



# การเลือกซื้อสินค้า

## ปศุสัตว์ปลอดภัย



# อันตรายจากการเลือกซื้อ สินค้าปศุสัตว์ที่ไม่ถูกสุขอนามัย



คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย  
ปวดท้อง อาหารเป็นพิษ  
มีไข้ ถ่ายเป็นเลือด



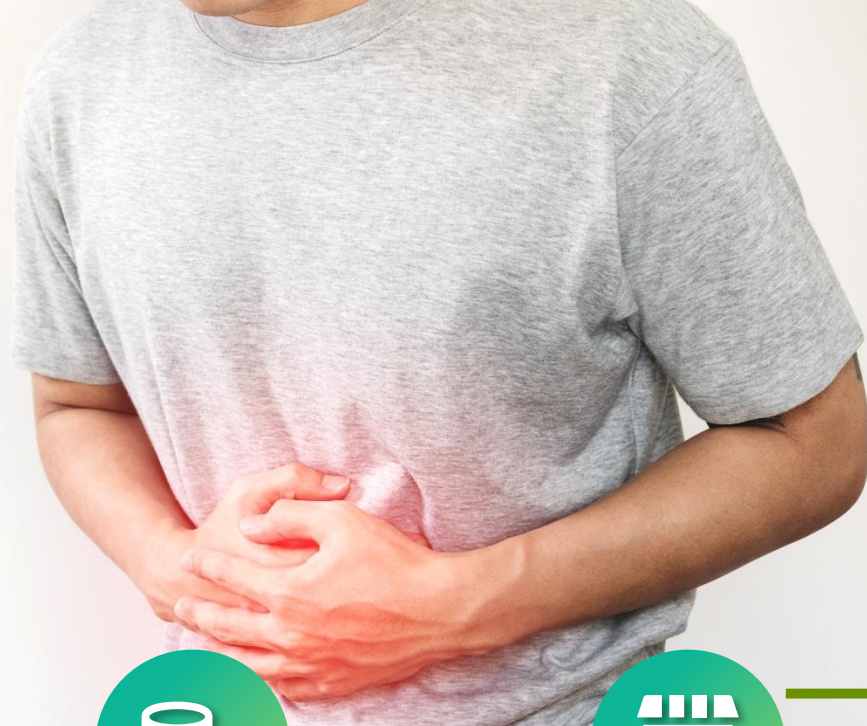
ส่งผลโดยตรง  
ต่อสุขภาพ



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

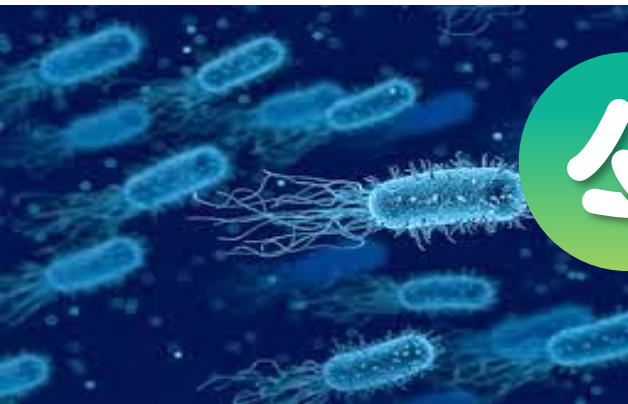
สามารถเกิดขึ้นได้ทุกขั้นตอนห่วงโซ่อาหาร ตั้งแต่การเพาะปลูก การเลี้ยง การดูแลหลังการเก็บเกี่ยว การขนส่ง การผลิต การแปรรูป การบรรจุ การเก็บรักษาและการขนส่งผลิตภัณฑ์ การบริการ ตลอดจนการบริโภคของผู้บริโภค



