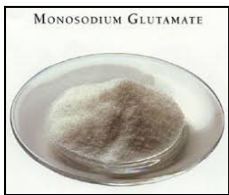


ผงชูรส ผลิตจากอะไรมีประโยชน์และโทษอย่างไร?

นำเสนอเมื่อ : 3 มิ.ย. 2552

ผงชูรสผลิตจากแป้งมันสำปะหลังโดยขบวนการทางเคมี ซึ่งมีทั้งกระบวนการหมักและต้องใช้สารเคมีหลายตัว เช่น กรดกำมะถันหรือกรดซัลฟูริก กรดเกลือหรือกรดไฮโดรคลอริก ยูเรีย ซึ่งเป็นส่วนประกอบสำคัญในปัสสาวะของคน นอกจากนี้ยังต้องใช้ไซตาเฟอิกด้วย

ผงชูรสไม่มีประโยชน์ทางโภชนาการ ถึงแม้จะเกี่ยวข้องกับกรดกลูตามิก ซึ่งเป็นกรดอะมิโนที่ไม่มีความจำเป็น เพราะร่างกายผลิตเองได้ จึงไม่มีคุณค่าทางอาหารแต่อย่างใดทั้งสิ้น อนึ่ง ผงชูรสเป็นสารเคมีคนละตัวกับกรดกลูตามิกที่มีอยู่ในธรรมชาติและในอาหารประเภทโปรตีน โดยที่ผงชูรสเป็นเกลือโซเดียมเช่นเดียวกับเกลือแกง เป็นคนละตัวกับกรดเกลือที่หลังอยู่ในกระเพาะอาหารเวลาหิว



พิษภัยและอันตรายของผงชูรสอาจแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

1. ส่วนที่เกิดจากโซเดียม

- ทำให้ภูมิต้านทานร่างกายมนุษย์ลดลง
- ทำให้เกิดการคั่งในสมองเด็ก ซึ่งเมื่อเด็กโตขึ้นจะเป็นคนปัญญาอ่อน
- ทำให้เด็กทารกเกิดอาการชักโคมา ซึ่งบางครั้งแพทย์ไม่รู้สาเหตุ

อาจทำการรักษาผิดพลาดเป็นอันตรายได้

- เป็นภัยต่อหญิงมีครรภ์ทำให้ร่างกายบวม และยังมีพิษภัยต่อทารกในครรภ์และทารกแรกเกิดด้วย
- อันตรายต่อผู้เจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ เช่น โรคไต ความดันสูง โรคหัวใจ และโรคอื่นๆ

ที่แพทย์ห้ามกินของเค็ม



2. พิษภัยและอันตรายที่เกิดจากตัวผงชูรสแท้

- ทำให้เกิดอาการแพ้ผงชูรส ซึ่งจะมีอาการชาและร้อนวูบวาบที่ปาก ลิ้น ใบหน้า โหนกแก้ม ตันคอ หน้าอก บางคนมีผื่นแดงเกิดขึ้นตามตัว แขนหน้าอก หัวใจเต้นชวาลง หายใจไม่สะดวก เป็นต้น

- ทำลายสมองส่วนหน้าที่เรียกว่าไฮโปทาลามัส (Hypothalamus) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการควบคุมการเจริญเติบโต และระบบสืบพันธุ์ของร่างกาย ทำให้การเจริญเติบโตช้า ปัญญาอ่อน ระบบสืบพันธุ์ผิดปกติ เป็นหมัน อวัยวะสืบพันธุ์เล็กลง ทั้งในเรื่องขนาดและน้ำหนัก

- ทำลายระบบประสาทตา

- ทำลายกระดูกและไขกระดูก ซึ่งเป็นส่วนที่ผลิตเม็ดเลือดแดงในร่างกาย อาจทำให้เกิดโรคโลหิตจางได้

- ทำให้วิตามินในร่างกายลดลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิตามินบี-6 ทำให้ร่างกายผิดปกติและเป็นโรคผิวหนังได้ง่าย

- เกิดโรคมะเร็ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผงชูรสที่ผ่านความร้อนสูงๆ เช่น การปิ้ง ย่าง เผา

- ทำลายระบบประสาทส่วนกลาง (Central Nervous System) ทำให้เป็นโรคประสาทได้ง่ายขึ้น

- เปลี่ยนแปลงโครโมโซม ทำให้ร่างกายเกิดวิรูปหรือผิดปกติ

- ถ้ากินมากจะผ่านเยื่อแก้วหูระหว่างรกภายในร่างกายของมารดากับทารกในครรภ์ได้

- ทำให้เด็กเล็กถึงตายได้ เด็กไทยอายุ 20 เดือนถึงแก่ความตาย เมื่อกินขนมครกโรยผงชูรสด้วยความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นน้ำตาล

