S&E News
Safety & Environment
สวทช NSTDA
ปีที่ 5 ฉบับที่ 54 เดือนกุมภาพันธ์ 2551

บอกกล่าว เล่าแจ้ง

สวัสดีครับเพื่อนพนักงานทุกท่าน ต้นเดือนกุมภาพันธ์นี้ก็จะถึงวันตรุษจีนแล้วนะครับ หลายๆ ท่านคงกังกลว่าจะเลือกซื้อของไหว้จำพวก เป็ด ไก่ หรือของไหว้อื่นๆ อย่างไรดีจึงจะปลอดภัยจากไข้หวัดนก เพราะในช่วงนี้ข่าวสารการระบาดของเชื้อไข้หวัดนกตามสื่อต่างๆ เริ่มหนาหูขึ้นเรื่อยๆ เพื่อให้ทันต่อสถานการณ์ S&E NEWS ในเดือนนี้จึงขอนำเสนอข่าวสารสถานการณ์ไข้หวัดนกในประเทศไทยและวิธีการเลือกซื้ออาหารจำพวกเนื้อสัตว์ปีกและการเลือกซื้อไข่ ตลอดจนข้อแนะนำสำหรับผู้บริโภคในการบริโภคเนื้อและไข่ของสัตว์ปีก เพื่อเป็นความรู้ให้เพื่อนพนักงานนำไปใช้ในการเลือกซื้อของไหว้ในช่วงวันตรุษจีนที่จะมาถึงนี้และใช้ในการเลือกซื้อและบริโภคเนื้อและไข่ของสัตว์ปีกในชีวิตประจำวัน

ตรุษจีนนี้ซื้ออาหารอย่างไรจึงจะปลอดภัยจากไข้หวัดนก

สถานการณ์ไข้หวัดนกในปัจจุบัน

จากรายงานสถานการณ์ของศูนย์ควบคุมโรคไข้หวัดนก สำนักควบคุมป้องกันและบำบัดโรคสัตว์ กรมปศุสัตว์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ณ วันที่ 30 มกราคม 2551 พบสัตว์ปีกป่วยตายผิดปกติจำนวน 14 ราย ในพื้นที่ 11 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดน่าน อุดรธานี ลำปาง สกลนคร พิษณุโลก สุรินทร์ หนองบัวลำภู เชียงราย ลพบุรี เพชรบูรณ์ และศรีสะเกษ นอกจากนี้ที่อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์และอำเภอสากเหล็ก จังหวัดพิจิตร ยังเป็นอีก 2 จุด ที่พบเชื้อคงเหลือ ซึ่งอยู่ในระหว่างเฝ้าระวัง

สำหรับสถานการณ์ไข้หวัดนกในคน จากข้อมูลของสำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค สิ้นสุดวันที่ 31 มกราคม 2551 พบว่ามีผู้ป่วยในประเทศไทยอยู่ในข่ายเฝ้าระวังโรคสะสมทั้งหมด 98 ราย

สรุปข้อมูลตั้งแต่ปี 2548 ถึง 30 มกราคม 2551 มีผู้ป่วยในประเทศไทยที่เสียชีวิตด้วยโรคไข้หวัดนกแล้ว จำนวน 5 ราย โดยเสียชีวิตในปี 2548 จำนวน 2 ราย และในปี 2549 จำนวน 3 ราย ซึ่งในปี 2550 ไม่มีผู้เสียชีวิต

จำนวนผู้ป่วยยืนยันโรคไข้หวัดนก ขององค์การอนามัยโลก (WHO) ข้อมูล ปี 2546- 30 ม.ค.51

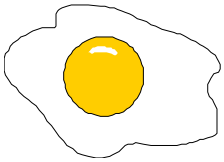
ประเทศ	พ.ศ.2546		พ.ศ.2547		พ.ศ.2548		พ.ศ.2549		พ.ศ.2550		พ.ศ.2551		รวม	
	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย	ป่วย	ตาย
อาเซอร์ไบจัน	0	0	0	0	0	0	8	5	0	0	0	0	8	5
กัมพูชา	0	0	0	0	4	4	2	2	1	1	0	0	7	7
จีน	1	1	0	0	8	5	13	8	5	3	0	0	27	17
จิบูตี	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0
อียิปต์	0	0	0	0	0	0	18	10	25	9	0	0	43	19
อินโดนีเซีย	0	0	0	0	20	13	55	45	42	37	7	6	124	101
อิรัก	0	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	3	2
ลาว	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	2	2
ไนจีเรีย	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
พม่า	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
ปากีสถาน	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
ไทย	0	0	17	12	5	2	3	3	0	0	0	0	25	17
ตุรกี	0	0	0	0	0	0	12	4	0	0	0	0	12	4
เวียดนาม	3	3	29	20	61	19	0	0	8	5	1	1	102	48
รวม	4	4	46	32	98	43	115	79	86	59	8	7	357	224

จากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าหากไม่มีการเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด อาจมีผู้ป่วยด้วยโรคดังกล่าวมากขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ การรู้ทันโรคดังกล่าวและปฏิบัติตนอย่างถูกต้องจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ สำหรับเทศกาลตรุษจีนที่จะมาถึงในเดือนนี้การเลือกซื้อไข่ และเนื้อสัตว์ปีก เป็นสิ่งที่ต้องให้ความสำคัญ โดยจำเป็นต้องเลือกซื้อและปฏิบัติให้ถูกต้องเพื่อลดความเสี่ยงในการติดโรคดังกล่าว

