

เดือนระวัง...6 อันตราย...จากผงชูรส

นำเสนอเมื่อ : 1 มิ.ย. 2552

6 พิษอันตรายของผงชูรส

ถ้ารู้แล้วก็ขอย้ำนะค่ะ เพราะห่วงใยด้วยความจริงใจ เลยขอเตือนคุณให้ระวังภัยร้ายที่มากับผงชูรส.....

คุณเคยรับประทานอาหารนอกบ้าน หรือรับประทานอาหารถุงพลาสติกแล้วมีอาการชาตามมือ และร้อนวูบวาบที่ปาก ลิ้น ใบบน และรู้สึกแสบหน้าอก หายใจไม่สะดวก บางครั้งอาจมีผื่นแดงขึ้นตามตัวบางหรือไม่ อาการเหล่านี้เป็นที่รู้จักกันในนาม โรคภัตตาคารจีน (Chinese Restaurant Syndrome) หรือโรคแพงชูรส

นอกจากจะมีอาการข้างต้นแล้ว หากคุณรับประทานอาหารที่มีปริมาณผงชูรสมากๆ เป็นประจำย่อมเกิดอันตรายต่อสุขภาพของคุณได้ ดังนี้

- ทำลายระบบประสาทตา สายตาเสียหรือเกิดตาบอดได้
- ทำลายกระดูกและไขกระดูก ซึ่งผลิตเม็ดเลือดแดงในร่างกาย อาจทำให้เกิดโรคโลหิตจางได้
- ทำให้วิตามินในร่างกายลดลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิตามินบี6 ทำให้เป็นโรคผิวหนังได้ง่าย
- ทำลายสมองส่วนหน้าหรือไฮโปทาลามัส ทำให้การเจริญเติบโตช้า ปัญญาอ่อน และเป็นหมัน
- ทำลายระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้เป็นโรคประสาทได้ง่ายขึ้น

สำหรับผู้ที่ตั้งครรภ์ ถ้ากินผงชูรสมากๆ จะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงโครโมโซมของทารกในครรภ์ ทำให้ร่างกายของเด็กเกิดความผิดปกติ ปากแหว่ง แขนขาพิการได้

ก่อนสั่งอาหารมือต่อไปใจสุขภาพสักนิด...อย่าลืมนะบุ อาหารที่ไม่ใส่ผงชูรส หรือทางที่ดีลองทำน้ำซุปรูปแบบชีวจิตไวช่วยปรุงรสชาติแทนผงชูรสได้คะ อย่างน้ำซุปรแครอท พักเขียว เป็นต้น



ที่มา : ข้อมูลจากเว็บไซต์ชีวิต