

อันตรายนะ..คนที่ชอบกินผักกระเฉด ผักบุ้ง ต้องอ่าน !!

นำเสนอเมื่อ : 19 ม.ค. 2552



อันตรายนะ..คนที่ชอบกินผักกระเฉด ผักบุ้ง ต้องอ่าน

กระทรวงสาธารณสุขได้เตือนให้ประชาชนระวังการบริโภคผักบุ้ง

ผักกระเฉดที่ไม่ผ่านการต้มเดือดถึง 500 องศาเซลเซียส

ว่าอาจจะได้รับอันตรายจากศัตรูตัวใหม่ที่เรียกว่า **“ไขปปลิง”**

เพราะเจ้าไขปปลิงตัวนี้สามารถทนความร้อนได้สูงมาก

เพราะฉะนั้นถ้าท่านจะรับประทานผักบุ้ง

หรือผักกระเฉดต้องต้มกันเป็นชั่วโมง

ถึงจะสามารถรับประทานได้อย่างปลอดภัย

ดังนั้นท่านจึงควรรับ ประทานอาหารที่ปรุงด้วยกรรม

วิธีอื่นจะดีกว่าประเภทยา

เพราะส่วนใหญ่อาหารประเภทยาจะนำไปผ่านความร้อน

เพียงไม่กี่นาทีเท่านั้น เอง ก็นำขึ้นมารับประทานแล้ว

ดังนั้นจึงไม่สามารถทำลายไขปปลิงได้

ถ้าให้ตีควรเสี่ยงไปรับประทานผักชนิดอื่นจะดีกว่า

เพราะขั้นตอนในการทำความสะอาดก่อนจะนำมาต้มจะง่ายกว่า

การ ทำความสะอาดผักนึ่งและผักกระเฉด

มีนักศึกษาแพทย์ศิริราชเคยไปทานสุกี้ที่ร้านแห่งหนึ่งมีชื่อคล้าย

ก่อนที่จะนำผักนึ่งใส่ในหม้อต้มน้ำบั้ง เอิญเธอผู้นั้น!

เหลือบไปเห็นเจ้าไขปปลิงเกาะอยู่ที่ใบของผักนึ่งซึ่งเธอ

เพิ่งจะได้รับความรู้เกี่ยวกับอันตรายของไขปปลิงมาจากหลักสูตร

ซึ่งเธอเพิ่งจะเรียนผ่านมานี้เอง

ดังนั้นเธอจึงตัดสินใจไม่รับประทานผักนึ่งนั้นเลย

และเปลี่ยนเป็นสิ่งผักชนิดอื่นมารับประทานแทน

เมื่อทุกท่านทราบอย่างนี้แล้วท่านก็ตัดสินใจเองก็แล้วกัน

ว่าจะรับประทานผัก นึ่งและผักกระเฉดต่อไป

หรือไม่ก็ระวังกันไว้ด้วยนะ

ใครที่ชอบทานผักทั้ง 2 ประเภทต่อไปคงเลิกทาน