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

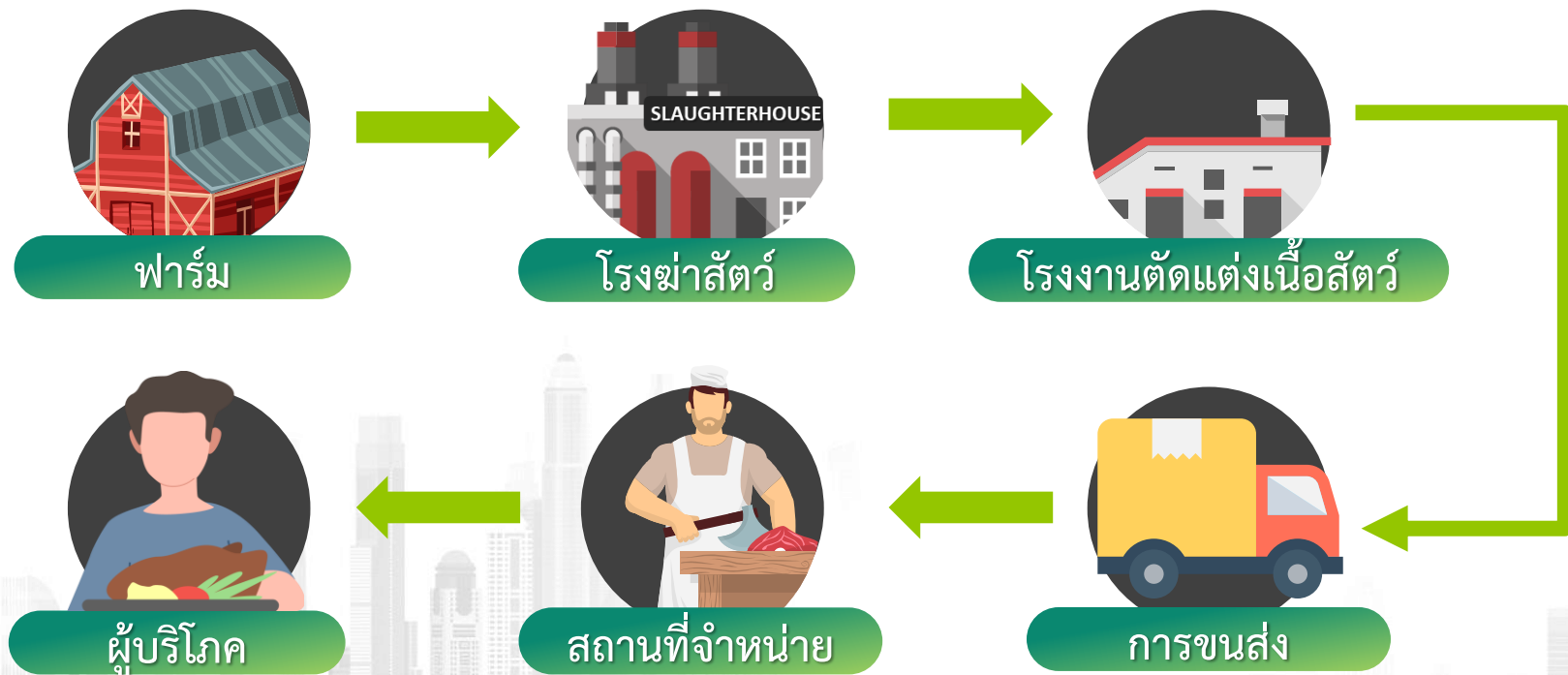


อันตรายเหล่านี้อาจมาจากวัตถุดิบหรือจากขั้นตอนต่างๆ

ของกระบวนการผลิต ซึ่งหากบริโภคอาหารที่มีการปนเปื้อน  
จากเชื้อแบคทีเรีย ไวรัส หรือ ปรสิต เข้าไปก็จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยได้

# ห่วงโซ่การปนเปื้อนในอาหาร

การปนเปื้อนอาจเกิดขึ้นได้จากหลายขั้นตอน ดังนี้



# เลือกซื้อเนื้อสัตว์อย่างไร ให้ปลอดภัยต่อสุขภาพ



ควรคำนึงถึงคุณภาพและความปลอดภัย  
โดยสังเกตจากลักษณะภายนอก



เลือกซื้อเนื้อสัตว์ที่ผลิตจากโรงฆ่าสัตว์  
ที่ได้รับใบอนุญาตถูกต้องตามกฎหมาย



เลือกซื้อเนื้อสัตว์จากสถานที่จำหน่ายที่สะอาด  
มีการดูแลรักษาความสะอาดเป็นอย่างดี



