มันกุ้ง คืออะไร ไขข้อสงสัยอันตรายจริงหรือ

มันกุ้ง คืออะไร กินแล้วเป็นอันตรายต่อสุขภาพจริงดังที่มีฟอร์เวิร์ดเมลกล่าวอ้างหรือไม่ ได้เวลามาร่วมไขข้อสงสัยให้กระจ่างไปด้วยกัน

เชื่อว่าหลาย ๆ คนคงจะเคยได้รับฟอร์เวิร์ดเมลเกี่ยวกับอันตรายของมันกุ้ง อาหารสุดโปรดปรานที่หาทานได้ยากนี้กันใช่ไหมคะ **ซึ่งมีเนื้อหาว่ามันกุ้งนั้นเป็นอันตรายต่อคนเราเพราะส่วนของมันกุ้งคือตับกุ้งที่ทำหน้าที่เป็นตัวกรองสารพิษและเชื้อโรคต่าง ๆ มันกุ้งจึงเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคและสารพิษตกค้าง หากเรารับประทานเข้าไปก็จะได้รับสารอันตรายเหล่านั้นด้วย** แถมยังมีการอ้างว่าข้อมูลนี้มาจากสถาบันวิจัยสุขภาพสัตว์น้ำจืด สำนักวิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืด กรมประมง ทำให้เรื่องนี้ดูน่าเชื่อถือมากขึ้น และทำให้หลาย ๆ คนที่ได้อ่านฟอร์เวิร์ดเมลดังกล่าวรู้สึกหวาดกลัวและไม่ยอมรับประทานมันกุ้งอีก แต่บางคนก็อาจจะสงสัยว่าที่จริงแล้วมันอันตรายหรือไม่ ฟอร์เวิร์ดเมลที่ได้รับเป็นความจริงหรือเปล่า วันนี้กระปุกดอทคอมเลยขอนำข้อเท็จจริงมาบอกเล่าให้ฟังกันค่ะ ใครที่กำลังช่างใจเรื่องนี้ลองมาดูกันค่ะ

ก่อนอื่นต้องบอกว่า มันกุ้งไม่ใช่ไขมันของกุ้ง แต่เป็นตับของกุ้ง ซึ่งทำหน้าที่เช่นเดียวกับตับของสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ นั้นเอง ซึ่งจากการตรวจสอบข้อมูลเรื่องนี้ พบว่า บล็อกลุงแจ่ม คมชัดลึก และเว็บไซต์เดลินิวส์ออนไลน์ ได้ลงบทสัมภาษณ์ของ **ดร.สมเกียรติ์ กาญจนาคาร นักวิชาการประมงชำนาญการพิเศษ สถาบันวิจัยสุขภาพสัตว์น้ำจืด สำนักวิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืด กรมประมง ซึ่งชี้แจงถึงเรื่องนี้ว่า ข้อมูลที่ถูกเผยแพร่ออกไปนั้นไม่เป็นความจริง เพราะทางสถาบันไม่ได้เป็นคนส่งฟอร์เวิร์ดเมลดังกล่าว**

โดย ดร.สมเกียรติ์ ได้กล่าวว่า แม้มันกุ้งหรือตับของกุ้งนี้จะเป็นส่วนที่ย่อยอาหารของกุ้งก็จริง แต่เรื่องการเป็นแหล่งสะสมของโรคและสารพิษรวมถึงโลหะหนักที่กุ้งได้รับนั้น **ยังไม่มีข้อมูลวิจัยใด ๆ ยืนยันได้ว่าจริงหรือไม่ นอกจากนี้ก็ยังไม่มีรายงานใด ๆ พบว่าโรคในกุ้งสามารถติดต่อไปสู่คนได้** จึงไม่อยากให้ผู้ที่ได้รับข่าวสารตื่นตระหนกกับข้อมูลที่ได้รับ แต่ก็ควรจะรับประทานกุ้งที่สุกด้วยความร้อน เพราะเชื้อโรคในกุ้งจะตายหมด ทำให้มั่นใจได้มากขึ้นค่ะ

ถึงอย่างไรก็ตามเราก็ไม่ควรรับประทานกุ้งมากเกินไป เพราะกุ้งเป็นแหล่งที่อุดมไปด้วยคอเลสเตอรอลที่สูง ถ้าหากรับประทานมากเกินไปก็อาจจะทำให้เกิดภาวะไขมันในเลือดสูงได้ แถมราคาของมันกุ้งก็ยังสูงอีกด้วย ถึงแม้ว่าจะอร่อยก็อาจจะทำให้เป็นโรคทรัพย์จางได้นะเนี่ย เพราะฉะนั้น ถ้าหากเลี่ยงได้ก็อย่ารับประทานบ่อยเลยเนอะ จะได้ไม่ต้องมานั่งกลุ้มใจกับปัญหาสุขภาพที่จะมาเยือนไงล่ะ

ผู้หาข้อมูล : นายจรัส เกิดโพชา
ที่มา: http://health.kapook.com/