

"คำเตือนเรื่องอาหารเป็นพิษที่ควรระวังในเทศกาลปีใหม่"Guideline for Prevention of Food Poisoning During Holiday season

อาหารเป็นพิษเป็นโรคที่ควรระวังเป็นพิเศษ เมื่อมีการฉลอง เช่น ในเทศกาลสิ้นปีเก่าต้อนรับปีใหม่ วันเด็ก วันตรุษจีน ที่กำลังจะมาถึง จากรายงานการเฝ้าระวังโรค กองระบาดวิทยาในปี 2527 มีผู้ป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษ จำนวน 36,961 ราย ตาย 30 ราย ⁽¹⁾ ซึ่งทางกรุงเทพมหานคร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และสถานบริการสาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง ควรจะได้ให้สุขศึกษาแก่ประชาชนผู้บริโภคและสอดคล้องดูแลการผลิตจำหน่ายอาหาร และเครื่องดื่มเป็นพิเศษในระยะนี้

ต่อไปนี้เป็นข้อสังเกตบางประการเกี่ยวกับชนิดของอาหารเป็นพิษที่กองระบาดวิทยาได้รับรายงานบ่อยมาก ตลอดจนวิธีการที่เชื้อหรือสารพิษเข้าไปปนเปื้อน และการป้องกันที่ควรจะทำให้ได้

1. อาหารเป็นพิษจาก toxin ของเชื้อ Staphylococcus aureus ชนิดที่สร้าง Enterotoxin ได้ ตัวอย่างอาหารที่พบบ่อยได้แก่ ขนมจีน ⁽²⁾ และขนมเอแคลร์ ⁽³⁾ สาเหตุการปนเปื้อนมาจากผู้ปรุงอาหารชนิดนี้มีบาดแผลบริเวณมือหรือผิวหนังส่วนอื่น ๆ ที่มีเชื้ออยู่ และยิ่งเก็บอาหารชนิดนี้ไว้นานเท่าใด โดยเฉพาะอย่างยิ่งไม่เก็บในตู้เย็น เชื้อโรคจะสร้าง Enterotoxin มากขึ้น
2. อาหารเป็นพิษจากยาฆ่าแมลงชนิดต่าง ๆ เข้าไปปนเปื้อนกับอาหารที่พบบ่อย คือ สาร methomyl หรือชื่อการค้า Lannate ⁽⁴⁾ เนื่องจากมีสีขาว คล้ายน้ำตาลทราย ดังนั้น ผู้ปรุงอาหารหรือผู้ขายอาจหยิบผิด จึงเกิดอุบัติเหตุปนเปื้อนเข้าไปในอาหารได้ง่าย ตัวอย่างที่พบ เช่น น้ำล่ำโย น้ำหวานชนิดต่าง ๆ ข้าวเหนียวสังขยา ขนมบัวลอย
3. อาหารเป็นพิษจากเชื้อโรคที่มีในอาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น เนื้อควาย เนื้อหมู เนื้อวัว มักพบการติดเชื้อ Salmonella เสมอ ⁽⁵⁾ การกินหอยแมลงภู่ หรืออาหารทะเลที่ปรุงไม่สุกดี มีโอกาสติดเชื้อ Vibrio parahaemolyticus ⁽⁶⁾ การรับประทานเนื้อสัตว์ป่าที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น หมูป่า มีโอกาสติดเชื้อ Trichinosis ฯลฯ

แนวทางการป้องกันในส่วนของผู้ผลิตหรือผู้ประกอบการอาหาร

- ก. หยุดปรุงอาหารในระหว่างที่มีบาดแผลบริเวณมือ หรือป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วง หรือมีอาการตาเหลืองตัวเหลือง จนกว่าจะหายเป็นปกติ
- ข. ทำความสะอาดมือทุกครั้งก่อนปรุงอาหาร หรือหลังจากอุจจาระ ไม่ใช่มีมือแกะเกาจมูกหรือบาดแผลที่อยู่บริเวณอื่น ๆ ของร่างกาย

ค. สำนวณให้มีสารฆ่าแมลงอยู่ใกล้กับอาหาร ไม่ว่าจะเป็นบริเวณที่ขายหรือ
ห้องครัว

ง. ปรงอาหารให้สุกดี และเก็บไว้ให้มิดชิดก่อนถึงมือผู้บริโภค

จ. อาหารชนิดที่เก็บค้างคืนไม่ได้ ควรแนะนำผู้บริโภคให้ทราบด้วย

แนวทางการป้องกันในส่วนของผู้บริโภค

ก. อียทานอาหารที่สุก ๆ ดิบ ๆ

ข. อาหารที่ซื้อแล้วไม่สามารถทานได้ทันที ควรเก็บไว้ในตู้เย็นที่อุณหภูมิ
ต่ำกว่า 4 องศาเซลเซียส และก่อนจะรับประทานควรอุ่นให้ร้อนกว่า 60 องศาเซลเซียส
(ถ้าเป็นอาหารที่อุ่นได้)

ค. ถ้าต้องการซื้ออาหารสำเร็จรูปรับประทาน ควรเลือกร้านอาหารที่สะอาด
หรือมีหน่วยงานของรัฐที่เกี่ยวข้องรับรองสุลักษณะ

ง. ล้างมือก่อนทานอาหารทุกครั้ง

ถ้าผู้ผลิตและผู้บริโภคได้รับรู้ศึกษา และมีความเข้าใจถึงสาเหตุของการปนเปื้อน
ของเชื้อโรคหรือสารพิษในอาหาร และหันมาร่วมมือในส่วนที่ทำได้ ก็จะเป็นการลดจำนวนป่วย
และจำนวนตายของโรคนี้ได้มาก

เอกสารอ้างอิง

1. สรุปรายงานการเฝ้าระวังโรค มี พ.ศ. 2527 กองระบาดวิทยา
กระทรวงสาธารณสุข
2. รายงานเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข,
Vol.16 No.31, 32 : อาหารเป็นพิษจากขนมจีน
3. รายงานเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข
Vol. 16 No. 4 : อาหารเป็นพิษ - กรุงเทพมหานคร
4. รายงานเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข,
Vol. 16 No. 18 : Methomyl-poisoning- เชียงใหม่และลำพูน
5. รายงานเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข,
Vol. 16 No.15, 50 : อาหารเป็นพิษจาก Samonella group b
6. รายงานเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข,
Vol. 15 No.32 : อาหารเป็นพิษจาก Vibrio parahaemolyticus-ภูเก็ต
7. Abram S. Benenson: Control of Communicable Disease in
Man. 12 th edition, 1975.

ผู้รายงาน ฝ่ายประเมินผล, ฝ่ายสอบสวนโรค กองระบาดวิทยา