

ด่วนที่สุด

ที่ สธ ๐๒๓๕.๔ / ๒. ๓๕ ๗



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพิษณุโลก
เลขรับ.....000976
วันที่..... ๒๕๖๐
เวลา.....

กระทรวงสาธารณสุข

ถนนติวานนท์

๗ มกราคม ๒๕๖๐

จัดสรรคณทุยชิตมผู้วิโภค
เลขรับ..... 110
3.0 มิ.ย. 2560
เวลา.....

เรื่อง วิธีการลดการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้สดที่เหมาะสมในการนำเสนอต่อประชาชน

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย สื่อเผยแพร่วิธีการลดการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้สด จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ กระทรวงสาธารณสุข ให้ความสำคัญเกี่ยวกับปัญหาการตกค้างของสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้ที่ได้มีการเผยแพร่ผลการตรวจวิเคราะห์จากหลายภาคส่วน ทั้งทางสื่อหลักและสื่อสังคมออนไลน์ ซึ่งทำให้ประชาชนเกิดความสับสน ซึ่งการสร้างความปลอดภัยอาหารจำเป็นต้องควบคุมทั้งระบบ จึงได้มีการประชุมการแก้ไขปัญหาการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักสดและผลไม้สด โดยรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข (ศ.คลินิก เกียรติคุณ นายแพทย์ปิยะสกล สกลสัตยาทร) เป็นประธาน เพื่อหารือร่วมกันระหว่างหน่วยงานภาครัฐ องค์กรการศึกษา และวิชาการ รวมถึงองค์กรพัฒนาเอกชน ในการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ ทั้งนี้ ในส่วนของกระทรวงสาธารณสุข รับผิดชอบดูแลช่วงกลางน้ำและปลายน้ำ โดยเน้นการให้ความรู้แก่ภาคีเครือข่าย ทั้งผู้ประกอบการในตลาด ร้านอาหาร และประชาชน ให้ความรู้ทั้งวิธีเลือกและรู้วิธีการลดการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้สด

ในการนี้ กระทรวงสาธารณสุข จึงขอส่งสื่อเผยแพร่ รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ๑ เพื่อให้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนำสื่อเผยแพร่ฯ ไปสื่อสารสาธารณะกับประชาชน ซึ่งวิธีการลดการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้ที่เหมาะสมในการนำเสนอต่อประชาชน มี ๓ วิธี คือ ๑) ล้างด้วยน้ำไหล ๒) ล้างด้วยผงฟู และ ๓) ล้างด้วยน้ำส้มสายชู โดยมีคำแนะนำทางเลือกของผู้บริโภคสำหรับวิธีล้างผักให้สะอาด เพื่อลดปริมาณสารพิษในผักและผลไม้ ๒ ทางเลือก คือ ข้อเสนอแนะสำหรับประชาชนทั่วไป คือ ล้างด้วยน้ำไหล สำหรับกรณีพิเศษ คือ ผงฟูหรือเบคกิ้งโซดา หรือน้ำส้มสายชู ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสื่อเผยแพร่ฯ ทางเว็บไซต์ www.foodsafety.moph.go.th

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการสื่อสารสาธารณะกับประชาชนในเรื่องวิธีการลดการตกค้างของสารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในผักและผลไม้สด เพื่อให้การสื่อสารเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ด้วยจะเป็นพระคุณ

6/1/60 ๔๔๐-๔๔๐-๔๔๐

เมื่อ ๖ มกราคม ๒๕๖๐

เห็นชอบด้วยใน ๐๖๓๕.๔ / ๒. ๓๕ ๗

๐๖ ม.ค. ๒๕๖๐ / ๒. ๓๕ ๗

(นายใหญ่พลชัย ใจสุภาไพสิฐ)

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

สำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย

โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๑๖๒๓ โทรสาร. ๐ ๒๕๕๐ ๑๖๑๔

E-mail : foodsafety_moph@hotmail.com

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย)

รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

(นายเลิศชาย เลิศชัย)

เภสัชกรชำนาญการพิเศษ รักษาการในตำแหน่ง

เภสัชกรเชี่ยวชาญ

วิธีล้างผักง่ายๆ

ช่วยลดสารตกค้างจากยาฆ่าแมลง

ผักหัว
ปอกเปลือกตัดส่วนที่ไม่รับประทานออก

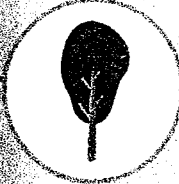


ผักราก
ปอกเปลือกตัดส่วนที่ไม่รับประทานออก

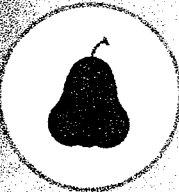


เตรียมผักก่อนล้าง

ผักใบ
แกะก้าน/คลี่ใบ
ถ้ามีดินติดราก
ให้เคาะออก



ผลไม้
ล้างทั้งผล



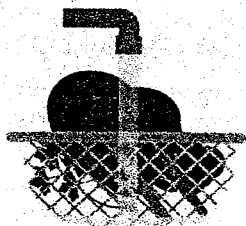
วิธีล้างด้วยน้ำไหล (ลดสารตกค้างได้ 25-65%)

ล้างผัก

1

แช่ผักในน้ำ

2



นำไปใส่ในตะกร้า / ตะแกรง
เปิดน้ำไหลความแรงพอประมาณ

3

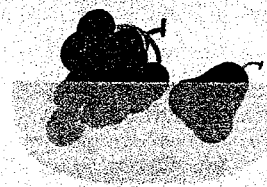


ใช้มือช่วยถูใบ
ประมาณ 2 นาที

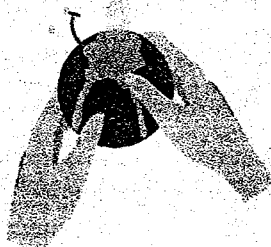
ล้างผลไม้

1 แบบเปลือกบาง
เช่น องุ่น ชมพู

แช่น้ำแล้วล้าง
ทั้งพวง/ผล



2 แบบเปลือกแข็ง
เช่น ส้ม แอปเปิ้ล ฝรั่ง



แช่น้ำแล้วล้าง
โดยใช้มือถูที่
บริเวณผิว

วิธีล้างหากต้องล้าง ในปริมาณมาก

ล้างด้วยผงฟู
หรือเบคกิ้งโซดา

- ใช้ 1/2 ช้อนโต๊ะ
ต่อน้ำ 10 ลิตร
- แช่ทิ้งไว้ 15 นาที
แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด
- ลดสารพิษตกค้างได้
90-95%

ล้างด้วยน้ำส้มสายชู

- ใช้ 1 ช้อนโต๊ะ/น้ำ 4 ลิตร
- แช่ทิ้งไว้ 10 นาที
แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด
- ลดสารพิษตกค้างได้
60-84%