

# รวมมิตร พิชภัย หอย...ดิบ



## หอย

เป็นสัตว์ที่กินอาหารด้วยการกรอง โดยจะสะสมจุลินทรีย์และแบคทีเรียต่างๆ ไว้ในระบบย่อยของตัวเอง

หอยที่นิยมรับประทานกันบ่อยๆ เช่น หอยแครง หอยแมลงภู่ และหอยนางรม เพราะมีราคาถูก สามารถหาซื้อได้ง่าย หลายครั้งมักจะได้ยินว่า รับประทานหอยแล้วท้องเสีย อาหารเป็นพิษ อาจเนื่องมาจากการปนเปื้อนของเชื้อและพยาธิ ที่มากับหอยแต่ละชนิด



**พยาธิ** เช่น พยาธิปอด หากกินหอยดิบที่มีตัวอ่อนพยาธิชนิดนี้ เข้าไปพยาธิจะเข้าสู่ร่างกายไปตามกระแสเลือด และเคลื่อนที่เข้าสู่สมอง ทำให้เกิดการอักเสบในเยื่อหุ้มสมองได้

**เชื่อก่อโรค** ที่มักพบในหอย คือ เชื้อไวรัสโอ พาราฮีโมไลติคัส (Vibrio parahaemolyticus) และเชื้อไวรัสโอ วัลนิฟิคัส (Vibrio vulnificus) ซึ่งจะทำให้เกิดโรคระบบทางเดินอาหาร

## คำแนะนำในการบริโภค “หอย”

1. หลีกเลี่ยงการรับประทานหอยดิบหรือหอยที่ปรุงไม่สุก
2. ควรแยกอาหารสุกและดิบออกจากกัน ไม่วางปะปน
3. ควรล้างอุปกรณ์ที่ใช้ใส่อาหารทะเลดิบให้สะอาดก่อนนำไปใส่อาหารชนิดอื่น

อย่างไรก็ตามเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพควรรับประทานอาหารที่ปรุงสุก และหากมีอาการผิดปกติหลังรับประทานอาหารที่ปรุงไม่สุก ให้รีบไปพบแพทย์ทันทีเพื่อรับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง

“ด้วยความห่วงใย  
จากกรุงเทพมหานคร”



สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร



@FOODSANITATION



Food Sanitation Division Health Department BMA

แหล่งข้อมูล: สืบค้นจาก <https://www.doctor.or.th/article/detail/3323> (15 พ.ย. 2565) ระวังอาหารทะเลจานโปรด (ออนไลน์).

สืบค้นจาก <https://shorturl.asia/mnOwl> (15 พ.ย. 2565) ไวรัสโอ พาราฮีโมไลติคัส (ออนไลน์).

สืบค้นจาก <https://www.si.mahidol.ac.th/th/healthdetail.asp?aid=876> (15 พ.ย. 2565) พยาธิขึ้นสมอง...กับอาหารสุกๆดิบๆ (ออนไลน์).