

สารฟอสเฟต

แหล่งอาหารที่พบ :

ซีงชอย ถั่วงอก น้ำตาลปีป และ หน่อไม้ตอง



การสังเกต : อาหารมีสีซีดขาวผิดปกติ

อันตราย : คลื่นไส้ อาเจียน เวียนศีรษะ ความดันต่ำ ไตวาย อาจหยุดหายใจ และเสียชีวิตได้

การเลือก :

- เลือกซื้ออาหารที่มีสีธรรมชาติ
- เลือกซื้อจากแหล่งผลิตที่เชื่อถือได้



สีผสมอาหาร

แหล่งอาหารที่พบ :

พืคตอง หนาม ข้าวเกรียม ไล้กรอก ลูกชิ้น หมูยอ กอตมัน กุนเชียง ไอศกรีม ขนมหวาน เยลลี่

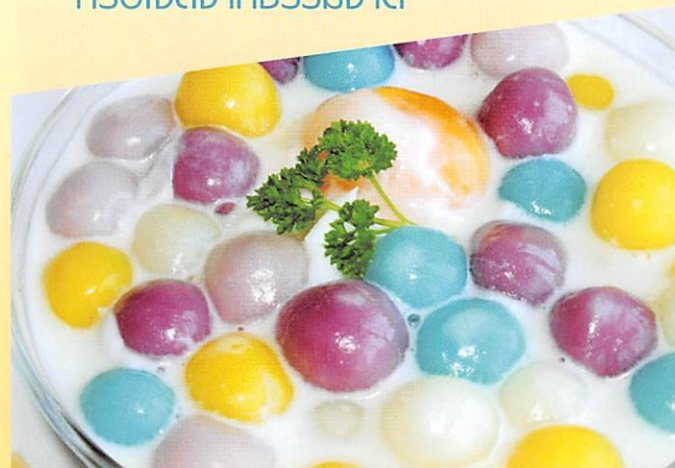


การสังเกต : อาหารมีสีผิดปกติจากสีธรรมชาติ

อันตราย : อาหารไม่ย่อย ท้องอืด ท้องเดิน น้ำหนักลด อ่อนเพลีย ตับและไตอักเสบ มะเร็งจากสารเคมีสะสมในร่างกายและพิษจากโลหะหนัก

การเลือก :

- หลีกเลี่ยงบริโภคอาหารผสมสี
- เลือกซื้ออาหารที่ไม่ผสมสี หรือใช้สีจากธรรมชาติ



การเลือกซื้อ อาหารปลอดสารพิษ



บริโภคอาหารที่ปลอดภัย

เพื่อสุขอนามัยที่ดี



สำนักสุขกภทลอาหารและน้ำ
กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข

สารสีแดง

แหล่งอาหารที่พบ : เนื้อหมู

การสังเกต : เนื้อหมูมีสีแดงผิดปกติ

อันตราย : มาเร็งจากสารเคมีสะสมในร่างกาย หัวใจเต้นผิดปกติ นอนไม่หลับ มีนงง คลื่นไส้ อาเจียน เวียนศีรษะ เป็นลม อาจเสียชีวิตได้



การเลือก :

- เลือกเนื้อหมูที่มีธรรมชาติ ไม่มีสีแดงผิดปกติ
- เลือกซื้อจากแหล่งผลิตที่เชื่อถือได้ หรือได้รับการรับรองคุณภาพ



พอร์มาลิน

แหล่งอาหารที่พบ : พืชสด อาหารทะเล

การสังเกต : พืชมีลักษณะแข็ง/กรอบผิดปกติ ปลาหรือกุ้งเนื้อแข็งแต่บางส่วนเปื่อยยุ่ย

อันตราย : เกิดการระคายเคืองต่อผิวหนัง และเยื่อเมือกทางเดินหายใจ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้องรุนแรง หมตสติได้



การเลือก :

- เลือกพืชที่ไม่มีลักษณะแข็ง/กรอบจนเกินไป
- เลือกพืชที่มีรูพรุน พักอนามัยหรือพักทางมุ้ง
- เลือกอาหารทะเลที่สด เนื้อไม่เปื่อยยุ่ยสีไม่ผิดปกติ
- อาหารทะเลต้องวางจำหน่ายในน้ำแข็งตลอดเวลา
- ล้างอาหารให้สะอาดก่อนปรุง



บอแรกซ์

แหล่งอาหารที่พบ : พืชขาดดอง ลูกชิ้น หมูยอ มะม่วงดอง กล้วยทอด มันทอด พืชสดบางชนิด (ถั่วพีกยาว)

การสังเกต : อาหารมีลักษณะกรอบผิดปกติ

อันตราย : อาเจียน น้ำหนักลด มีพื่นคันที่ผิวหนัง อาจอาเจียนเป็นเลือด ปวดท้องกรวยไตอักเสบ และเสียชีวิตได้

การเลือก :

- หลีกเลี่ยงอาหารที่สงสัยว่ามีบอแรกซ์
- เลือกซื้ออาหารจากแหล่งผลิตที่เชื่อถือได้

