

**อย. แนะ เลือกซื้อนมพร้อมดื่มให้ปลอดภัย**

อย.แนะผู้บริโภคเกี่ยวกับวิธีการเลือกซื้อนมพร้อมดื่ม และการเก็บรักษานมที่เหมาะสม ป้องกันปัญหานมเน่าเสียก่อนการบริโภค เน้นตรวจสอบฉลาก มีเลขสารบบอาหารในกรอบเครื่องหมาย มีข้อมูลบนฉลากครบถ้วน ที่สำคัญซื้อจากร้านที่เชื่อถือได้ เพื่อความปลอดภัยในการบริโภค

**นายแพทย์วิทิต สฤษฎีชัยกุล รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เปิดเผยว่า** ตามที่องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ (FAO) ได้กำหนดให้วันที่ 1 มิถุนายนของทุกปี เป็น “วันดื่มนมโลก” หรือ “World Milk Day” เพื่อให้ประเทศและองค์กรต่าง ๆ หันมาบริโภคนม สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ในฐานะหน่วยงานที่กำกับดูแลผลิตภัณฑ์สุขภาพทั้งก่อนและหลังออกสู่ตลาด อย. จึงแนะผู้บริโภคถึงวิธีการเลือกซื้อนมพร้อมดื่มเพื่อความปลอดภัย โดยก่อนซื้อ**ให้ตรวจสอบผลิตภัณฑ์นม** ซึ่งต้องมีเลขสารบบอาหาร 13 หลัก **มีข้อมูลบนฉลากครบถ้วน** ได้แก่ ชื่ออาหาร ชื่อที่ตั้งผู้ผลิต ผู้แบ่งบรรจุ ปริมาณสุทธิ ส่วนประกอบสำคัญ วันเดือนปีที่ผลิต และวันเดือนปีที่หมดอายุ **ภาชนะบรรจุต้องอยู่ในสภาพเรียบร้อย**ไม่รั่ว ไม่ซึม ไม่บวม ไม่ฉีกขาด ควร**เลี่ยงการซื้อนมจากร้านค้าที่มี**การเก็บผลิตภัณฑ์นมเพื่อ**จำหน่ายแบบไม่เหมาะสม เช่น** ตู้แช่หรือสถานที่เก็บไม่ได้มาตรฐาน

นอกจาการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมที่มีคุณภาพแล้ว การเก็บรักษานมเป็นสิ่งสำคัญซึ่งจะมีผลต่อคุณภาพของนม ปัจจุบันมีนมหลายประเภทจำหน่ายในท้องตลาด ซึ่งมีวิธีการเก็บรักษาที่แตกต่างกันออกไป **โดยนมพาสเจอร์ไรส์** ซื้อมาแล้วควรเก็บในตู้เย็นทันที เก็บได้นานประมาณ 10 วันที่อุณหภูมิไม่เกิน 8 °C นับจากวันที่บรรจุ ในกรณีที่ดื่มไม่หมดต้องการเก็บไว้ดื่มอีก ควรเทแบ่ง ไม่ดื่มจากภาชนะบรรจุโดยตรงซึ่งจะทำให้นมที่เหลือบูดง่าย **นมยูเอชที** ควรเก็บไว้ที่อุณหภูมิปกติ ไม่ควรโดนแดดโดยตรง ไม่เก็บซ้อนหลายชั้นเกินไป เก็บได้นานประมาณ 6 เดือน **นมเปรี้ยว** ควรเก็บในตู้เย็น ซึ่งสามารถเก็บได้นานกว่านมประเภทอื่น **นมเปรี้ยวพร้อมดื่มพาสเจอร์ไรส์** ถ้าเก็บในอุณหภูมิไม่เกิน 8 °C จะเก็บได้นานถึง 21 วัน **นมเปรี้ยวพร้อมดื่มยูเอชที** เก็บได้ประมาณ 8 เดือน โดยไม่ต้องแช่เย็น และ**นมสเตอริไรซ์ (กระป๋อง)**เก็บได้นานประมาณ 12 เดือน โดยไม่ต้องแช่เย็น แต่ไม่ควรให้โดนแดดโดยตรง

**รองเลขาธิการฯ อย. กล่าวเพิ่มเติมว่า** การเน่าเสียของนมพร้อมดื่มอาจเกิดได้หลายกรณี ทั้งทางด้านกระบวนการผลิต อาจใช้ความร้อนสูงไม่เพียงพอ หรือใช้เวลาฆ่าเชื้อน้อยเกินไป การบรรจุไม่ถูกสุขลักษณะทำให้มีการปนเปื้อน เก็บรักษาในอุณหภูมิที่ไม่เหมาะสม รวมถึงลักษณะการขนส่งที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งอาจเป็นสาเหตุให้ภาชนะบรรจุนมมีการรั่วซึม ทำให้จุลินทรีย์จากภายนอกปนเปื้อนเข้าไปได้ ดังนั้น จึงควรระมัดระวังในการเคลื่อนย้ายภาชนะบรรจุนม อย่าให้มีการกระแทกกับของแข็งหรือของมีคม ไม่ควรโยนหรือเหยียบไปบนกล่องบรรจุขณะขนย้าย และไม่ควรวางกล่องนมซ้อนเกิน 7 ชั้น แต่หากเป็นการหุ้มด้วยพลาสติก ไม่ควรวางเกิน 5 ชั้น เพราะจะทำให้กล่องนมด้านล่างถูกกดทับจนเกิดการรั่วซึมได้ ทั้งนี้ หากผู้บริโภคพบเห็นผลิตภัณฑ์นมที่แสดงฉลากไม่ถูกต้อง หรือไม่มีเลขสารบบอาหาร สามารถร้องเรียนหรือแจ้งเบาะแสได้ที่สายด่วน อย.1556 หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัดเพื่อจะได้ดำเนินการตรวจสอบดำเนินคดีกับผู้ที่กระทำความผิดต่อไป

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

**วันที่เผยแพร่ข่าว 29 พฤษภาคม 2564 ข่าวแจก 121 ปีงบประมาณ พ.ศ.2564**

