

วว.หนุนพัฒนา 'ข้าวอุดมซีลีเนียม' ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย

จากสถานการณ์การระบาดของไวรัสโควิด-19 เป็นปัจจัยกระตุ้นสำคัญที่ทำให้ผู้คนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพให้พร้อมต่อสู้กับโรคภัยที่อยู่รอบตัว โดยสิ่งที่จะช่วยให้รอดพ้นจากการเจ็บไข้ คือ การรักษาร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ รวมทั้งเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคของตัวเองให้ทำงานได้ดี เพื่อปกป้องจากการติดเชื้อโรคต่างๆ

กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย (วว.) โดยศูนย์เชี่ยวชาญนวัตกรรมเกษตรสร้างสรรค์ (ศนก.) ตระหนักและเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าวภายใต้การขับเคลื่อน BCG โมเดลได้ทำการสำรวจ "ข้าว" ซึ่งเป็นอาหารหลักในชีวิตประจำวันของคนไทย โดยพบว่าข้าวหอมมะลิ (ข้าวนาปี) มีความสามารถในการสะสมซีลีเนียมมากกว่าข้าวพันธุ์อื่นๆ (ข้าวนาปรัง) โดยซีลีเนียมนั้นเป็นแร่ธาตุที่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ เช่นเดียวกับวิตามินซี วิตามินอี หรือวิตามินเอ ทำหน้าที่ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ซึ่งร่างกายต้องการซีลีเนียมทุกวันในปริมาณน้อยๆ แต่ขาดไม่ได้ หากขาดจะทำให้ติดเชื้อได้ง่ายขึ้น

นอกจากนี้ วว. ยังศึกษาพบว่า ข้าวหอมมะลิที่ปลูกในพื้นที่ภาคกลาง มีปริมาณซีลีเนียมเป็นองค์ประกอบเพียง 0.5-3.8 ไมโครกรัม/100 กรัม และข้าวพันธุ์อื่นๆ พบมีซีลีเนียมในเมล็ดน้อยกว่า 2.5 ไมโครกรัม/100 กรัม ซึ่งเป็นปริมาณที่น้อยเมื่อเทียบกับปริมาณที่ร่างกายต้องการ โดยความต้องการซีลีเนียมต่อวันจะแตกต่างกันออกไปตามช่วงวัย ดังนี้ 1.วัยเด็ก อายุ 1-3 ปี ต้องการ 20-90 ไมโครกรัม/วัน อายุ 4-8 ปี ต้องการ 30-150 ไมโครกรัม/วัน 2.เด็กโต อายุ 9-12 ปี ต้องการ 40-280 ไมโครกรัม/วัน 3.วัยรุ่น ผู้ใหญ่ อายุ 13-60 ปี ต้องการ 55-400 ไมโครกรัม/วัน 4.ผู้

สูงอายุ อายุ 61 ปีขึ้นไป ต้องการ 55-400 ไมโครกรัม/วัน

จากผลการศึกษา วว. จึงมีแนวคิดเสริมแร่ธาตุซีลีเนียมในข้าว ซึ่งเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการผลิตอาหารเชิงหน้าที่ด้วยการเพิ่มคุณค่าอาหารในข้าวผ่านการให้ปุ๋ย โดย



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย : สำนักโภชนาการ

สแกนคิวอาร์โค้ด
รับความรู้เรื่อง COVID-19

เผยแพร่ : 31 มีนาคม 2563



เป็นวิธีการที่ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ไม่ต้องพึ่งพาเครื่องมือขั้นสูง เกษตรกรสามารถผลิตได้เอง และเป็นการเพิ่มผลิตภัณท์ทางเลือกสุขภาพที่ปลอดภัย เข้าถึงได้ง่ายแก่ผู้บริโภค โดยร่วมกับเกษตรกรผู้ผลิตข้าวปลอดภัยบ้านวังบัว

จังหวัดนครนายก ทดลองผลิตข้าวขาวดอกมะลิ 105 อุดมซีลีเนียม ประสบผลสำเร็จได้ผลผลิตข้าวที่มีซีลีเนียม

11 ไมโครกรัม/100 กรัม และร่วมกับเกษตรกร อำเภอบางเลน จังหวัดนครปฐม ทดลองผลิตข้าว กข.43 อุดมซีลีเนียม โดยได้ข้าวที่มีซีลีเนียม 3 ไมโครกรัม/100 กรัม

