

# อันตรายจากการใช้ กล่องโฟมบรรจุอาหาร

โฟม (Foam) เป็นผลิตภัณฑ์จากพลาสติก ที่ใช้สารเร่ง (Additive) หรือยาพอง (Blowing Agent) ทำให้เกิดการฟู และพองตัว จากการใช้ความร้อนสูง ประกอบกับการอัดลงในแม่พิมพ์ (Mold) ที่มีรูปร่างที่ต่างกันคุณสมบัติที่ได้คือ มีน้ำหนักเบา ทำเป็นรูปลักษณะต่างๆ ได้ดี โฟมที่ใช้ทำภาชนะบรรจุอาหารผลิตมาจากวัสดุโพลีเมอร์ ชนิดโพลีสไตรีน

(Polystyrene)



ปัจจุบันมีการใช้โฟมสำหรับบรรจุอาหารที่ปรุงสำเร็จเป็นจำนวนมาก เช่น ข้าวผัด ผัดกระเพรา ข้าวต้ม กระเพาะปลา ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น เนื่องจากสะดวก ใช้ง่าย รวดเร็วและราคาถูก อย่างไรก็ตามภาชนะโฟมบรรจุอาหารร้อนจัดเป็นเวลานาน ทำให้โฟมเสียรูปทรง และอาจหลอมละลายจนมีสารเคมีปนเปื้อนมากับอาหารได้

## โฟม..กินสบายแต่ตายเร็ว

### สารเคมีที่พบในโฟมบรรจุอาหาร

1. สารสไตรีน (styrene) ซึ่งจัดอยู่ในสารก่อมะเร็งในกลุ่ม 2B (Carcinogen Group 2B) ซึ่งเป็นสารที่อาจเกิดการปนเปื้อน และจะก่อให้เกิดอันตรายดังนี้
  - เพิ่มความเสถียรของมะเร็งเต้านมในผู้หญิง
  - มะเร็งต่อมลูกหมากในผู้ชาย และมีโอกาสต่อการเป็นมะเร็งตับ



- มีผลต่อสมองและเส้นประสาท ทำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนหลับยาก
- ประจำเดือนมาไม่ปกติ
- สมองเสื่อมง่าย

สารสไตรีนจะเจือปนในอาหารมากหรือน้อย

ขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัย คือ

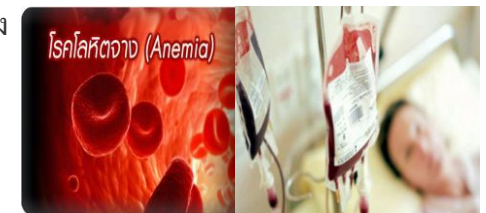
1. ปริมาณไขมันในอาหาร น้ำส้มสายชู แอลกอฮอล์ จะดูดสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ

2. ระยะเวลา ที่ภาชนะโฟมสัมผัสอาหาร ถ้าอาหารใส่กล่องโฟมทิ้งไว้นานๆ อาหารจะดูดสารสไตรีนในปริมาณมาก

3. อุณหภูมิของอาหารที่ร้อน (เกิน 70 องศาเซลเซียส) ทำให้สารสไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูงรวมทั้งการอุ่นไมโครเวฟ



2. เบนซีน (Benzene) ละลายได้ดีในน้ำมัน ส่งผลต่อร่างกายมีความเป็นพิษสูงและเป็นสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดอาการวิงเวียน อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว ถ้าได้สารเป็นเวลานานทำให้เป็นโรคโลหิตจาง (Anemia) เนื่องจากเบนซีนจะทำลายไขกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุให้จำนวนเม็ดเลือดลดลง



3. พทาเลท (Phthalate) เป็นสารที่มีพิษต่อระบบสืบพันธุ์ ทำให้เป็นหมันในผู้ชาย หญิงมีครรภ์อาจทำให้นิเกิดลูกที่มีอาการดาวน์ (Down syndrome)

## ทางเลือกเพื่อสุขภาพที่ดี ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหาร

กระทรวงสาธารณสุขจึงได้มอบให้กรมอนามัยเป็นหน่วยงานหลักในการจัดทำโครงการณรงค์ ลด ละ เลิกการใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย โดยได้กำหนดแนวทางณรงค์ 4 ข้อ ได้แก่

- 1.สำรวจสถานการณ์การใช้โฟมบรรจุอาหาร
- 2.การให้ความรู้ผู้ประกอบการค้าอาหาร



3.จัดกิจกรรมรณรงค์ลด ละ เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร และการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมที่ปลอดภัยย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัว กระจาดขานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด พลาสติกที่ย่อยสลายได้ ซึ่งปัจจุบันราคาจำหน่ายแพงกว่าโฟมบรรจุอาหารไม่มาก ด้านผู้ผลิตภัณฑ์จากขานอ้อยยืนยันว่า จะลดราคาบรรจุภัณฑ์จากธรรมชาติชนิดนี้ให้ต่ำกว่า 2 บาทต่อชิ้น เพื่อเป็นทางเลือกให้แก่พ่อค้าแม่ค้า และประชาชนทั่วไป นำมาใช้แทนกล่องโฟม

4.กำหนดวันดีเลย์เลิกการใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย เช่น วันที่ 5 มิถุนายน (วันสิ่งแวดล้อมโลก) หรือกำหนดวันอื่นๆ ที่เหมาะสม โดยให้มีการมอบป้ายรณรงค์ "ร้านที่ปลอดภัยไม่ใช้โฟมบรรจุอาหาร" สำหรับร้านที่เลิกการใช้โฟมไม่น้อยกว่า 4 เดือน นับจนถึงวันรับมอบป้าย ส่วนแนวทางการรณรงค์ลด ละ เลิกใช้โฟมบรรจุอาหารของกรมอนามัย จะเพิ่มข้อกำหนดว่า หากร้านใดที่จะมาต่ออายุป้าย "Clean Food Good Taste" และ "ตลาดสดน่าซื้อ" จะต้องเลิกใช้

ภาชนะโฟมเด็ดขาด โดยหันมาใช้วัสดุทางธรรมชาติแทน รวมทั้งจัดกิจกรรมสร้างจิตสำนึก และอาจประกาศเป็นกฎหมายที่มีความชัดเจนในอนาคต

นอกจากการเลิกใช้โฟมบรรจุอาหารจะเป็นดีผลต่อสุขภาพร่างกายแล้ว ยังช่วยลดปริมาณขยะชนิดนี้ในสิ่งแวดล้อมด้วย เพราะการย่อยสลายโฟมตามธรรมชาติต้องให้เวลากว่า 1 พันปี หรือหากเผาทำลายก็จะกลายเป็นควันพิษต่อระบบนิเวศ

### คำแนะนำการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมให้ปลอดภัย

- 1.เลือกใช้ภาชนะที่ปลอดภัย ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัว กระจาดขานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด พลาสติกชีวภาพ
2. ภาชนะต้องไม่ทำหรือประกอบด้วยวัสดุที่เป็นพิษ
3. ภาชนะต้องมีความแข็งแรง ทนทาน ไม่ชำรุดสึกหรอ หรือแตกกะเทาะ เป็นสนิมง่าย
4. ป้องกันการปนเปื้อนได้ เช่น ต้องมีฝาปิด



### เอกสารอ้างอิง



สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. ภัยจากโฟมใส่

อาหารก่อมะเร็ง. Available from : <http://www.thaihealth.or.th>

/Content/27140-(ค้นหาข้อมูล03/02/2559).

ทีนิวส์สังคม . ใช้กล่องโฟมติดต่อกันเป็นเวลานานเพิ่มโอกาสเป็นมะเร็ง

ถึง 6 เท่า.<http://social.lnews.co.th/content/99067/>.



# โครงการรณรงค์ ลด ละ เลิก ใช้โฟมบรรจุอาหาร

## เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย



โดย



คณะทำงานอาชีวอนามัยและ  
สิ่งแวดล้อม ด้านการสื่อสารและ  
ประชาสัมพันธ์  
โรงพยาบาลพนมสราดาม