



กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
Department of Medical Sciences

อัมบุญ อัมใจ

กินเจปลอดภัย ต้องรู้จักเลือก



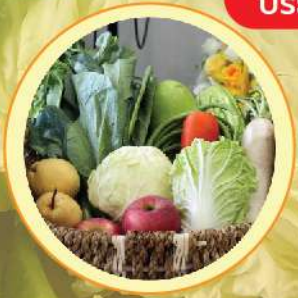
วิธีการเลือก

บริโภคอาหารเจ

- เลือกซื้อวัตถุดิบจากร้านที่มั่นคง มีฉลากระบุสถานที่ผลิต วัน เดือน ปี เลขสารบบอาหารที่ชัดเจน และหลีกเลี่ยงอาหารที่มีรูปร่างและรสชาติที่เหมือนเนื้อสัตว์มากเกินไป
- ผักสด/ผลไม้สดควรล้างน้ำให้สะอาดก่อนรับประทาน หรือนำมาปรุงอาหาร โดยการเคาะเศษดิน ปอกเปลือก หรือตัดส่วนที่ไม่รับประทานออก แล้วนำไปล้าง
- วิธีง่ายๆ ล้างผักผลไม้ลดสารพิษตกค้าง
 - ล้างด้วยน้ำธรรมดาไหลผ่าน เพียงแช่ผักในน้ำจากนั้นเปิดน้ำไหลผ่านแรงพอประมาณ และคลี่ใบผักดูไปมานาน 2 นาที
 - ล้างด้วยน้ำส้มสายชู โดยแช่ผักผลไม้ในน้ำผสมน้ำส้มสายชู 5 เปอร์เซ็นต์ ในอัตราส่วนน้ำส้มสายชู 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 4 ลิตร นาน 10 นาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำสะอาด
 - ล้างด้วยโซเดียมไบคาร์บอเนต โดยใช้ผงฟูหรือเบกกิ้งโซดา ครึ่งช้อนโต๊ะผสมน้ำ 10 ลิตร แช่ทิ้งไว้ 15 นาที จากนั้นล้างออกด้วยน้ำสะอาด

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ เฝ้าระวังอาหารปลอดภัยช่วงเทศกาลกินเจ

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2566



ผักที่นิยมบริโภคช่วงเทศกาลเจ จำนวน 144 ตัวอย่าง ผลการตรวจวิเคราะห์พบว่า ไม่พบการตกค้าง 81.9% พบการตกค้างแต่ไม่เกินค่ากำหนด 11.8% และพบการตกค้างเกินค่ากำหนด 6.2% ผักและผลไม้ที่พบการตกค้างสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชเกินมาตรฐานกำหนด ได้แก่ คะน้าและส้ม



อาหารเลียนแบบเนื้อสัตว์ จำนวน 14 ตัวอย่าง ตรวจไม่พบการปลอมปนของ DNA เนื้อสัตว์ทุกตัวอย่าง โดยทุกตัวอย่างเป็นตัวอย่างที่มีฉลากระบุสถานที่ผลิต เลขสารบบอาหาร วันเดือนปีผลิตชัดเจน

ข้อมูลตั้งแต่เดือนตุลาคม 2565 ถึงเดือนกันยายน 2566

จัดทำ วันที่ 12 ตุลาคม 2566



สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

โทร. 0 2951 0000 ต่อ 99524



www.dmsc.moph.go.th



กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์



@DMScNEWS @DMScNEWS



@DMScNEWS @DMScNEWS



@DMScNEWS