



การเลือกซื้อสินค้า ปศุสัตว์ปลอดภัย



อันตรายจากการเลือกซื้อ สินค้าปศุสัตว์ที่ไม่ถูกสุขอนามัย



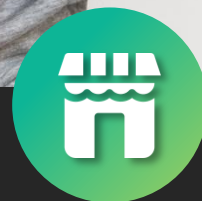
คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย
ปวดท้อง อาหารเป็นพิษ
มีไข้ ถ่ายเป็นเลือด



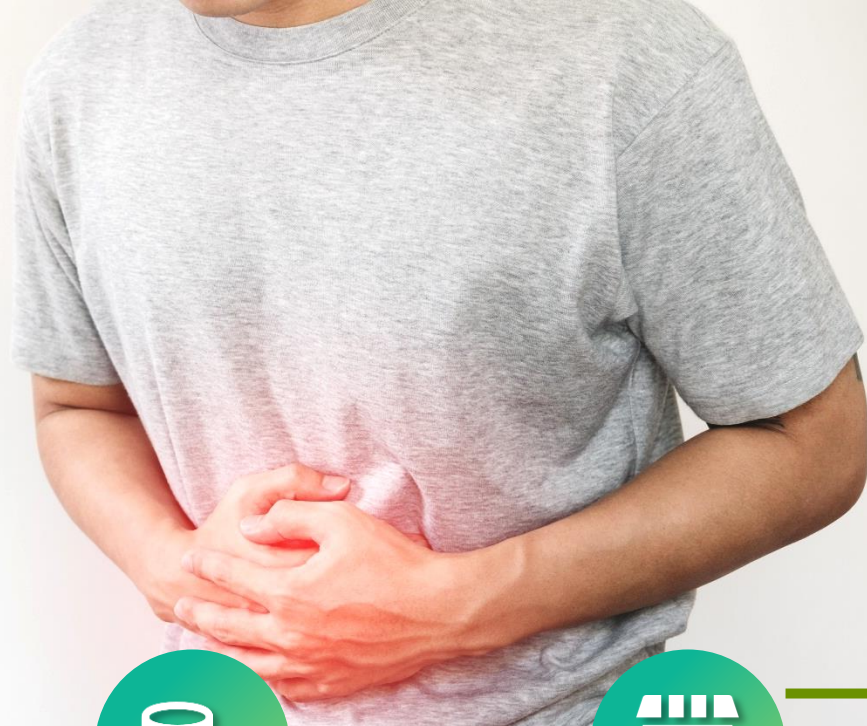
ส่งผลโดยตรง
ต่อสุขภาพ



เสียค่าใช้จ่าย
ในการรักษาพยาบาล



ส่งผลกระทบต่อ
ชื่อเสียงของสถานที่
จำหน่าย/ร้านอาหาร



อันตรายจากการปนเปื้อนของอาหาร

การปนเปื้อนของอาหารทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพร่างกายของผู้บริโภค
ซึ่งอันตรายนั้น แบ่งออกได้ 3 ประเภท

อันตรายทางกายภาพ



อันตรายทางชีวภาพ



อันตรายทางเคมี



อันตรายทางกายภาพ (PHYSICAL HAZARDS)



อันตรายที่เกิดจากการมีวัตถุแปลกปลอมปน
อยู่ในอาหารและทำให้ผู้บริโภคได้รับบาดเจ็บ
เช่น เศษหิน เศษแก้ว เศษพลาสติก เชือก เข็มฉีดยา



แหล่งอันตรายทางกายภาพอาจมาจากหลายแหล่ง
เช่น ปะปนในวัตถุดิบ การใช้เครื่องมือที่มีคุณภาพต่ำ
หรือออกแบบไม่ดี เกิดความผิดพลาดในระหว่างกระบวนการผลิต
หรือเกิดจากการบกพร่องในการปฏิบัติงานของพนักงาน

อันตรายทางเคมี (CHEMICAL HAZARDS)

