



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับประจำวันที 20 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2568 หน้า 1,3 มูลค่าข่าว 380,160.-



จากตอนที่แล้วที่ได้สะท้อนข้อมูล “ถดถอย” เกี่ยวกับ “สารสี” 2 กรณี คือ “ซันเซตเยลโลว์ (Sunset Yellow FCF)” ที่มีข่าวชื้อชงชาวไทย กับ “เบสิกเยลโลว์ (Basic Yellow 2)” ที่มีข่าวชื้อชงทุเรียนไทย ตอนนี้นำมาต่ออีก ประเด็นที่คนไทยก็ยังกังวล นั่นคือ “ผล

ทั่วไป ได้แก่ อาการแพ้ เช่น คัน มีผื่น หรือบวมที่ใบหน้าและ ลำคอ, อาการปวดหัวและไมเกรน, ระบายท้องทางเดินอาหาร เช่น คลื่นไส้ ท้องอืด หรือในแง่ผลกระทบต่อเด็ก มีการศึกษาบางชิ้นที่ ชี้ให้เห็นว่า... เด็กบางคนที่บริโภคสีผสมอาหารเหล่านี้ในปริมาณสูง อาจมีอาการ hyperactivity หรือเกิดความวิตกกังวลมากขึ้น ...นี่เป็น “ผลข้างเคียง” ที่จะเกิด...

ขณะที่ “ผลจากการบริโภคมากเกินไปในระยะยาว” ประเด็นนี้ ผศ.ดร.อรุมา ระบุว่า... มีการศึกษาบางชิ้นชี้ว่าซันเซตเยลโลว์อาจมีความ

ต่อสุขภาพ??”... สำหรับประเด็นนี้ ผศ.ดร.อรุมา เขาวนลิจิต และ ผศ.ดร.พิศาทิ หนักแน่น นักวิชาการ คณะเทคโนโลยีและนวัตกรรมผลิตภัณฑ์การเกษตร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) ก็ได้ อธิบาย-ให้ข้อมูลไว้...

ข้อมูลเกี่ยวกับ “ผลกระทบมุมต่าง ๆ” และ “คำเตือน” ที่ “รวมถึงสารอื่น ๆ” ทั้งนี้ ทางนักวิชาการ มศว ให้ข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องที่ผ่านมาทาง “ทีมสติปัญญาดี” โดยกรณี่แรกเกี่ยวกับ “ซันเซตเยลโลว์ - Sunset Yellow FCF” หลักใหญ่ใจความมีว่า... แม้ Sunset Yellow FCF จะได้รับการรับรองให้ใช้ในอาหาร แต่ก็มีข้อควรระวังเกี่ยวกับการใช้ใน ปริมาณมาก หรือบริโภคมากเกินไป โดย “ค่าที่ปลอดภัยสำหรับการบริโภค (Acceptable Daily Intake : ADI)” ที่ FDA องค์การอาหารและยาสหรัฐ และองค์กรที่เกี่ยวข้องหลายแห่ง ได้กำหนดไว้ อยู่ที่ 4 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมของน้ำหนักตัวในแต่ละวัน หมายความว่า... หากน้ำหนัก 60 กิโลกรัม ปริมาณที่ปลอดภัยก็จะอยู่ที่ไม่เกิน 240 มิลลิกรัมต่อวัน

ส่วน “ผลที่อาจเกิดขึ้น” หาก บริโภคมากเกินไป (Overconsumption) คือ อาจจะทำให้เกิดผลข้างเคียงต่าง ๆ ดังนี้... ในแง่ผลกระทบ

“ระวัง! ไม่เพียง Yellow ‘สารในอาหาร’ เท่ากันไว้ ‘เสี่ยงมี้อ!’”

เชื่อมโยงกับความเสียหายที่เกิดขึ้นในสัตว์ทดลอง แต่ยังไม่มีการศึกษาชัดเจนเกี่ยวกับความเสี่ยงในมนุษย์ ส่วน “ผลกระทบตามช่วงวัย” อาจแตกต่างกันไปตามช่วงวัย และภาวะสุขภาพแต่ละคน ได้แก่ “เด็ก” เป็นวัยที่ระบบย่อยอาหารและการขับถ่ายยังไม่สมบูรณ์ทำให้ผู้ใหญ่อาจไวต่อ สารมากกว่า โดยเฉพาะกับบริโภคสารปริมาณสูงกว่าค่าที่แนะนำ

สำหรับ “ผู้ใหญ่” ที่บริโภคซันเซตเยลโลว์ในปริมาณสูง อาจเกิดผลข้างเคียง เช่น อาการปวดหัว ไมเกรน หรือเกิดปัญหากระเพาะบางเดินอาหาร และ “ผู้สูงอายุ” ในกลุ่มที่มีปัญหาสุขภาพ เช่น มีโรคความดันโลหิตสูง หรือโรคประจำตัวอื่น ๆ กลุ่มนี้ก็อาจมีความไวต่อซันเซต



