

ผลวิจัยชี้ 'พริกไทยดำอัดเม็ด'

ก่อมะเร็ง

ก 5466

อันตรายอันดับ 1 เกือบเท่าอะพลาท็อกซิน

ม.มหิตลวิจัยพบสาร "อัลคาลอยด์" ในหมากและพริกไทยดำ ระบุ หากทำปฏิกิริยากับไนโตรเจนในอากาศ จะเปลี่ยนโครงสร้างทางเคมีเป็นสารก่อมะเร็งสำคัญอันดับ 1 เทียบเท่าอะพลาท็อกซินจากเชื้อรา หากบริโภคปริมาณมากในรูปแบบผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เผยสารพิษสะสมและตกค้างมาก ทำให้เสี่ยงต่อมะเร็งช่องปากและมะเร็งตับ

ศ.ดร.วรนนท์ คุณพิพัฒน์ นักวิจัยจากสำนักวิจัยคณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล บรรยายในการประชุมวิชาการโรคมะเร็งแห่งชาติ ว่า คณะกรรมการวิจัยมะเร็งนานาชาติ (IARC) ได้จัดกลุ่มอาหารที่ปนเปื้อนสารอะพลาท็อกซิน พยาธิใบไม้ตับ หมาก-ยาเส้น ปลายเค็ม ผักดอง พริกไทยดำ และอาหารจากการบึ่งย่างใช้ไฟแรง เป็นกลุ่ม

ก่อมะเร็งที่สำคัญในคน

สารอะพลาท็อกซินเป็นสารพิษซึ่งผลิตโดยเชื้อรา พบมากในหัวลิสง ข้าวโพด อาหารแห้งที่ตากไม่แห้ง ยังมีความชื้นมาก (หอม กระเทียม พริกแห้ง) สารพิษดังกล่าวยังทนทานต่อความร้อน อุณหภูมิการปรุง นอกจากนี้เป็นสารก่อมะเร็งอันดับหนึ่งแล้ว ยังเป็นสารก่อการกลายพันธุ์ด้วย

ขณะที่พริกไทยดำ และหมาก มีส่วนประกอบของสารก่อมะเร็งในกลุ่มเอ็นไนโตรโซ ไพเพอร์รีดีน (N nitroso piperidine) ซึ่งเกิดจาก สาร "อัลคาลอยด์ ไพเพอร์รีน" ในพริกไทยดำทำปฏิกิริยากับกลุ่มไนโตรเจน อย่างไรก็ตาม กลไกตามธรรมชาติในร่างกายสามารถขับสารอัลคาลอยด์ ออกจากร่างกายได้ในระดับหนึ่ง

ดังนั้น หากบริโภคพริกไทยดำตาม

ปกติ ในลักษณะเครื่องปรุงรสที่เพิ่มรสชาติ ร่างกายจะได้รับสารนี้เพียงเล็กน้อยและสามารถกำจัดได้หมด แต่ในกรณีที่บริโภคพริกไทยดำในรูปของแคปซูลและพริกไทยดำอัดเม็ด ในลักษณะผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อความงาม ซึ่งต้องบริโภคครั้งละมากๆ เป็นเวลานานติดต่อกัน

ทำให้เกิดการสะสมสารพิษในร่างกาย เพราะร่างกายไม่สามารถขับสารก่อมะเร็งออกหมด ผู้บริโภคจึงมีความเสี่ยงสูงต่อการเป็นมะเร็ง เช่นเดียวกับหมาก ซึ่งพบสารอัลคาลอยด์ ไพเพอร์รีนปริมาณสูง โดยสารนี้กระตุ้นให้เกิดความระคายเคืองเนื้อเยื่อช่องปากอักเสบและเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งช่องปาก

ศ.ดร.วรนนท์ กล่าวอีกว่า ในการวิจัยหาความเป็นพิษในอาหารที่นิยมของผู้บริโภค พบว่า ปลายเค็มเป่าสร้างพิษเพโทรโดทอกซิน ทำลายการทำงานของเส้นประสาท ขาที่ปลายประสาทถึงเสียชีวิต

ได้ เกิดพิษ เช่น เกิดระงอกหิน ทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน หนองไม่มัน สำปะหลัง มีไซยาไนด์ พบในรูป "ไกลโคไซด์" เนื่องจากไปรวมกับสารชนิดอื่นๆ

มันฝรั่ง มีสารพิษ "โซลานิน" เกิดพิษต่อระบบประสาทมันฝรั่งที่เปลือกจะมีสารพิษนี้น้อยกว่าและมันฝรั่งที่เริ่มเปลี่ยนเป็นสีเขียวอ่อนจะมีสารพิษนี้ปริมาณสูง ยิ่งมันฝรั่งแตกหน่อมีรากออกยิ่งมีสารพิษโซลานินสูงมาก ควรทิ้งไปทิ้งลูก อย่าเหินออกแล้วนำส่วนที่เหลือมาบริโภคเนื่องจากสารพิษซึมทั่วหัวมันฝรั่งแล้ว

อย่างไรก็ตามอาหารยังมีสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพ แต่ไม่ใช่สารอาหาร พบมากในธัญพืช ผัก ผลไม้ เช่น สารไฟโตเอสโตรเจน แครทีนอยด์ โยอาอาหาร ซึ่งสารเหล่านี้มีข้อมูลทางวิชาการว่า เป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ลดการเป็นมะเร็ง หากรับประทานในสัดส่วนที่เหมาะสมร่างกายจะแข็งแรง ไม่เจ็บไข้