อันตรายที่เกิดจากการได้รับสารเคมี

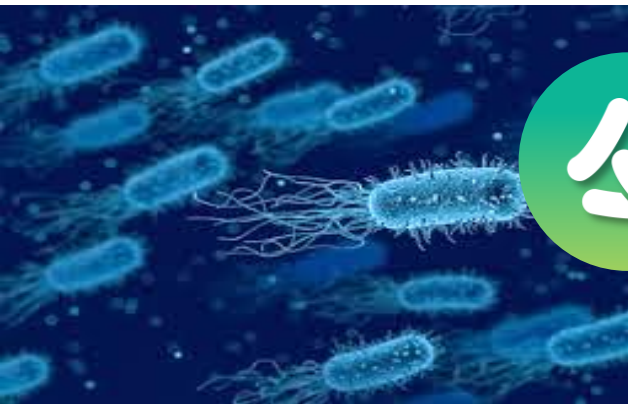
สามารถเกิดขึ้นได้ทุกขั้นตอนห่วงโซ่อาหาร ตั้งแต่การเพาะปลูก การเลี้ยง การดูแลหลังการเก็บเกี่ยว การขนส่ง การผลิต การแปรรูป การบรรจุ การเก็บรักษาและการขนส่งผลิตภัณฑ์ การบริการ ตลอดจนการบริโภคของผู้บริโภค



อาจเป็นสารเคมีที่ติดมากับดิน น้ำ สิ่งแวดล้อม หรือปนเปื้อนมาจากกิจกรรมทางการเกษตร หรือเติมลงไปเพื่อช่วยในกรรมวิธีการผลิต เช่น ยาฆ่าแมลง ยาฆ่าเชื้อรา สารกำจัดวัชพืช ฮอร์โมนกระตุ้นการเจริญเติบโตของพืชและสัตว์ ปุ๋ย โลหะหนัก วัตถุเจือปนอาหาร สารปรุงแต่งกลิ่นรสที่เป็นอันตราย ยาปฏิชีวนะ ยาสัตว์ตกค้าง สารเร่งเนื้อแดง



อันตรายทางชีวภาพ (BIOLOGICAL HAZARDS)