การเลือกซื้อเนื้อสัตว์ปีก

1. ควรเลือกซื้อเนื้อไก่และผลิตภัณฑ์จากไก่จากแหล่งที่มีการรับรองมาตรฐานและเลือกซื้อไก่สดที่ไม่มีลักษณะบ่งชี้ว่าอาจตายด้วยโรคติดเชื้อ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ มีจุดเลือดออก หรือจ้ำเลือดออกเป็นต้น เนื้อสัตว์ปีกที่ดีจะต้องสด สะอาด เนื้อสดใส เป็นมัน เนื้อไม่เหลว และใช้นิ้วแตะไม่เป็นรอยบุ๋มตามแรงกด เนื้อต้องไม่มีสีคล้ำ ไม่มีเมือกที่ผิวหน้าและต้องไม่มีกลิ่นเหม็น
2. ควรสวมถุงมือหรือใช้ภาชนะ ปากคีบหรือช้อนสำหรับตักเนื้อไก่เพื่อป้องกันการสัมผัสเชื้อและป้องกันการปนเปื้อน
3. ไม่ใช้มือที่เปื้อนมาจับต้องจมูก ตา และปาก และหมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะหลังจับต้องเนื้อสัตว์ ไข่ และเครื่องในสัตว์
4. เมื่อจะซื้อเนื้อสัตว์ ควรซื้อและรีบนำกลับไปปรุงอาหารทันที หรือรีบนำไปเก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิ 0–4 องศาเซลเซียส จะเก็บได้นาน 2–3 วัน หากนำไปแช่แข็งจะเก็บได้นาน 1–2 เดือน

การเลือกซื้อไข่



1.ควรเลือกฟองที่ดูสดใหม่และไม่มีมูลไก่ติดเปื้อนที่เปลือกไข่ ก่อนปรุง ควรนำมาล้างให้สะอาด ไข่ที่ดี เปลือกไข่จะมีผิวเรียบ แข็ง เปลือกไข่ต้องไม่บางและไม่นิ่ม

2.เลือกซื้อไข่ที่บรรจุในภาชนะที่สะอาด ถาดที่ใส่ต้องไม่สกปรกหรือมีมูลไก่ติดและตกค้างอยู่

3.การเก็บรักษาไข่ ควรเก็บไว้ในที่เย็น เช่น ในตู้เย็นตรงช่องสำหรับวางไข่

ข้อแนะนำสำหรับผู้ซื้อไก่มาชำแหละเอง

1. ต้องไม่ซื้อไก่ที่มีอาการผิดปกติจากการติดเชื้อ เช่น ซึมหงอย ขนฟู หน้า หงอนหรือเหนียงบวม คล้ำ มีน้ำมูกหรือมีมูลไหลเป็นต้น รวมทั้งไม่ซื้อไก่ที่ตายแล้ว มาชำแหละ
2. หากสัตว์ที่ชำแหละมีลักษณะผิดปกติ เช่น มีจุดเลือดออก มีน้ำหรือเลือดคั่งหรือจุดเนื้อตายสีขาวที่เครื่องในหรือเนื้อมีสีผิดปกติ รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ปศุสัตว์มาตรวจสอบทันที
3. ควรดูแลระมัดระวังตนเอง โดยใช้อุปกรณ์ ป้องกันร่างกาย เช่น พลาสติกหรือ ผ้ากันเปื้อน และควรอาบน้ำชำระร่างกายด้วยน้ำและสบู่ ให้สะอาด หลังปฏิบัติงานเสร็จ

ข้อแนะนำสำหรับผู้บริโภคในการบริโภคเนื้อและไข่ของสัตว์ปีก

1. เพื่อป้องกันโรค การบริโภคเนื้อไก่และไข่ไก่หรือสัตว์ปีกและผลิตภัณฑ์จากสัตว์ปีกชนิดอื่นๆ ควรรับประทานโดยปรุงให้สุกโดยทั่วถึงเท่านั้น งดการรับประทานอาหารที่ปรุงกึ่งสุกกึ่งดิบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระหว่างที่มีการระบาดของโรค ความร้อนจะสามารถทำลายเชื้อไวรัส (รวมทั้งเชื้อแบคทีเรียและพยาธิ) ที่อาจมีปนเปื้อนมาได้
2. ไข่ที่จะบริโภคต้องทำให้สุกอย่างทั่วถึง โดยเฉพาะไข่แดงต้องสุกและแข็งไม่เยิ้มเหลว
3. มือที่สัมผัสเนื้อสัตว์และเปลือกไข่ ต้องล้างให้สะอาดก่อนจับต้องอาหารชนิดอื่นๆ
4. ในระหว่างการปรุงอาหารไม่ใช้มือที่เปื้อนมาจับต้องจมูก ตา และปาก และหมั่นล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะหลังจับต้องเนื้อสัตว์ ไข่ และเครื่องในสัตว์
5. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่ และมีเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว หรือผัก ผลไม้โดยเฉพาะ ไม่ใช้เขียงเดียวกัน หากจำเป็นให้เตรียมผัก ผลไม้ให้เสร็จเรียบร้อยก่อน