

1 มิถุนายน วันดื่มนมโลก อย. แนะนำเลือกซื้อนมพร้อมดื่มให้ปลอดภัย



1 มิถุนายน ตรงกับวันดื่มนมโลก หรือ World Milk Day อย. ขอเชิญชวนคนไทยเลือกซื้อนมพร้อมดื่มที่มีคุณภาพได้รับเลขสารบบอาหาร มีข้อมูลบนฉลากครบถ้วน พร้อมวิธีเก็บรักษานมเพื่อคงคุณภาพ ป้องกันปัญหานมเน่าเสียก่อนบริโภค

นายแพทย์วิฑิต สฤกษ์ชัยกุล รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เปิดเผยว่า วันที่ 1 มิถุนายน ของทุกปีตรงกับวันดื่มนมโลก หรือ World Milk Day เพื่อให้ประเทศต่าง ๆ และองค์กรให้ความสำคัญและสนับสนุนการบริโภคนมแก่ประชาชน สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) จึงขอเชิญชวนคนไทยเลือกซื้อนมที่มีคุณภาพเพื่อความปลอดภัย โดยเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมที่แสดงเลขสารบบอาหาร 13 หลัก และมีข้อมูลบนฉลากครบถ้วน เช่น ชื่ออาหาร ชื่อที่ตั้งผู้ผลิต ผู้แบ่งบรรจุ ปริมาณสุทธิ ส่วนประกอบสำคัญ วันเดือนปีที่ผลิต วันเดือนปีที่หมดอายุ รวมทั้งภาชนะบรรจุต้องอยู่ในสภาพเรียบร้อย ไม้รั่ว ไม้ซึม ไม้บวม ไม้มีรอยฉีกขาด และควรเลี่ยงการซื้อนมจากร้านค้าที่มีการเก็บผลิตภัณฑ์นมเพื่อจำหน่ายแบบไม่เหมาะสม

นอกจากการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมที่มีคุณภาพแล้ว การเก็บรักษานมก็ถือเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อคุณภาพของนม ปัจจุบันในท้องตลาดมีการจำหน่ายนมหลากหลายประเภท ซึ่งมีวิธีการเก็บรักษาแตกต่างกัน ดังนี้

1. นมพาสเจอร์ไรส์ ควรเก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิไม่เกิน 8 °C ตลอดเวลา เก็บได้นานประมาณ 10 วันนับจากวันที่บรรจุ ในกรณีที่ดื่มไม่หมดต้องการเก็บไว้ดื่มอีก ควรเทแบ่ง และควรบริโภคให้หมดโดยเร็ว
2. นมยูเอชที ควรเก็บไว้ที่อุณหภูมิปกติ ไม้ควรโดนแดดโดยตรง ไม้เก็บซ้อนหลายชั้นเกินไป เก็บได้นานประมาณ 6 เดือน
3. นมเปรี้ยวพร้อมดื่มพาสเจอร์ไรส์ ถ้าเก็บในอุณหภูมิไม่เกิน 8 °C จะเก็บได้นานถึง 21 วัน
4. นมเปรี้ยวพร้อมดื่มยูเอชที เก็บได้ประมาณ 8 เดือน โดยไม่ต้องแช่เย็น
5. นมสเตอริไลส์ (กระป๋อง) เก็บได้นานประมาณ 12 เดือน โดยไม่ต้องแช่เย็น แต่ไม่ควรให้โดนแดดโดยตรง

ทั้งนี้ หากผู้บริโภคพบเห็นผลิตภัณฑ์นมที่แสดงฉลากไม่ถูกต้อง หรือไม่มีเลขสารบบอาหาร สามารถร้องเรียนหรือแจ้งเบาะแสได้ที่สายด่วน อย. 1556 หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดได้ทุกจังหวัด

วันที่เผยแพร่ข่าว 1 มิถุนายน 2565 ข่าวแจก 130 / ปีงบประมาณ พ.ศ. 2565