อันตรายที่เกิดจากสิ่งมีชีวิต
ที่ก่อให้เกิดโรค

หรือเป็นอันตรายต่อสุขภาพ
ได้แก่ แบคทีเรีย ไวรัส และปรสิต

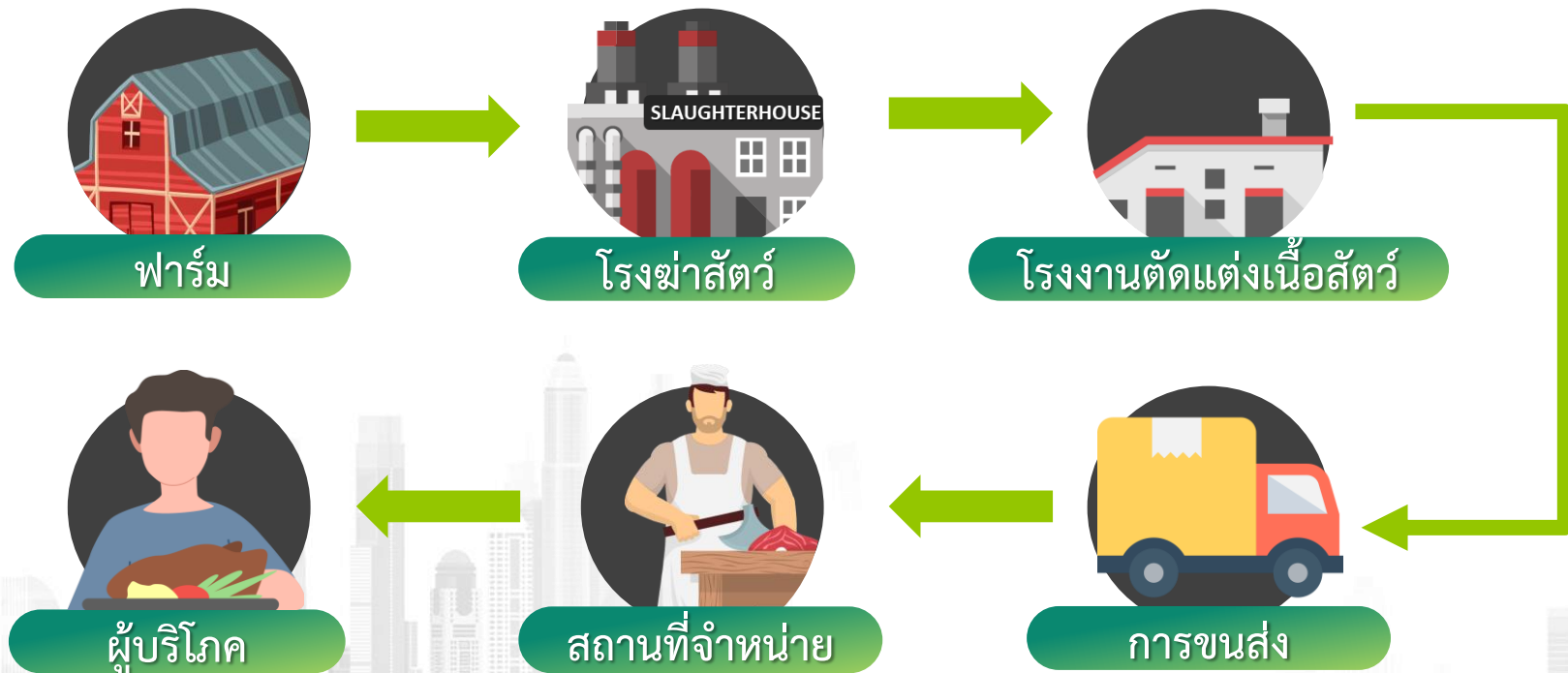


อันตรายเหล่านี้อาจมาจากวัตถุดิบหรือจากขั้นตอนต่างๆ

ของกระบวนการผลิต ซึ่งหากบริโภคอาหารที่มีการปนเปื้อน
จากเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส หรือ ปรสิต เข้าไปก็จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้

ห่วงโซ่การปนเปื้อนในอาหาร

การปนเปื้อนอาจเกิดขึ้นได้จากหลายขั้นตอน ดังนี้



เลือกซื้อเนื้อสัตว์อย่างไร ให้ปลอดภัยต่อสุขภาพ



ควรคำนึงถึงคุณภาพและความปลอดภัย
โดยสังเกตจากลักษณะภายนอก



เลือกซื้อเนื้อสัตว์ที่ผลิตจากโรงฆ่าสัตว์
ที่ได้รับใบอนุญาตถูกต้องตามกฎหมาย



เลือกซื้อเนื้อสัตว์จากสถานที่จำหน่ายที่สะอาด
มีการดูแลรักษาความสะอาดเป็นอย่างดี



เลือกซื้อเนื้อสัตว์จากแหล่งผลิตหรือสถานที่
จำหน่ายที่ผ่านการรับรองมาตรฐานจากกรมปศุสัตว์



