ชงนมอย่างไรจึงจะปลอดภัยจาก ... จุลินทรีย์ เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ

สวัสดีค่ะ คุณผู้ฟัง พบกันอีกเช่นเคยในรายการ.....ซึ่งดิฉันได้นำสาระน่ารู้มาเสนอคุณผู้ฟังเป็นประจำ และวันนี้ดิฉันมีเรื่องของนมผงดัดแปลงสำหรับทารก มาเสนอในชื่อเรื่อง **ชงนมอย่างไรจึงจะปลอดภัยจาก...จุลินทรีย์ เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ** โดยการสนับสนุนข้อมูลจากกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข

คุณผู้ฟังคะ หากคุณผู้ฟังเป็นหนึ่งในผู้ที่สนใจข่าวสารด้านสุขภาพ และได้ติดตามข่าวสารความรู้จาก อย. ด้วยแล้วล่ะก็ คงทราบว่าเมื่อในช่วงเดือนกรกฎาคม 2548 ที่ผ่านมานี้ อย. ได้ตรวจพบเชื้อจุลินทรีย์ในนมผงดัดแปลงที่ใช้เลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี และได้สั่งเรียกคืนจากท้องตลาดแล้ว ซึ่งข่าวนี้ผู้บริโภคตัวน้อย ๆ คงไม่เดือดร้อนอะไรหรอกค่ะ เพราะมีหน้าที่ดูดนมอย่างเดียว แต่คนที่เดือนร้อนกังวลแทบแย่ก็คงจะเป็นคุณพ่อคุณแม่นี่ล่ะค่ะ นอกจากจะมีภาระในการทำงานหาเงินมาเป็นค่านมเจ้าตัวเล็กที่ยิ่งโตก็ดื่มเยอะแล้ว ยังต้องคอยระวังว่านมผงที่ชงให้ลูกดื่มเข้าไปจะมีอันตรายอะไรบ้างอีกด้วย จุลินทรีย์ที่พบในนมผงดัดแปลงที่ใช้เลี้ยงทารกแรกเกิด - 1 ปี เป็นจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรค มีชื่อว่า " เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) " ซึ่งทำให้เกิดการเจ็บป่วยร้ายแรงถึงชีวิตได้ โดยทำให้เกิดเยื่อหุ้มสมองและไขสันหลังอักเสบ โลหิตเป็นพิษ ลำไส้และกระเพาะอักเสบ โดยทั่วไป จุลินทรีย์ (Enterobacter sakazaii) " พบได้ในดิน น้ำ อากาศ อาหารและสิ่งแวดล้อม สำหรับอาหารที่มักจะพบว่ามีการปนเปื้อนจุลินทรีย์ชนิดนี้ เช่น เนยแข็ง เนื้อวัวบด ไส้กรอก เต้าหู้ เนื้อเค็ม และในสถานที่ต่างๆ ที่พบ เช่น อากาศในโรงพยาบาลอาคารผลิตอาหาร เป็นต้น ค่ะ

คุณผู้ฟังคะ ในกรณีที่พบว่ามีการปนเปื้อนจุลินทรีย์ " เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) " ในนมผงดัดแปลงที่ใช้เลี้ยงทารกแรกเกิด – 1 ปี สาเหตุของการปนเปื้อน อาจเกิดได้ 3 ทางได้แก่ การปนเปื้อนไปกับวัตถุดิบ ,การปนเปื้อนไปกับนมผงหรือส่วนผสมอื่น ๆ ภายหลังการ พาสเจอร์ไรส์ และการปนเปื้อนขณะเตรียมนมให้ลูกน้อยค่ะอย่างไรก็ตามบรรดาคุณพ่อ คุณแม่ ที่มีลูกน้อยอย่าได้หวั่นวิตกกันไปเลยค่ะ ว่าลูกน้อยของคุณเมื่อดื่มนมผงดัดแปลงเข้าไปแล้วจะติดเชื้อ " เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) " จนเกิดอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ เพราะเด็กกลุ่มที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยที่ได้รับเชื้อนี้ เป็นเด็กทารกแรกเกิดถึง1 ปี โดยเฉพาะทารกที่คลอดก่อนกำหนด ,ทารกที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ทารกแรกเกิดที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ และทารกที่คุณแม่มีปัญหาเรื่องน้ำนม ทำให้ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมผงดัดแปลงสำหรับทารก ก่อนอื่นขอให้ทำความเข้าใจก่อนว่า นมผงไม่ใช่อาหารที่ปลอดเชื้อ 100 % เพราะในขั้นตอนที่