เลือกซื้อเนื้อสัตว์จากแหล่งผลิตหรือสถานที่  
จำหน่ายที่ผ่านการรับรองมาตรฐานจากกรมปศุสัตว์





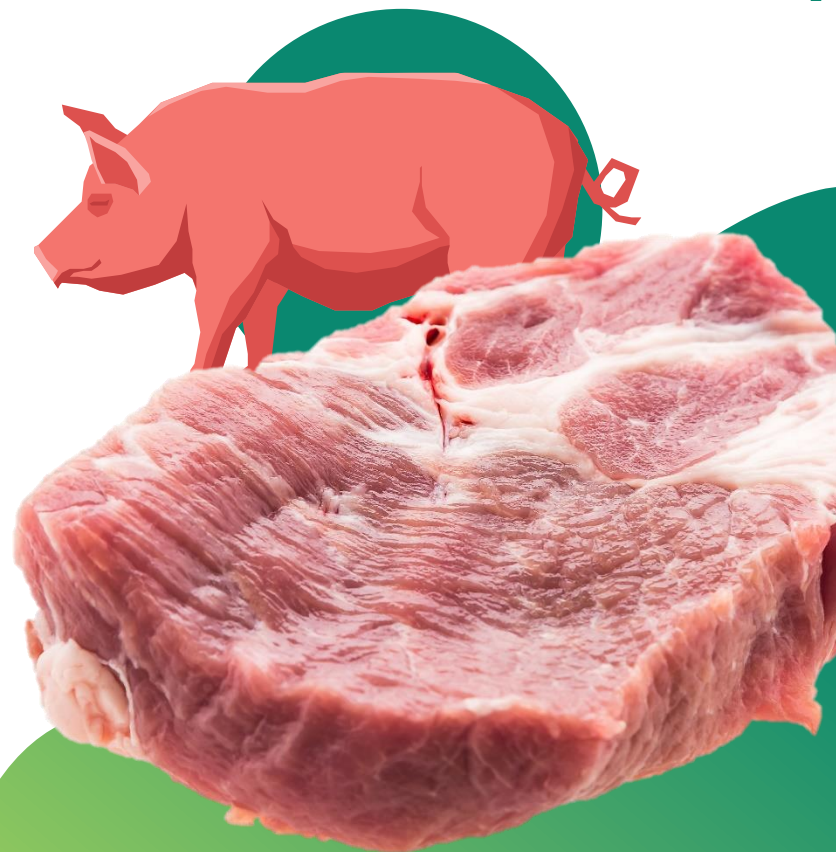
# เนื้อไก่และเนื้อเป็ดที่ดี



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

# เนื้อสุกรที่ดี

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



# เนื้อโคที่ดี



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

# เลือกซื้อนมอย่างไรให้ปลอดภัยต่อสุขภาพ



สังเกตฉลาก ต้องแสดงข้อมูลครบถ้วน

ฉลากผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มทุกประเภทต้องแสดงชื่ออาหาร  
ชื่อและที่ตั้งผู้ผลิตหรือผู้แบ่งบรรจุ ปริมาณสุทธิ ส่วนประกอบ  
ที่สำคัญ วันเดือนปีที่ผลิตหรือวันเดือนปีที่หมดอายุ



สังเกตภาชนะบรรจุ ต้องอยู่ในสภาพเรียบร้อย ไม่รั่ว ไม่ซึม

ไม่บวม และไม่ฉีกขาด และควรเลือกซื้อนม 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  $4^{\circ}\text{C}$

สามารถเก็บได้ไม่เกิน 7 วัน

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

สามารถเก็บได้นานถึง 12-18 เดือน

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

จะทำให้เชื้อจุลินทรีย์บางชนิดเพิ่มจำนวนได้รวดเร็วและอาจก่อสารพิษในอาหารได้  
สารพิษบางชนิดแม้ผ่านการปรุงสุกก็ไม่สลายโดยความร้อนที่ปรุงอาหารตามปกติ  
เป็นสาเหตุให้ผู้บริโภคเนื้อสัตว์ดังกล่าวป่วยหรือเสียชีวิตได้