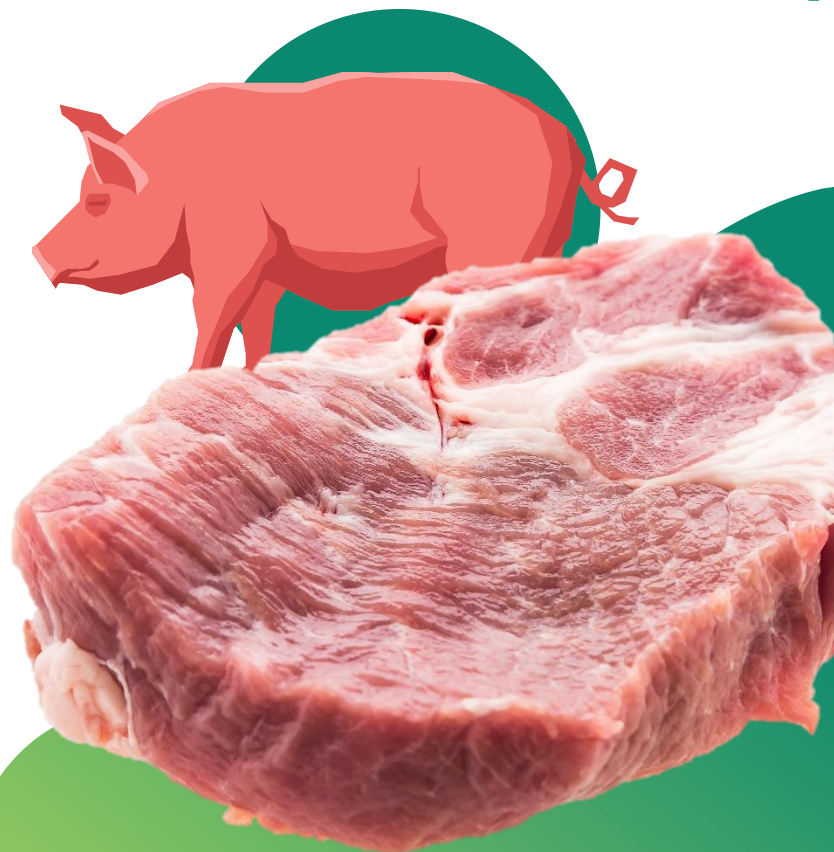
เนื้อไก่และเนื้อเป็ดที่ดี



- เนื้อแน่น ผิวตึงไม่เหี่ยวยุ่น
- สีสด ไม่ซีด ไม่มีจ้ำเขียวหรือสีคล้ำ
- ไม่มีจุดเลือดออกหรือตุ่มหนอง ไม่มีแผลตามตัว
- เมื่อใช้นิ้วแตะต้องไม่เป็นรอยบุ๋มค้าง
- ไม่มีกลิ่นเหม็น ไม่เป็นเมือก
- หากอยู่ในบรรจุภัณฑ์ให้สังเกตวันหมดอายุ

เนื้อสุกรที่ดี

- สีชมพูอมแดง ละเอียด ไม่ซ้ำเลือด ไม่มีสีเขียว
- เนื้อนุ่มแน่น ผิวเป็นมัน
- ไขมันควรเป็นสีขาวขุ่น
- เมื่อใช้นิ้วแตะต้องไม่เป็นรอยบุ๋มค้าง
- ไม่มีกลิ่นเหม็น ไม่เป็นเมือก
- หากอยู่ในบรรจุภัณฑ์ให้สังเกตวันหมดอายุ
- ไม่ควรเลือกเนื้อสุกรที่มีสีแดงเกินไป และมีชั้นไขมันบาง เพราะอาจมีสารเร่งเนื้อแดง



เนื้อโคที่ดี



- สีแดงสม่ำเสมอตลอดทั้งชิ้น มีไขมัน (marbling) แทรกกระจายอยู่ในชิ้นเนื้อ
- ไม่ซ้ำเลือด ไม่แห้ง
- เมื่อใช้นิ้วกดแล้วไม่เป็นรอยบุ๋มค้าง
- ไม่มีกลิ่นเหม็นและไม่เป็นเมือก
- หากอยู่ในบรรจุภัณฑ์ให้สังเกตวันหมดอายุ

เลือกซื้องนมอย่างไรให้ปลอดภัยต่อสุขภาพ



สังเกตฉลาก ต้องแสดงข้อมูลครบถ้วน

ฉลากผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มทุกประเภทต้องแสดงชื่ออาหาร
ชื่อและที่ตั้งผู้ผลิตหรือผู้แบ่งบรรจุ ปริมาณสุทธิ ส่วนประกอบ
ที่สำคัญ วันเดือนปีที่ผลิตหรือวันเดือนปีที่หมดอายุ



สังเกตภาชนะบรรจุ ต้องอยู่ในสภาพเรียบร้อย ไม่รั่ว ไม่ซึม

ไม่บวม และไม่ฉีกขาด และควรเลือกซื้องนม ที่บรรจุในภาชนะ
ที่มีเครื่องหมายของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อ.ย.)



ดูวิธีการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์นมว่ามีการเก็บรักษาในอุณหภูมิที่เหมาะสมหรือไม่ ถ้าเป็นนมพาสเจอร์ไรส์
ควรเก็บในตู้เย็นที่ควบคุมอุณหภูมิ 2-5 °C ถ้าเป็นนม ยู เอช ที ต้องไม่วางซ้อนกันจนสูงเกินไป ไม่วางตากแดด
หรือใกล้แหล่งความร้อนอื่นๆ และบริเวณที่เก็บต้องสะอาด สามารถป้องกันสัตว์กัดแทะได้ด้วย

เลือกซื้อไข่สดอย่างไร ให้ปลอดภัยต่อสุขภาพ

- เลือกไข่มีสีนวล สะอาด ผิวเรียบ แข็ง
เปลือกต้องไม่บางหรือนิ่ม ไม่มีรอยแตก หรือรอยบุบ
- ควรเลือกซื้อไข่ที่บรรจุในภาชนะหรือถาดที่สะอาด
ต้องไม่มีมูลสัตว์ติดมาหรือเปื้อนที่เปลือกไข่
- ดูเปลือกไข่ ไข่ไก่ที่สดจะมีผิวคล้ายแป้งฉาบติดอยู่
จับดูแล้วเนียนมือ หากเปลือกไข่ลื่นมันแสดงว่าเป็นไข่เก่า
- เลือกซื้อไข่สดจากสถานที่จำหน่ายที่ผ่านการรับรอง
จากกรมปศุสัตว์



การเก็บรักษาสินค้าปศุสัตว์แต่ละประเภท

เนื้อสัตว์

เก็บไว้ในตู้เย็นที่อุณหภูมิไม่เกิน $4\text{ }^{\circ}\text{C}$

สามารถเก็บได้ไม่เกิน 7 วัน

เก็บไว้ในช่องแช่แข็งที่มีอุณหภูมิต่ำกว่า $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$

สามารถเก็บได้นานถึง 12-18 เดือน

หากเก็บเนื้อสัตว์ในที่มีอุณหภูมิสูงกว่า $10\text{ }^{\circ}\text{C}$

จะทำให้เชื้อจุลินทรีย์บางชนิดเพิ่มจำนวนได้รวดเร็วและอาจก่อสารพิษในอาหารได้ สารพิษบางชนิดแม้ผ่านการปรุงสุกก็ไม่สลายโดยความร้อนที่ปรุงอาหารตามปกติ เป็นสาเหตุให้ผู้บริโภคเนื้อสัตว์ดังกล่าวป่วยหรือเสียชีวิตได้



เนื้อสัตว์แช่เย็น



ข้อดีของเนื้อสัตว์แช่เย็น

การลดอุณหภูมิเป็นการชะลอ
การเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์

.....
คงคุณค่าทางโภชนาการได้ดี

.....
ช่วยลดการสูญเสียน้ำ (Drip Loss)
ที่ทำให้เนื้อสูญเสียน้ำหนักได้

.....
อุณหภูมิที่เหมาะสมในการเก็บรักษา
เนื้อสัตว์ คือไม่เกิน 4°C ซึ่งสามารถเก็บได้
ไม่เกิน 7 วัน



เนื้อสัตว์แช่เย็น คือ เนื้อสัตว์ที่ผลิตโดยผ่านกรรมวิธี

การลดอุณหภูมิให้อยู่ที่ 0-4 °C

แล้วนำไปตัดแต่งเป็นชิ้นส่วนต่าง ๆ ในห้องที่ควบคุมอุณหภูมิ รวมถึง
มีการควบคุมอุณหภูมิในระหว่างการขนส่งและจุดจำหน่ายเนื้อสัตว์ด้วย

การเก็บรักษาสินค้าแปรรูป แต่ละประเภท - นม

นมพลาสเจอร์ไรส์

เก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิ
2 - 5°C เก็บได้ 10 วัน



นมสเตอร์ไรส์

เก็บที่อุณหภูมิปกติ
เก็บได้ 12 เดือน
ไม่ควรถูกแสงแดดโดยตรง



นมยูเอชที (UHT)

