

ชื่อไข่ไก่ ไข่เป็ดมาแล้ว จะล้างหรือไม่ล้างดี?

‘ไก่’ กับ ‘ไข่’ อะไรมาก่อนกันครับ ตามใครดู ก็คงไม่มีใครยอมใคร
เหมือนจะเป็นปัญหาโลกแตกนะครับ ถ้าไปถามในรายการ “ถ้าคุณแม่...อย่าแพ้ ป.4”
คำถามรอบเจ็ดพิีอต ก็จะได้อำตอบว่า ‘ไก่’ มาก่อน ‘ไข่’ แน่แน่นอน
เพราะถ้าเรียงตามพยัญชนะไทย 44 ตัวแล้ว ก.ไก่ ต้องมาก่อน ข.ไข่
(ป.4 แล้วก็ 44 ตัว มีแต่เลข 4...ไว้หอยหรือปลานี่!)

เรื่อง : ผศ.นสพ.ดร.ศุภชัย เนื่อนวลสุวรรณ
ภาควิชาสัตวแพทย์สาธารณสุข คณะสัตวแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ภาพ : เอกภรณ์ ศรีพานิชย์



การล้างไข่ผิดตรงไหน

ปูจวา : คุณแม่ชื่อไข่ (ฟอง) มาจากตลาดสดข้างบ้าน ทั้งแบบ
โอท็อป(OTOP : One Taksin One Pochaman) เอสเอ็มอี
(SME) โชว์หน่วย หรือตลาดสดติดแอร์แบบ 7-eleven,
Minimart, Fresh mart, Carrefour, Lotus, Big C,
หรือ TOPS(ไม่ได้ค่าโฆษณาหรอกนะ) ควรจะล้างก่อนเก็บไหม

วัลลิษา : ทั้งนี้ คงจะต้องขึ้นอยู่กับความพอใจของคุณแม่ครับ
ตอบอย่างนี้ถี่ถ้วนประสาทนะ ...ไม่ได้ครับ เพราะกลุ่มประเทศยุโรป
ไม่อนุญาตให้มีการล้างไข่สำหรับบริโภค ตรงกันข้ามกับหลายๆ
ประเทศที่ให้มีการล้างทำความสะอาดไข่ได้ จะเห็นได้ว่ายังไม่มี
กฎเกณฑ์ตายตัวว่า “ควรจะล้างหรือไม่ควรล้างไข่ครับ”

สำหรับคุณแม่ที่ต้องการล้างฟองไข่ก่อนจะเก็บ คงเพราะคิดว่า
ต้องการกำจัดเชื้อโรคและสิ่งสกปรกต่างๆ ที่อาจจะติดมากับฟองไข่
ตลอดการเดินทางจากกันแม่ไก่มาจนถึงมือคุณแม่ ความคิดนี้ก็ไม่ได้
ผิดเลยครับ และการล้างฟองไข่ก็เป็นวิธีการหนึ่งในการกำจัดทั้งเชื้อโรค
และสิ่งสกปรกได้เป็นอย่างดี ทำให้เก็บไข่ได้นานขึ้นอีก เพราะเชื้อที่
จะทำให้ไข่เสียหรือเน่า ถูกเช็ดหรือออกจากบ้านทรายทองของฟองไข่
ไปแล้ว แต่มีหมายเหตุหนึ่งว่า คุณแม่จะต้องล้างฟองไข่ให้ถูกวิธี
นะครับ จึงจะสัมฤทธิ์ผลตามที่มุ่งมาดปรารถนากันในปฐมความคิด

ปูจวา : ผลพวงที่เกิดจากการล้างฟองไข่ที่ไม่ถูกวิธีเป็นไปบ้างครับ

วัลลิษา : ไม่เพียงแต่ความผันผวนสูงส่งของคุณแม่ที่จะได้เก็บไข่
ที่สะอาดจะไม่ถึงดวงดาวแล้ว การล้างฟองไข่แบบไม่ถูกวิธีจะยิ่ง
ทำให้เชื้อโรคและสิ่งสกปรกแทรกซึมฝังตัวลึกเข้าไปถึงด้านในของ
เปลือกไข่ซะอีก หลังจากนั้นแม้จะใช้ผงซักฟอกยี่ห้อไหน ที่โฆษณาว่า
สามารถกำจัดคราบฝังลึกได้ ก็คงจะเอาเชื้อโรคหรือสิ่งสกปรกใน
เปลือกไข่ออกได้ยากครับ

ผลที่ตามมา คือ การล้างฟองไข่ที่ไม่ถูกวิธี จะเป็นการเพิ่ม
จำนวนเชื้อโรคในฟองไข่โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เช่น ไข่ฟองที่ไม่มีเชื้อ
เลยตอนก่อนล้าง ก็พลันได้รับอานิสงส์เชื้อโรคหรือเชื้อจากไข่ฟอง
ที่สกปรกโดยที่ตัวเองมิได้ทำอะไรทั้งสิ้น ทำยสุดไข่ฟองที่มีเชื้ออยู่
เยอะเยอะรอบฟองไข่ แต่ยังไม่ได้มีโอกาสเข้าไปเจาะไข่แดง ก็คงฉวย
โอกาสอันดี ขณะที่คุณแม่ช่วยส่งกำลังใจและแรงเชียร์ ให้เชื้อโรคที่
เปลือกไข่ถูกดูดพร้อมกับน้ำล้างฟองไข่ โดยผ่านรูพรุนที่เปลือกไข่
เข้ามาด้านในของเปลือกไข่นั้นแหละครับ คงเห็นเส้นทางลำเลียง
คลังแสง อาวุธของเชื้อโรคผ่านเข้าสู่กองบัญชาการหลักของฟองไข่
แล้วนะครับ