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

เขลโลว์มากขึ้น ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงการบริโภคในปริมาณสูง ๆ ...
เป็นข้อมูล “ผลตามห่วงโซ่”

ถ้า “บริโภคแซนเทลโลว์มากเกินไป”

ถัดมาอีกหนึ่ง... กรณี “เบสิกเฮลโลว์ - Basic Yellow 2” หรือ “C.I. Basic Yellow 2” ข้อมูลเกี่ยวกับ “ผลกระทบต่อสุขภาพ” นั้น ทาง ผศ.ดร.อรุษา ระบุผ่าน “ทีมสติปเดลิเวียส์” มาว่า... Basic Yellow 2 ปัจจุบันเป็นสารที่ไม่ได้รับอนุญาตให้ใช้ในอาหารในหลายประเทศ เนื่องจากมี **ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น** ด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะผลกระทบต่อ



ด้านสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น อาทิ เกิดการสะสมสารพิษในร่างกาย, การเกิดปฏิกิริยาต่อภูมิคุ้มกัน เช่น ผื่นคัน บวม หรือปวดหัวในผู้ที่ไวต่อสารเคมี ขณะที่ “ผลกระทบต่อระยะยาว” ก็มีข้อกังวลถึงความเสี่ยงที่สารนี้ อาจก่อให้เกิดมะเร็ง หรือ เกิดความเสียหายทางพันธุกรรม ได้

นี่เป็นกรณี “ความเสี่ยงเบสิกเฮลโลว์”

ทั้งนี้ นอกจาก “สารสี” ทั้ง 2 กรณีที่เมื่อเร็ว ๆ นี้เป็นประเด็นฮือฮิงแล้ว... ทาง ผศ.ดร.พิสุทธิ นักวิชาการ มศว อีกท่าน ก็ได้สะท้อน “คำเตือน” เกี่ยวกับ **สีและสารอื่น ๆ ซึ่งอยู่ใกล้ตัวคนไทยหลาย ๆ ชนิด** ที่ที่ **ควรระมัดระวังด้วยเช่นกัน** แยกเป็นกลุ่ม ๆ ได้แก่... “สี” เช่น

Tartrazine (E102) ที่ใช้ในลูกกวาด ขนมหวาน เครื่องดื่ม, Carmoisine (E122) ที่นิยมใช้ในแฮลลี่ ขนมเค้ก, Chlorophyllin (E140) ที่ใช้ในน้ำผลไม้ ขนมน้ำจิ้ม “สารกันบูด” เช่น Sodium benzoate (E211) ที่ใช้ในเครื่องดื่ม ผลไม้กระป๋อง ซอส, Potassium sorbate (E202) ที่ใช้ในผลิตภัณฑ์ที่มีอายุเก็บรักษานาน ๆ “สารปรุงรส” เช่น Monosodium glutamate : MSG (E621) ที่ใช้ในซุปรูป อาหารสำเร็จรูป “สารให้ความหวานสังเคราะห์” เช่น Aspartame (E951), Sucralose (E955) และ Saccharin (E954) ที่ใช้เป็นสารให้ความหวานในอาหารกับเครื่องดื่ม ...นี่เป็นตัวอย่างที่ควรระวังในการบริโภค

และ ผศ.ดร.พิสุทธิ ยังให้ข้อมูลผ่าน “ทีมสติปเดลิเวียส์” มาด้วยว่า... นอกจากสีและสารที่ควรระวังข้างต้นแล้ว ก็ยังมี “สารที่พบในอาหารโดยไม่ตั้งใจ” ที่อาจปนเปื้อนในกระบวนการผลิต หรือการเก็บรักษา ซึ่งก็ **ต้องระวัง** โดย สารปนเปื้อนจากกระบวนการผลิต เช่น ตะกั่วปรอท หรือ สารพิษจากการเพาะปลูก เช่น ยาฆ่าแมลง หรือ สารพิษจากเชื้อรา (mycotoxins) รวมถึง สารปนเปื้อนจากบรรจุภัณฑ์ เช่น สารเคมีที่ปนเปื้อนจากพลาสติก บรรจุภัณฑ์ที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น

“ปัจจุบันมีสีและสารที่ใช้ในอาหารมากมาย ซึ่งแม้มีการควบคุมอย่างเข้มงวดจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง แต่ผู้บริโภคเองก็ต้องรู้เท่าทัน ต้องมีความรู้เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดจากสีและสารในอาหารได้เช่นกัน ซึ่งปัจจุบันถ้าอยากทราบว่ามีวัตถุเจือปนทางอาหารที่ระบุในฉลากคืออะไร ก็หาข้อมูลได้จากฐานข้อมูลวัตถุเจือปนอาหาร หรือผ่านลิงก์ https://alimentum.fda.moph.go.th/FDA_FOOD_MVC/Additive/Main ของทาง อย.” ...เหล่านี้เป็น “คำแนะนำ”

“ผู้บริโภค” เองก็ “ต้องใส่ใจรู้เท่าทัน”

เสียง “ภัยที่อาจแฝงมากับอาหาร!!”.