# เนื้อสัตว์แช่เย็น



## ข้อดีของเนื้อสัตว์แช่เย็น

การลดอุณหภูมิเป็นการชะลอ  
การเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์

.....  
คงคุณค่าทางโภชนาการได้ดี

.....  
ช่วยลดการสูญเสีย น้ำ (Drip Loss)  
ที่ทำให้เนื้อสูญเสียน้ำหนักได้

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



เนื้อสัตว์แช่เย็น คือ เนื้อสัตว์ที่ผลิตโดยผ่านกรรมวิธี

การลดอุณหภูมิให้อยู่ที่ 0-4 °C

แล้วนำไปตัดแต่งเป็นชิ้นส่วนต่าง ๆ ในห้องที่ควบคุมอุณหภูมิ รวมถึง  
มีการควบคุมอุณหภูมิในระหว่างการขนส่งและจุดจำหน่ายเนื้อสัตว์ด้วย

# การเก็บรักษาสินค้าปศุสัตว์ แต่ละประเภท - นม

## นมพลาสเจอร์ไรส์

เก็บในตู้เย็นที่อุณหภูมิ  
2 - 5°C เก็บได้ 10 วัน



## นมสเตอริไลส์

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  
จะช่วยให้ไข่แดงไม่แตกได้ง่าย
- ในกรณีไข่แตก ควรต่อยไข่ใส่ภาชนะไว้  
เก็บไว้ในตู้เย็นได้ 2 - 3 วัน
- ไม่ควรล้างไข่ เพราะจะทำให้ฝุ่นแบงหลุดออกไป  
เป็นการเปิดรูพรุน ทำให้เชื้อโรคผ่านเข้าไปได้ หากกลัวว่าจะไม่สะอาด  
ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาด ๆ เช็ดให้แห้ง แล้วทาน้ำมันพืชโดยรอบเปลือกไข่



ช่องแช่แข็ง

$< -18^{\circ}$



ช่องเย็นที่สุด

$0^{\circ}-5^{\circ}$



ช่องเย็นธรรมดา

$5^{\circ}-7^{\circ}$



ช่องเก็บผักและผลไม้

$8^{\circ}-10^{\circ}$



อุณหภูมิ

ภายในตู้เย็น

โดยประมาณ

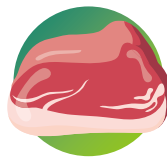
อุณหภูมิที่เหมาะสม  
เพื่อความสดใหม่  
ของอาหารได้ยาวนาน



การเก็บรักษาสินค้าปศุสัตว์แต่ละประเภทในตู้เย็นให้นานและสดใหม่

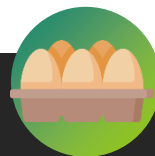
# ตราสัญลักษณ์

ในการเลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ปลอดภัย



## เนื้ออนามัย

เนื้อสุก เนื้อสัตว์ปีก เนื้อโค รวมถึงเครื่องใน  
ที่อยู่ในสภาพแช่เย็นหรือแช่แข็ง เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผ่านขั้นตอน  
ที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้



## ไข่อนามัย

ไข่ไก่และไข่เป็ดที่ปลอดสารตกค้าง เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผ่านขั้นตอน  
ที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้

# ตราสัญลักษณ์

## ในการเลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ปลอดภัย



ปศุสัตว์ OK

สถานที่จำหน่ายเนื้อสัตว์และไข่สด

ที่มาจากแหล่งผลิตที่ได้มาตรฐานสามารถตรวจสอบย้อนกลับได้



ปศุสัตว์อินทรีย์

ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการเลี้ยงภายใต้หลักธรรมชาติ

โดยปราศจากวัตถุอันตรายสังเคราะห์หรือสารเคมี







ปศุสัตว์



ปลอดภัย ใส่ใจผู้บริโภค

เลือกซื้อสินค้าปศุสัตว์ครั้งใด  
ให้มองหาสัญลักษณ์ **ปศุสัตว์ OK**

ปลอดภัย ปลอดโรค ปลอดภัย ไวใจกรมปศุสัตว์



กรมปศุสัตว์



กระทรวงเกษตรและสหกรณ์

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