ปัจจุบันภายใต้โครงการยกระดับเศรษฐกิจในพื้นที่ระเบียงเศรษฐกิจพิเศษภาคกลางตะวันตกด้วย BCG โมเดล

ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ วว. นำองค์ความรู้การผลิตข้าวอุดมซีลีเนียมไปส่งเสริมให้กับเกษตรกรผู้สนใจในพื้นที่จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 4 ราย นำโดย นายสวัสดิ์ ชีพบุรรัตน์ ประธานศูนย์การเรียนรู้การเพิ่มประสิทธิภาพการผลิตสินค้าเกษตร อำเภอเมืองสุพรรณบุรี โดยรอบแรกสามารถผลิตข้าวหอมมะลิ 105 ที่มีซีลีเนียม 3.5 ไมโครกรัม/100 กรัม

นอกจากนี้ วว. ยังได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) นำองค์ความรู้การผลิตข้าวอุดมซีลีเนียมและการผลิตปุ๋ยอินทรีย์เคมีเสริมซีลีเนียม ในการดำเนิน โครงการศูนย์ BCG Farming ต้นแบบเพื่อการสร้างชุมชนพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน อ.เกาะสมุย จ.สุราษฎร์ธานี พร้อมทั้งจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อขยายผลไปสู่เกษตรกรนอกวิทยาลัยที่นำร่องโครงการคือวิทยาลัยอาชีวศึกษากาวันนาโพธิ์คุณ โดยประสบความสำเร็จสามารถจัดทำแปลงผลิตข้าวเสริมซีลีเนียมจำนวน 7 แปลง สามารถสร้างอาชีพให้แก่พี่น้องประชาชน ทำให้เกิดรายได้และเป็นต้นแบบเพื่อการสร้างชุมชนพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

ทั้งนี้ ในการผลิตข้าวอุดมซีลีเนียมเกษตรกรสามารถขอรับคำแนะนำจากนักวิจัย วว. เพื่อประเมินปริมาณซีลีเนียมภายในดิน โดยเปรียบเทียบกับแผนที่แสดงการแจกกระจายซีลีเนียมในดินของประเทศไทย จากนั้น วว. จะปรับสูตรหรือปริมาณปุ๋ยเสริมธาตุซีลีเนียมให้เหมาะสมเพื่อส่งมอบให้เกษตรกรนำไปทดลองใช้สำหรับการผลิตข้าวในพื้นที่นั้นๆ จากนั้นเมื่อลงมือปลูกข้าวและได้ผลผลิตข้าวแล้วจะมีการตรวจวิเคราะห์อีกครั้งเพื่อความมั่นใจในคุณภาพของผลิตภัณฑ์



นอกจากนี้ของเหลือทิ้งจากกระบวนการผลิตข้าวอุดมซีลีเนียม คือ ฟางข้าว ซึ่งยังมีปริมาณซีลีเนียมสูง สามารถนำไปต่อยอดเพาะเห็ดเศรษฐกิจ เช่น เห็ดนางรมเทา และเห็ดนางรมอังการีโดยฟางข้าวที่มีซีลีเนียมสูงจะช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโตของเห็ดทำให้จำนวนดอกต่อช่อเพิ่มขึ้น ได้ผลผลิตดอกเห็ดที่มีคุณภาพในปริมาณที่มากขึ้น และที่สำคัญมีซีลีเนียมสูงขึ้นด้วย

การผลิตข้าวและเห็ดอุดมด้วยซีลีเนียม ถือเป็นการสร้างมูลค่าเพิ่มให้แก่ผลผลิตที่ไม่ผ่านกระบวนการ มีต้นทุนเพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 1 แต่สามารถสร้างรายได้เพิ่มขึ้นมากกว่าร้อยละ 20 ดังนั้นในสถานการณ์ที่ได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ผลงานวิจัยและพัฒนา ข้าวอุดมซีลีเนียม จึงเป็นอีกหนึ่งนวัตกรรมทำเงินที่ วว. พร้อมสนับสนุนให้มีการนำไปใช้ให้แพร่หลายและก่อให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจในครัวเรือนและประเทศชาติต่อไป