

บทความเผยแพร่ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ช่วยเกษตรกร ช่วยชาติ

บริโภคหอมแดง หอมหัวใหญ่และกระเทียมไทย

หอมแดง หอมหัวใหญ่ และกระเทียม เป็นพืชที่ปลูกกันมากในภาคเหนือและภาคอีสานโดยผู้บริโภคนิยมนำมาเป็นเครื่องปรุงในการประกอบอาหารไทยเป็นส่วนใหญ่ อีกทั้งยังมีคุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการที่สำคัญมากมายหลายประการ กล่าวคือ

1. ลักษณะของหอมแดง หอมหัวใหญ่ กระเทียมไทย สายพันธุ์ไทย

- (1) หอมแดง มีหัวขนาดเล็ก กลิ่นฉุน รสชาติดี เมื่อนำไปประกอบอาหารจะมีเนื้อนุ่ม
- (2) หอมหัวใหญ่ เนื้อไม่แน่น น้ำมาก รสชาติหวาน เมื่อนำไปประกอบอาหารจะมีเนื้อนุ่ม
- (3) กระเทียม มีหัวขนาดเล็ก กลีบสีขาวหรือสีขาวปนม่วง มีกลิ่นฉุน รสชาติดี

2. คุณค่าและประโยชน์ทางโภชนาการ

- (1) หอมแดง ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด ลดความร้อน แก้ไข้หวัด แก้ผดผื่นคัน ช่วยขับลม แก้ท้องอืด แน่นท้อง ปวดหลัง ปวดเอว ช่วยย่อยทำให้เจริญอาหาร แก้อาการอักเสบต่างๆ ขับพยาธิ ช่วยให้ร่างกายอบอุ่น
- (2) หอมหัวใหญ่ สลายลิ่มเลือด ลดอาการปวดอักเสบ ทำให้เจริญอาหาร แก้หวัด คัดจมูก แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ ท้องร่วง แก้ธาตุไม่ปกติ ช่วยขับปัสสาวะ ลดไขมันในเส้นเลือด แก้บวม แก้ปวด มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรค แก้ลมพิษ ป้องกันโรคหัวใจ มะเร็งลำไส้ มะเร็งตับ ขับพยาธิ แก้อาการตันโลหิตสูง ลดคอเลสเตอรอลในเลือด แก้ภูมิแพ้หอบหืด เบาหวาน และเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ
- (3) กระเทียม ลดความดันโลหิตสูง ลดไขมันและคอเลสเตอรอล ป้องกันผนังหลอดเลือดหดและแข็งตัว ลดน้ำตาลในเลือด ใช้รักษาแผลสด แผลที่เป็นหนอง และฆ่าหรือยับยั้งเชื้อแบคทีเรีย เชื้อต่างๆ เช่น เชื้อที่ทำให้เกิดฝีหนอง

เกษตรกรไทยที่มีอาชีพเพาะปลูกหอมแดง หอมหัวใหญ่ และกระเทียม ซึ่งเป็นอาชีพที่ทำต่อเนื่องมาตั้งแต่บรรพบุรุษ ได้ประสบปัญหาในการจำหน่ายผลผลิตไม่ได้ราคา เนื่องจากหอมแดง หอมหัวใหญ่ และกระเทียมจากต่างประเทศเข้ามาจำหน่ายจำนวนมาก และช่วงชิงตลาดของเกษตรกร ทำให้หอมแดง หอมหัวใหญ่ กระเทียมไทยที่มีคุณภาพดี มีคุณประโยชน์มากมายถูกมองข้าม นอกจากนี้ประเทศคู่ค้าของไทยบางประเทศได้ออกกฎระเบียบการนำเข้าใหม่ โดยผู้ส่งออกจะต้องตัดต้นและ ตัดรากก่อนส่งออก โดยอ้างว่าเป็นการคุ้มครองผู้บริโภคภายในประเทศมิให้มีการนำพืชหัวนำเข้าไปเพาะปลูก ซึ่งอาจจะทำให้มีความเสี่ยงจากโรคและแมลงที่ติดไป ซึ่งการออกกฎระเบียบดังกล่าวส่งผลกระทบต่อ ทำให้การส่งออกของไทยประสบปัญหาชะงักงัน เนื่องจากพืชที่ถูกตัดต้นและตัดรากจะมีอายุการเก็บรักษาสั้นมาก และมีผลทำให้ราคาจำหน่ายในไทยลดต่ำลงด้วย

ดังนั้นเพื่อเป็นการช่วยเหลือเกษตรกรไทยให้มีตลาดรองรับผลผลิตมากขึ้น สามารถช่วยประหยัดเงินตราที่ไหลออกนอกประเทศ กรมการค้าภายในจึงขอเชิญชวนประชาชนชาวไทย ผู้ประกอบการค้าปลีกค้าส่ง ผู้ประกอบการร้านอาหาร ฯลฯ มาช่วยเหลือเกษตรกรไทยโดยการบริโภคและรับซื้อหอมแดง หอมหัวใหญ่ และกระเทียมสายพันธุ์ไทยให้เพิ่มมากขึ้น นอกจากมีประโยชน์และคุณค่าทางอาหารแล้ว ยังมีรสชาติที่ดีกว่าของต่างประเทศด้วย
