



รณรงค์การลดใช้ถุงพลาสติกและกล่องโฟม

อันตรายที่แฝงมากับกล่องโฟมและถุงพลาสติก

กล่องโฟมและถุงพลาสติกที่ใช้บรรจุอาหาร ที่เรารับประทานกันเป็นประจำนั้น มีสารพิษที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพร่างกาย ถ้าเราสังเกตให้ดี กล่องโฟมบางประเภทจะมีคำเตือนระบุไว้อย่างชัดเจนว่า “ไม่ควรนำมาใส่อาหารหรือไม่ควรนำมาใส่ของร้อน”

ส่วนถุงพลาสติกที่ใช้ตามท้องตลาดนั้นมีมากมายหลายประเภท แต่ละประเภทจะมีคุณลักษณะการใช้ที่แตกต่างกัน แต่หากนำถุงพลาสติกมาใช้ผิดประเภทอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพได้ การใช้กล่องโฟมและถุงพลาสติกอย่างผิดประเภท เป็นสาเหตุใหญ่ๆ ที่ทำให้คนไทยป่วยเป็นโรคมะเร็งเพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยเฉพาะผู้ชายที่รับประทานเข้าไปมากๆ มีโอกาสเสี่ยงเป็นมะเร็งต่อมลูกหมาก ในขณะที่ผู้หญิงมีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านม และทั้งสองเพศมีโอกาสสูงที่จะเป็น มะเร็งตับ และยังทำให้สมองมีเนื้องอก สมองเสื่อมง่าย หยุดหงิดง่าย ประจำเดือนมาไม่ปกติ โดยเฉพาะบางร้านที่ใช้ถุงพลาสติกรองกล่องโฟมด้วย จะทำให้ได้รับสารก่อมะเร็งเพิ่มขึ้น 2 เท่า ถ้าถุงที่ใช้นั้นผิดประเภทหญิงมีครรภ์ที่รับประทานอาหารบรรจุในกล่องโฟม ลูกมีโอกาสสมองเสื่อมเป็นอัมพาต อวัยวะบางส่วนพิการ ส่วนคนทั่วไปถ้ารับประทานอาหารบรรจุกล่องโฟมทุกวัน วันละอย่างน้อย 1 มื้อ ติดต่อกันเป็นเวลา 10 ปี ก็จะมีโอกาสเสี่ยงเป็นโรคมะเร็งสูงกว่าคนปกติถึง 6 เท่า

ถุงพลาสติกที่นิยมใช้ในท้องตลาด

1. ถุงเย็น มีลักษณะค่อนข้างใส นิยมยืดหยุ่นพอสมควร นิยมใช้บรรจุอาหารแช่แข็ง

2. ถูกร้อน มีลักษณะใสมาก และมีความกระด้างมากกว่าถุงเย็น ไม่ยืดหยุ่น สามารถบรรจุอาหารที่มีไขมันและความร้อนได้ เพราะสามารถทนความร้อนได้ถึงจุดเดือด 100-120 องศาเซลเซียส แต่สำหรับอาหารทอดเสร็จใหม่ ๆ อาจมีอุณหภูมิสูงกว่า ดังนั้นเพื่อความปลอดภัย ควรพักอาหารทอดให้คลายความร้อน ก่อนบรรจุใส่ถุง

3. ถุงหิ้ว หรือถุงก๊อปแก๊ป ส่วนใหญ่เป็นถุงที่ถูกใช้แล้วและนำกลับมารีไซเคิลใหม่ จึงไม่ควรนำไปบรรจุอาหาร โดยเฉพาะอาหารร้อน หรืออาหารที่มีไขมัน เช่น ก๋วยเตี๋ยว ของทอด เพราะจะทำให้สารเคมีในถุงพลาสติกออกมาปนเปื้อนกับอาหาร และเข้าสู่ร่างกาย

4. ฟิล์มหรือถุงพลาสติกห่อหุ้มอาหาร การใช้ฟิล์มยืดปิดภาชนะระหว่างการอุ่นอาหารด้วยเตาไมโครเวฟ สามารถเก็บความชื้น ช่วยให้อาหารร้อนเร็วขึ้นได้ แต่ไม่ควรใช้เพื่อทำให้อาหารสุกและควรระมัดระวังการใช้ฟิล์มยืด อย่าให้สัมผัสกับอาหารโดยตรง ควรห่างกันอย่างน้อยประมาณ 1 นิ้ว เพราะถ้าฟิล์มยืดสัมผัสกับอาหาร ฟิล์มยืดจะได้รับความร้อนสูงและอาจละลายติดอาหารที่จะรับประทานเข้าไปได้ การนำถุงเย็นไปบรรจุอาหารร้อน หรือ นำถุงหิ้วไปบรรจุอาหารประเภทต่างๆ ถือเป็นการใช้ถุงที่ผิดประเภท และสามารถส่งผลเสียต่อร่างกายได้ เมื่อได้รับเป็นประจำจะเกิดการสะสมและก่อให้เกิดมะเร็งได้

กล่องโฟมทำมาจากอะไร

กล่องโฟมที่ใช้ตามท้องตลาดทั่วไป เป็นของเสียเหลือทิ้ง สีดำๆ จากกระบวนการกลั่นน้ำมันปิโตรเลียม ประกอบด้วยสารสไตรีน (Styrene) ซึ่งเป็นอันตรายต่อร่างกาย และสหรัฐอเมริกาได้ประกาศขึ้นบัญชีสารก่อมะเร็งแล้ว ปัจจัยที่ทำให้ผู้บริโภคได้รับสารสไตรีนจากกล่องโฟม

1. อุณหภูมิที่ร้อนขึ้นหรือเย็นลง ทำให้สไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูง
2. ถ้าปรุงอาหารโดยใช้น้ำมัน น้ำส้มสายชูแอลกอฮอล์ จะดูดสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ
3. ถ้าซื้ออาหารใส่กล่องทิ้งไว้นาน ๆ ไม่ได้รับประทาน อาหารจะดูดสารสไตรีนได้มาก
4. ถ้านำอาหารที่บรรจุโฟมเข้าไมโครเวฟ สไตรีนจะไหลออกมาในปริมาณมาก
5. ถ้าอาหารสัมผัสพื้นที่ผิวกล่องโฟมมาก ๆ รวมถึงร้านไหนตัดถุงพลาสติกใส่ของอาหาร ขอบอกว่าได้รับสารก่อมะเร็ง 2 เท่า ทั้งสไตรีนและไดออกซินจากถุงพลาสติกเลยทีเดียว

วิธีการป้องกันที่ดีที่สุดคือ

การเลือกใช้ถุงพลาสติกและกล่องโฟมให้เหมาะสมกับอาหารที่ใส่หรือถ้าเป็นไปได้ให้ใช้ ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารในกล่องโฟม แล้วหันไปใช้ภาชนะอย่างใบโอชานอ้อยแทน ซึ่งสามารถทนต่ออาหารที่มีอุณหภูมิสูงๆ ได้

ปลอดภัยก่อนจะเริ่ม และไม่มีผลกระทบต่อระบบประสาทและระบบฮอร์โมน นอกจากนั้นยังสามารถย่อยสลายได้ภายใน 45 วัน เป็นการลดโรครั้นได้ด้วย หรือจะใช้ปิ่นโตแทนจะดีที่สุด