เทคนิคการล้างทำความสะอาดไข่

ล้างไข่ทุกฟองพร้อมๆ กัน เมื่อเราตัดสินใจแล้วว่า จะล้างไข่แล้ว
ไข่รี ก็อย่าลังเลใจ สองมือสอดกระเป่า สองเท้าก้าวเข้ามา เพราะไม่
เช่นนั้นแล้ว ไข่ที่ดูเหมือนว่าสะอาด(โดยมิได้ล้าง) แต่อาจจะมีเชื้อ
โรคฝังตัวอยู่ทั้งภายนอกและภายในเปลือกไข่ เพราะเรามองไม่เห็น
เชื้อโรคได้ด้วยตาเปล่า จะได้รับการปฏิบัติเช่นเดียวกับไข่ที่ล้างอย่าง
สะอาดและถูกต้อง

ล้างฟองไข่ในน้ำที่อุ่นหรือมีอุณหภูมิสูงกว่าฟองไข่ ส่วนใหญ่แล้ว
เวลาคุณแม่ล้างไข่ ก็ใช้น้ำประปาที่เปิดจากก๊อกน้ำโดยตรงล้างไข่ใน
กะละมังเลย ถูกไหมครับ หมอขอแนะนำนิดหนึ่งว่า ควรใช้น้ำที่อุ่นหรือ
อุณหภูมิสูงกว่าฟองไข่มาล้างครับ(ระวังอย่าใช้น้ำร้อน เดี่ยวจะกลายเป็น
ลวกไข่แทน) เพราะการใช้น้ำที่อุ่นกว่าจะค่อยๆ ทำให้ไข่อุ่นขึ้น
ตามอุณหภูมิของน้ำที่ใช้ล้าง เมื่อไข่อุ่นขึ้นก็จะขยายตัวดันออกสู่
ภายนอก เป็นการป้องกันไม่ให้เชื้อโรคหรือสิ่งสกปรกในน้ำที่ล้างเข้า
มาภายในฟองไข่ คราวนี้ถ้าใช้น้ำประปาโดยตรงจากก๊อกน้ำ ความ
เย็นจากน้ำจะค่อยๆ ทำให้ไข่หดตัวลง(ลองถามท่านพ่อบ้านดูว่าจริง
หรือเปล่า) เกิดแรงดูดจากภายนอกเข้าสู่ภายใน(นักฟิสิกส์ช่วยยืนยัน
ให้ด้วยนะครับ) ดังนั้น เชื้อโรคหรือสิ่งสกปรกที่ตอนแรกอยู่ที่เปลือก
ไข่ดี ๆ ยังไม่ได้เข้าไปในฟองไข่ ตอนนี้ได้โอกาสทอง เชื้อโรคทั้งหลาย
ก็ “ได้เฮ” ถูกดูดกลับไปเปลือกไข่ก่อน แล้วผ่านรูที่เปลือกไข่
ได้เช็กอินเข้าโรงแรมไปตีฟูกอาศัยอยู่อย่างสบายใจในเนื้อไข่เลย
คราวนี้แทนที่จะเอาเชื้อโรคออกจากไข่ กลับไปเชื้อเชิญเชื้อโรคเข้ามา
ร่วมสังฆกรรมในฟองไข่ อย่างนี้ไม่เรียกว่า ทำให้ไข่เสีย ไข่เน่า
เร็วขึ้น ก็ไม่รู้จะเรียกว่ายังไงแล้วครับ

พยายามเปลี่ยนน้ำให้บ่อย เชื้อโรคและสิ่งสกปรกจากไข่ฟอง
แรกๆ ที่ออกมารวมพลกันอยู่ในน้ำ ก็สะสมกำลังพลมากขึ้น
เรื่อยๆ จากกองสิบก็จะกลายเป็นกองร้อย หรือกองทัพไปโน่นเลย
ทำให้ไข่ฟองท้ายๆ ที่ตอนก่อนล้าง อาจจะสะอาดกว่าไข่ฟองแรกๆ
แต่ต้องพลอยฟ้าพลอยฝน มีเชื้อโรคและสิ่งสกปรกมาเยี่ยม มาจับ
เกาะจนหวั่นไหวไม่ไหวก็เป็นได้ครับ

ไม่ล้างไข่มากเกินไป จะไปชะล้างกำจัดเมือกเคลือบไข่ ทำให้
ระบบป้องกันตัวเองของฟองไข่ที่แม่ไก่ให้มาตั้งแต่แรกเกิดสูญหายไป

ทำให้ไข่แห้งและเย็นเร็วที่สุดหลังการล้าง ความชื้นที่เปลือกไข่
และอุณหภูมิห้อง ทำให้เปลือกไข่มีโอกาสจับสิ่งสกปรกที่อาจจะ
สัมผัสกับเปลือกไข่ หรือจับกระทั่งสิ่งสกปรก เชื้อโรค ที่อาจจะล่อง
ลอยแกว่งตัวอยู่ในอากาศ ทำให้เชื้อโรคที่อาจจะกำจัดออกไปไม่หมด
หรือที่มากับอากาศ อาศัยความชื้นสร้างสภาวะที่เหมาะสม มีโอกาส
เพิ่มจำนวน ขยายวงค์พงศ์เผ่าของเชื้อโรคได้ **M**