.../2

เติมสารอาหารจำเป็นต้องทำในขณะเย็น ๆ จึงมีโอกาสที่เชื้อจะปนเปื้อนได้ ดังนั้นการชงนมที่ถูกต้องจะเป็นวิธีป้องกันที่ดีที่สุด ซึ่งวันนี้ ดิฉันมีวิธีป้องกันและลดความเสี่ยงในการที่จะได้เชื้อจุลินทรีย์ “ เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) ”มาฝาก โดยวิธีง่ายๆ ดังนี้ ค่ะ

• ปรับเปลี่ยนวิธีการชงนมใหม่โดย ต้มน้ำให้เดือด ทิ้งให้น้ำอุ่นลงเหลืออุณหภูมิประมาณ 40 องศาเซลเซียส แล้วค่อยชง จากนั้นให้ลูกน้อยดื่มทันที ทั้งนี้คุณพ่อ คุณแม่ ต้องชงนมในปริมาณที่พอดีกับสำหรับการเลี้ยงลูกน้อยในแต่ละครั้ง เพราะนมที่ผสมแล้วจะเสียง่าย จึงต้องใช้เลี้ยงทารกทันที หรือหากทารกดื่มนมในขวดไม่หมดภายใน 1 ชั่วโมง ต้องเทนมที่เหลือในขวดนั้นทิ้ง ห้ามนำไปเก็บใน ตู้เย็นแล้วนำมาใช้เลี้ยงทารกอีก

• ควรเอาใจใส่ในการทำความสะอาดทั้งมือ อุปกรณ์ในการชงนม ไม่ว่าจะเป็นขวดนม หัวนมยาง ฝาขวด หรือเครื่องใช้อื่น ๆ

• ในการเลือกซื้อนมผงดัดแปลงสำหรับทารก ขอให้เลือกซื้อที่มีการแสดงเลขสารบบในกรอบเครื่องหมาย อย. อย่าได้ซื้อนมผงดัดแปลงสำหรับทารกที่อยู่ในภาชนะชำรุดหรือผิดปกติ เช่น ฉีกขาด บวม พองเป็นสนิมบุบ เพราะอาจได้นมที่มีเชื้อจุลินทรีย์ “ เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) ”ปนเปื้อนได้ เป็นอย่างไรบ้างคะ วิธีป้องกันและลดความเสี่ยงในการที่จะได้เชื้อจุลินทรีย์ “ เอนเทอโรแบคเตอร์ ซาซากิ (Enterobacter sakazaii) ” อย่างง่าย ๆ ในการชงนมให้ลูกน้อยอันเป็นที่รักของคุณ แต่นมไหน ๆ ก็สู้นมจากเต้าของแม่ไม่ได้หรอกค่ะ ดีมีประโยชน์และปลอดภัยที่สุด หากคุณแม่ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมจากเต้า ควรให้เด็กดูดนมตั้งแต่แรกเกิดไปจนอายุ 6 เดือน ซึ่งนอกเหนือจากการที่ลูกจะได้รับประโยชน์มหาศาลของน้ำนมแม่แล้ว ยังช่วยให้คุณแม่มีสุขภาพดี มีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านมลดน้อยลงอีกด้วยนะคะ