"ผลไม้ไทย" อาหารเพื่อสุขภาพและเภสัชโภชนภัณฑ์

นำเสนอเมื่อ : 21 พ.ย. 2551

ประเทศไทยเป็นแหล่งที่มีผลไม้อุดมสมบูรณ์ แต่เป็นที่สังเกตว่าข้อมูลทางด้านสุขภาพของผลไม้เหล่านี้มีจำกัด อีกทั้งยังไม่มีการเผยแพร่สู่ประชาชน อย่างกรณีของราชาผลไม้ไทยคือ “ทุเรียน” ได้มีการศึกษาเชิงลึกประโยชน์ในการบริโภคทุเรียนจะมีส่วนช่วยในการลดไขมันในเส้นเลือดในห้องปฏิบัติการและเมื่อนำมาทดลองกับหนูพบว่าในเนื้อทุเรียนมีสารโพลีฟีนอลและสารฟลาโวนอยด์ ในปริมาณสูงเมื่อเปรียบเทียบกับ ผลไม้ชนิดอื่น ๆ

ซึ่งสารทั้งสองชนิดดังกล่าวมีส่วนช่วยในการป้องกันการเกิดโรคในมนุษย์ได้ เมื่อบริโภคในสัดส่วนที่เหมาะสม เช่น โรคมะเร็ง, โรคหัวใจ ฯลฯ
ในขณะเดียวกันก็พบว่าทุเรียนพันธุ์หมอนทองมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระได้ดีกว่าพันธุ์ชะนีและพันธุ์ก้านยาว นอกจากนั้นผลจากงานวิจัยยังพบว่าการบริโภคทุเรียนควรจะบริโภคที่ความสุกพอดีจะมีประสิทธิภาพในการต้านทานมากกว่าบริโภคทุเรียนดิบและทุเรียนที่สุกเกินไป (ทุเรียนปลาร้า)

อีกตัวอย่างหนึ่งซึ่งเป็นข้อมูลจากราชินีผลไม้ไทยคือ “มังคุด” ได้มีการต่อยอดแนวความคิดเรื่อง “การศึกษาสารสกัดสมุนไพรจากเปลือกมังคุดฆ่าเชื้อโรคได้”
โดยนำมาผลิตเป็นผ้าปิดจมูกเส้นใยนาโนเคลือบสารสกัดจากเปลือกมังคุดและได้รับเลือกเป็น 1 ใน 6 ผลงานวิจัยดีเด่นด้านสิ่งทอที่ใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมชั้นสูง
ผ้าปิดจมูกเปลือกมังคุดนาโนนี้มีคุณสมบัติในการฆ่าเชื้อแบคทีเรียและเชื้อวัณโรคในอากาศได้ถึง 99.99%

ปัจจุบันปัญหาทางด้านสุขภาพเกิดขึ้นกับมนุษย์ในทั่วทุกมุมโลก เช่น ปัญหาไขมันอุดตันในเส้นเลือด โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และที่รายแรงที่สุดคือโรคมะเร็ง
สำหรับบ้านเราในแต่ละปีรัฐบาลจะต้องเสียเงินงบประมาณเป็นจำนวนมากในการรักษาผู้ป่วยที่เผชิญกับโรคดังกล่าว ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยหายจากโรคได้ระดับหนึ่ง แต่ถ้าป้องกันการเกิดโรคได้จะเป็นวิธีการรักษาแบบยั่งยืนมากกว่า ดังนั้นมาตรการในการป้องกันคือ ควรจะส่งเสริมและเผยแพร่ให้ประชาชนทุกกลุ่มรู้จักในการเลือกบริโภคผลไม้ในกลุ่มที่เป็นประโยชน์ ผลไม้ไทยเป็นแหล่งของวิตามิน แร่ธาตุและใยอาหาร
ซึ่งมีข้อมูลเป็นที่ยอมรับในวงวิชาการมานาน

ด้วยความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ด้าน ผลไม้ (Fruit Science)
ทำให้มีการค้นคว้าทดลองในเชิงสุขภาพของมนุษย์มากยิ่งขึ้น
จากผลงานของนักวิทยาศาสตร์หลายท่านได้มีข้อสรุปที่ตรงกันว่าสารในกลุ่มฟลาโวนอยด์ (Flavonoids) และกลุ่มแครอทีนอยด์ (Carotenoid)
มีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระที่ดีและมีส่วนช่วยลดอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคได้จริง ในวันที่ 25 พฤศจิกายนนี้ ทางคณะอุตสาหกรรมเกษตร สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ได้มีการจัดประชุมเสวนาเชิงวิชาการ เรื่อง อนาคตผลไม้ไทย : อาหารสุขภาพ เภสัชโภชนภัณฑ์และการส่งออก

ผู้สนใจติดต่อขอรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่คณะอุตสาหกรรมเกษตร โทร. 0-2326-4112.

''ทวีศักดิ์ ชัยเรืองยศ''

ที่มา เดลินิวส์ 21 พ.ย.51