เก็บที่อุณหภูมิปกติ เก็บได้ 6 เดือน
ไม่ควรถูกแสงแดดโดยตรงและไม่ควรเก็บซ้อนกันหลายชั้น



โยเกิร์ต

เก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิ
2 - 5°C เก็บได้ 10 วัน

ข้อควรรู้



หากเปิดภาชนะบรรจุนมแล้ว
บริโภคไม่หมดต้อง
เก็บไว้ในตู้เย็นเสมอ

ถ้านมถูกบรรจุอยู่ในภาชนะ
โลหะ นมอาจทำปฏิกิริยากับ
ภาชนะได้ จึงควรถ่ายนม
ใส่ภาชนะที่สะอาด มีฝา
ปิดมิดชิดก่อนนำเข้าตู้เย็น

การเก็บรักษาสินค้าปศุสัตว์ แต่ละประเภท - ไช้สด

- หากเก็บไว้ที่อุณหภูมิปกติ สามารถเก็บไว้ได้ประมาณ 7 วัน
- หากเก็บไว้ในที่เย็น ที่อุณหภูมิประมาณ 5°C หรือต่ำกว่า แต่ไม่ควรแช่แข็ง สามารถเก็บไว้ได้ประมาณ 14 วัน
- วางไข่โดยเอาด้านแหลมลง ด้านป้านขึ้น จะช่วยทำให้ไข่แดงไม่แตกได้ง่าย
- ในกรณีไข่แตก ควรต๋อยไข่ใส่ภาชนะไว้ เก็บไว้ในตู้เย็นได้ 2 - 3 วัน
- ไม่ควรล้างไข่ เพราะจะทำให้ฝุ่นแป้งหลุดออกไป เป็นการเปิดรูพรุน ทำให้เชื้อโรคผ่านเข้าไปได้ หากกลัวว่าจะไม่สะอาด ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาด ๆ เช็ดให้แห้ง แล้วทาน้ำมันพืชโดยรอบเปลือกไข่



ช่องแช่แข็ง

< -18°



ช่องเย็นที่สุด

0°-5°



ช่องเย็นธรรมดา

5°-7°



ช่องเก็บผักและผลไม้

8°-10°



อุณหภูมิ

ภายในตู้เย็น

โดยประมาณ

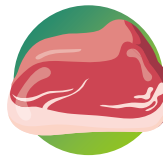
อุณหภูมิที่เหมาะสม
เพื่อความสดใหม่
ของอาหารได้ยาวนาน



การเก็บรักษาสินค้าปศุสัตว์แต่ละประเภทในตู้เย็นให้นานและสดใหม่

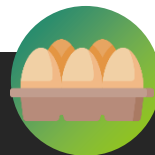
ตราสัญลักษณ์

ในการเลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ปลอดภัย



เนื้อนอามัย

เนื้อสุกร เนื้อสัตว์ปีก เนื้อโค รวมถึงเครื่องใน
ที่อยู่ในสภาพแช่เย็นหรือแช่แข็ง เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผ่านขั้นตอน
ที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้



ไข่นอามัย

ไข่ไก่และไข่เป็ดที่ปลอดสารตกค้าง เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผ่านขั้นตอน
ที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้

ตราสัญลักษณ์

ในการเลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ปลอดภัย



ปศุสัตว์ OK

สถานที่จำหน่ายเนื้อสัตว์และไข่สด

ที่มาจากแหล่งผลิตที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้



ปศุสัตว์อินทรีย์

ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการเลี้ยงภายใต้หลักธรรมชาติ

โดยปราศจากวัตถุพิษสังเคราะห์หรือสารเคมี





ปศุสัตว์



ปลอดภัย ใส่ใจผู้บริโภค

เลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ครั้งใด
ให้มองหาสัญลักษณ์ **ปศุสัตว์ OK**

ปลอดภัย ปลอดโรค ปลอดภัย ไว้ใจกรมปศุสัตว์



กรมปศุสัตว์



กระทรวงเกษตรและสหกรณ์

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ : กรมปศุสัตว์ และ สำนักงานปศุสัตว์จังหวัดทั่วประเทศ / <http://certify.dld.go.th>