

ข่าวสด

Khao Sod
Circulation: 950,000
Ad Rate: 1,650

Section: บันเทิง/สตรี/สุขภาพ

วันที่: พุธที่ 29 มีนาคม 2561

ปีที่: 27

ฉบับที่: 9983

หน้า: 21 (ล่างซ้าย)

Col.Inch: 13.49

Ad Value: 22,258.50

PRValue (x3): 66,775.50

คลิป: สีสี่

หัวข้อข่าว: จีคูมไขมันทรานส์ในอุตสาหกรรมอาหาร

จีคูมไขมันทรานส์ในอุตสาหกรรมอาหาร

ศ.ดร.วิสิฐ จะวะสิต อาจารย์ประจำสถาบันโภชนาการ และหัวหน้าโครงการวิจัยการสำรวจสถานการณ์การปนเปื้อนของกรดไขมันชนิดทรานส์ในผลิตภัณฑ์อาหารในประเทศไทย ม.มหิดล กล่าวว่า ประเทศไทยสามารถปลอดไขมันทรานส์ได้ ถ้าภาครัฐมีการควบคุมการใช้ไขมันทรานส์ที่เกิดจากกระบวนการผลิตอาหารในขั้นตอนอุตสาหกรรม โดยปกติแหล่งของไขมันทรานส์มี 2 ชนิด คือ 1.ไขมันทรานส์จากธรรมชาติ และ 2.ไขมันทรานส์ที่เกิดจากกระบวนการเติมไฮโดรเจนบางส่วนเข้าไปในน้ำมันพืช เพื่อทดแทนการใช้ไขมันสัตว์

รศ.ดร.วันทนีย์ เกียรติสินยศ อาจารย์ประจำสถาบันโภชนาการ ม.มหิดล กล่าวว่า มีงานวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าการบริโภคไขมันทรานส์ที่เกิดจากกระบวนการอุตสาหกรรม ทำให้เกิดอัตราการเสียชีวิตจากโรคหัวใจและหลอดเลือดสูงขึ้นร้อยละ 18 และเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดประมาณร้อยละ 42 ส่วนไขมันทรานส์จากธรรมชาติไม่มีผลต่อการเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด ด้วยเหตุนี้จึงควรบริโภคไขมันทรานส์ไม่เกิน 2.2 กรัมต่อวัน หรือ 0.5 กรัมต่อหนึ่งหน่วยบริโภค เพื่อสุขภาพที่ดี