# กินอาหารจากไมโครเวฟบ่อย ๆ อันตรายไหมนะ?

นำเสนอเมื่อ : 17 ก.ค. 2556

ช่วงเวลาที่เร่งรีบในสังคมปัจจุบัน ทำให้ชาวเมืองไม่ค่อยมีเวลาได้ทำอาหารทานเอง ก็ต้องพึ่งอาหารสำเร็จรูปที่พร้อมเสิร์ฟง่าย ๆ เพียงแค่นำไปอุ่นในเตาไมโครเวฟไม่กี่นาทีก็อิ่มอร่อยแบบร้อน ๆ ได้ทันใจ

ว่าแต่...การทานอาหารที่อุ่นจากเตาไมโครเวฟบ่อย ๆ นั้นจะมีอันตรายหรือไม่นะ นิตยสาร Lisa ได้นำคำตอบจาก นพ.อรรถสิทธิ์ อมรถนอมโชค แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชศาสตร์ชะลอวัย โรงพยาบาลเวชธานี มาบอกกัน

สำหรับไมโครเวฟเป็นคลื่นรังสีชนิดหนึ่งที่ใช้ในการอุ่น หรือทำให้อาหารร้อนได้ ปัญหาที่เกิดจากอาหารที่ใช้ไมโครเวฟอุ่นมักจะเป็นเรื่องของการปนเปื้อนของสารเคมีที่รั่วออกมาจากภาชนะที่ใช้บรรจุอาหารในขณะที่ใช้ไมโครเวฟ เช่น สาร Polyethelene Terpthalate, Benzone, Toluene และ Xylene

นอกจากนี้ ในอาหารที่มีความมันและบรรจุอยู่ในพลาสติก เมื่อใช้ไมโครเวฟก็จะมีการปนเปื้อนของสาร Dioxin ที่ถือว่าเป็นสารก่อมะเร็ง หรือ Carcinogens ได้ และสารอีกตัวหนึ่งที่เป็นอันตรายมากก็คือ Bisphenol A หรือ BPA พบได้จากโพลีคาร์บอเนตที่อยู่ในขวดน้ำดื่ม ซึ่งถือว่าเป็นสารที่มีลักษณะคล้ายฮอร์โมนเพศหญิง หรือที่เราเรียกว่า Estrogen Like Compound จะส่งผลอันตรายต่อตับ เพิ่มความเสี่ยงเรื่องของมะเร็งเต้านม มะเร็งมดลูก เป็นต้น

เห็นข้อมูลแบบนี้แล้วสงสัยคงต้องทานอาหารจากเตาไมโครเวฟให้น้อยลงหน่อยแล้วล่ะ หรือไม่ก็นำอาหารจากกล่องใส่จานสำเร็จอุ่นไมโครเวฟโดยเฉพาะ จะได้ไม่ต้องเสี่ยงอันตรายจากสารที่อาจจะปนเปื้อนออกมา

ขอบคุณที่มาจาก กระปุก.คอม