประกอบด้วยวัสดุที่เป็นพิษ
3. ภาชนะต้องมีความแข็งแรง ทนทาน ไม่ชำรุดสึกหรอ หรือแตกกะเทาะ เป็นสนิมง่าย
4. ป้องกันการปนเปื้อนได้ เช่น ต้องมีฝาปิด

สุขภาพดี เริ่มต้นที่นี่

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH