

เรียนรู้จากข่าวอุบัติเหตุ ตอน ความหวานปทยาพิษ



รูปภาพ : จากอินเทอร์เน็ต

เรื่องนี้ได้มาจาก e-mail ที่ส่งเวียนกันมาจากสหรัฐอเมริกา เห็นว่าเป็นเรื่องน่าคิดจึงขอใช้เป็นบทเรียนสอนใจเกี่ยวกับความปลอดภัยของสารเคมี ในกรณีนี้ คือ สารหวานที่ชื่อว่า “แอสพาเทม” (aspartame) ซึ่งเป็นสารสังเคราะห์ใส่ในอาหารลดความอ้วนทั้งหลาย เช่น น้ำอัดลมพวกลดน้ำหนัก หรือลดแคลอรี (diet soda) ผู้เขียน (Amar Madnani@hotmail.com) เล่าถึงเหตุการณ์ที่พบอาการป่วยที่หาสาเหตุไม่ได้หลายราย ลักษณะอาการมีตั้งแต่วิงเวียน ปวดศีรษะ ปวดข้อ สายตามัว ความจำเสื่อม กล้ามเนื้อชา จนถึงลุกเดินไม่ไหว เขาถูกคิดถึงบทความวิชาการทางการแพทย์ที่เคยอ่าน ทำให้โยงอาการเจ็บป่วยกับผู้ป่วยที่มักบริโภคอาหารลดน้ำหนักชนิดต่างๆ โดยเฉพาะน้ำอัดลมชนิด diet คนไข้คนหนึ่งเมื่อหยุดดื่มน้ำอัดลมชนิดนี้ ก็มีอาการดีขึ้นทันตาเห็น จากข้อมูลความเป็นพิษพอจะเข้าใจได้ว่า สารแอสพาเทมที่อุณหภูมิ 86 °F มันให้สารชื่อฟอร์มัลดีไฮด์ และกรดฟอร์มิก คงพอนึกออกว่าฟอร์มัลดีไฮด์ก็คือฟอร์มาลินน้ำยาตองศพนั่นเอง ในประเทศไทยก็มีเรื่องการนำน้ำยาตัวนี้ไปใช้ผิดที่ คือ ใส่ในอาหารบางชนิด เช่น หมูไม่ก็เป็นเรื่องมาหลายครั้งแล้ว พิษภัยของสารตัวนี้ก็เป็นที่รู้จักกันดี องค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกา FDA ได้อนุญาตให้ใช้แอสพาเทมเป็นอาหารเสริมได้ แม้ว่าจะเคยมีการวิพากษ์คัดค้าน ยังมีข้อมูลความเป็นพิษอื่นๆ ด้วย เช่น อันตรายต่อสมองเด็ก มารดาตั้งครรภ์ก็อาจให้กำเนิดวิรูปได้ และยังเป็นอันตรายต่อผู้ป่วยเบาหวานด้วย ครั้งหนึ่งมี สว.ท่านหนึ่งเสนอกฎหมายให้ติดฉลากอาหารที่มีแอสพาเทมแต่กฎหมายไม่ผ่าน ผู้เขียนเชื่อว่าเป็นอิทธิพลของผู้ผลิตที่ทำให้การใช้สารนี้ยังมีอยู่กว้างขวาง ในตลาดสหรัฐมีผลิตภัณฑ์กว่า 5,000 ชนิดที่มีส่วนผสมของแอสพาเทม ซึ่งอาจอยู่ในชื่ออื่นๆ ด้วย เช่น Nutra Sweet , Equal , Spoonful เป็นต้น ทำให้นึกถึงหญ้าหวาน (Stevia) ซึ่งมีสารหวานเป็นผลิตภัณฑ์ธรรมชาติชื่อ Stevioside ซึ่งเคยมีการส่งเสริมการปลูกประมาณ 10 ปีมาแล้วต้องล้มพับไป อาจเป็นเพราะเหตุผลอิทธิพลทางการค้า เพราะเป็นสารหวานคู่แข่งตัวใหม่ก็ได้

ความจริงใน e-mail นี้บรรยายพิษภัยยาวกว่านี้ แต่เท่าที่เล่ามาก็น่าจะพอเห็นภาพว่าเราควรระวังตัวเองอย่างไร อยากผอมหรือลดน้ำหนักมีวิธีอื่นดี ๆกว่านี้ เช่น ออกกำลังกาย แต่ถ้ายังตามใจปากอยากกินหวานๆอยู่ อะไรที่มันไม่เป็นธรรมชาติก็มักมีอันตรายแฝงเช่นนี้

รศ.สุชาติา ชินะจิตร
ผู้ช่วยผู้อำนวยการ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย