



درباره مزایا و معایب ظروف تفلون چه می دانید؟ نچسب اما دوست داشتنی!

احمد حسینی

کارشناس کنترل بر مواد غذایی، آرایشی و
بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

اهداف آموزشی

از خوانندگان محترم انتظار می رود پس از مطالعه:

- مزایا و معایب ظروف تفلون را شرح دهند.
- نحوه استفاده صحیح از ظروف تفلون را بیان کنند.

مقدمه

معتبر قرارداد داشته و سفارشات بازسازی را طبق قراردادی که با شرکت مربوط دارند، هر چند وقت یکبار برای تعمیر می فرستند و کارشان بهداشتی و استاندارد است. آنچه مسلم است شیوه کار و نوع ماده مصرفی کارگاه های بازسازی ظروف، مورد تأیید وزارت بهداشت نبوده و هیچ مجوزی به واحدهای مذکور داده نشده است. بررسی های آزمایشگاهی روی موش ها نشان داده که بازسازی ظروف و استفاده از ظروف بدون مجوز می تواند بیماری های خطرناکی همچون سرطان کبد،

با وجود هشدارهای وزارت بهداشت مبنی بر غیرمجاز بودن بازسازی ظروف تفلون، متأسفانه هنوز هم شاهدیم بعضی فروشگاه ها اقدام به گرفتن ظروف تفلون کهنه و بازسازی آن ها می کنند. گاهی خانواده ها به دلیل مقرون به صرفه بودن این کار، ترجیح می دهند به جای خرید ظروف جدید، آن ها را بازسازی کنند. از این رو به سراغ افراد سودجویی می روند که با ادعای داشتن مجوز از وزارت بهداشت بازسازی ظروف تفلون را انجام می دهند. این افراد اغلب اعلام می کنند با کارخانه های

مزایا و معایب

ظروف تفلون نیز مانند سایر ظروف محاسن و معایبی دارد. تفلون در مقایسه با پوشش‌های نچسب دیگر، از بالاترین ضریب نچسبی برخوردار است و به دلیل مصرف کم روغن، شست و شو و تمیز کردن راحت، وزن سبک و قیمت مناسب مورد توجه است.

اگر چه پوشش این ظروف با خراشیدن یا ساییدن کنده می‌شود، ولی «سازمان غذا و دارو» تایید کرده؛ که این ذرات بدون تغییر از بدن عبور می‌کنند و دفع می‌شوند و خطری برای سلامتی ندارند. دو نگرانی اساسی در خصوص به‌کارگیری ظروف تفلون عبارتند از اثرات حرارت بر این ظروف که ممکن است با احتمال تشکیل مواد سمی در آن‌ها همراه باشد و مورد دیگر جدا شدن تکه‌های تفلون از کف ظرف و وارد شدن آن‌ها به بدن است که ممکن است برای سلامتی زیانبار باشد. محققان دانشگاه تورنتو اخیراً اعلام کردند که تفلون در اثر حرارت تجزیه می‌شود و گازی که در اثر تجزیه از آن متصاعد می‌شود برای محیط‌زیست زیان‌آور است. این مساله نگرانی‌های جدی در مورد ظروف تفلون به وجود آورد. البته شرکت‌های معتبر تولید تفلون ادعا می‌کنند که محصولات شان کیفیت خود را تا دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد حفظ می‌کند و تجزیه پوشش فقط زمانی اتفاق می‌افتد که درجه حرارت از ۳۰۰ درجه تجاوز کند. لازم به ذکر است زمانی دمای ظرف به این حدود می‌رسد که ظرف تفلون خالی روی شعله گذاشته شود. در این حالت لایه نچسب، دودی آزاد می‌کند که سمی و آزاردهنده است. از جمله موارد بحث انگیز دیگر استفاده از فلز کادمیوم در تهیه این ظروف است. کادمیوم از فلزات سنگین بوده و به ویژه در ظروفی که استاندارد نباشند یا در اثر استفاده نامناسب دچار خراش و آسیب‌دیدگی شده باشند به مرور طی پخت و پز به غذا وارد می‌شود و احتمال سرطان، کوتاهی قد و ضایعات پوستی را افزایش می‌دهد. علاوه بر این، کادمیوم در سنتز

بیضه، پستان و پانکراس را در پی داشته باشد. برآستی، وقتی می‌توان با حدود دو برابر این پول یک سرویس تفلون جدید خرید، آیا واقعاً ارزش دارد سلامتی خود و خانواده‌مان را به خطر بیندازیم؟

تاریخچه

امروزه ظروف متنوع از جنس استیل، سرامیک، گرانیت، چدن و تفلون جای ظروف قدیم مثل مسی، رویی، سنگی و سفالی و... را در آشپزخانه‌ها گرفته است. با وجود بحث‌های زیادی که در مورد ظروف تفلون مطرح است، هنوز این ظروف بیشترین مصرف را برای پخت و پز دارند. در سال ۱۹۳۸ میلادی شرکت آمریکایی دوپونت ماده‌ای پلیمری به نام پلی‌تترافلئورواتیلن^۱ را با نام تجاری تفلون به بازار عرضه کرد مهم‌ترین ماده اصلی نچسب در ظروف تفلون که امروزه نیز به کار می‌رود همان ترکیب پلی‌تترافلئورواتیلن است که ماده‌ای غیرسمی، دارای مقاومت حرارتی مطلوب، ضریب اصطکاک کم، از نظر شیمیایی بی‌اثر و عایق الکتریسیته است. ظروف تفلون از آلومینیوم، آلومینیوم فشرده، فولاد ضدزنگ یا چدن با درجه خلوصی از PTFE که در شرایط عادی مصرف مواد غذایی در آن‌ها موجب آلودگی و مسمومیت غذایی نشود، ساخته می‌شوند. مواد نچسب با کیفیت بالا، دارای پودر سرامیک یا مخلوط تیتانیوم است که بر سختی و مقاومت این مواد می‌افزاید و براحتی ساییده و خراشیده نمی‌شود.



1. PTFE

هموگلوبین مداخله می‌کند و منجر به کم‌خونی می‌شود. از سوی دیگر، لایه زیرین تفلون، آلومینیوم است که خود ماده‌ای سمی است و طی پخت غذا در ظروف آسیب دیده وارد غذا می‌شود. لذا عدم توجه به نحوه نگهداری و استفاده درست از ظروف تفلون، ممکن است مشکلات و خطراتی برای سلامتی در پی داشته باشد. بنابراین اگر از این ظروف استفاده می‌کنید تأکید می‌شود نکات زیر را به خاطر بسپارید:

- قبل از استفاده برای اولین بار از ظروف تفلون، آن را با آب داغ و مایع ظرفشویی بشویید و به روغن مایع آغشته کنید.
- ظروف استاندارد را انتخاب کنید. در انتخاب ظرف نباید تنها به ارزان بودن یا زیبایی آن توجه کرد. مرغوبیت، توجه به سلامت و مسایل بهداشتی و... از سوی تولیدکننده، مهم‌ترین عامل انتخاب است. هرگز ظروف متفرقه و بی‌نام و نشان خریداری نکنید. چراکه تهدیدی جدی برای سلامتی به‌شمار می‌رود. فقط تفلون‌های ساخته شده در کارخانه‌های معتبر با برندهای شناخته شده و دارای گارانتی را که علامت استاندارد و پروانه ساخت از وزارت بهداشت دارند انتخاب کنید.
- از حرارت ملایم استفاده کنید: هنگام آشپزی با ظروف تفلون شعله گاز را زیاد نکنید. موقع استفاده از این ظروف حرارت باید ملایم تا متوسط باشد. در دمای بالاتر از ۲۶۰ درجه، لایه نچسب تفلون تجزیه شده، وارد غذا می‌شود و بخاری که در اثر تجزیه از این مواد متصاعد می‌شود سمی است و سلامت انسان را به خطر می‌اندازد. تحقیقات نشان داده که این

- سم نه تنها برای انسان، بلکه برای پرندگان و محیط زیست نیز زیان‌آور است. همچنین ظرف خالی را روی شعله حرارت ندهید. هر چه ظرف نوتر باشد، در برابر حرارت بالا، آسیب‌پذیرتر است.
- از آسیب دیدن سطح داخلی ظروف جلوگیری کنید. برای جلوگیری از خراش و آسیب دیدگی پوشش ظروف تفلون از کفگیر یا دیگر وسایل مشابه فلزی در ظروف نچسب با مقاومت معمولی استفاده نکنید و برای این کار از قاشق‌های تفلون یا چوبی یا پلاستیکی مخصوص آشپزی استفاده کنید.
 - این ظروف را با ابر نرم و مایع ظرفشویی بشویید. از مصرف پودر لباسشویی و مواد شوینده قوی و استفاده از سیم ظرفشویی خودداری کنید چون موجب ساییدگی کف ظرف می‌شود.
 - به هیچ وجه از ظروف آسیب دیده استفاده نکنید. از ظروف کاملاً سالم استفاده کنید و در صورت آسیب دیدگی و خراش، از پخت غذا در آن صرف نظر کنید. همانطور که گفته شد پختن غذا در ظروف خراش دار باعث آزاد شدن مواد سمی و ورود مواد اولیه ظرف به غذا می‌شود. علاوه بر این، سطح ظروف تفلون پس از مدتی استفاده، تغییر رنگ و شکل خواهد داد و در این صورت نباید از آن‌ها استفاده کرد.
 - از حرارت دادن ظرف خالی بپرهیزید.
 - نکته مهم در مورد ظروف تفلون این است که هرگز نسبت به بازسازی آن‌ها اقدام نکنید، زیرا بر اساس اعلام وزارت بهداشت نوع تفلون مصرفی و نحوه فعالیت بسیاری از واحدهای بازسازی تفلون، مورد تأیید نیست.

منابع

- سایت دانشگاه علوم پزشکی یزد www.ssu.ac.ir
- سایت دانشگاه علوم پزشکی کرمان www.pr.kmu.ac.i
- مقاله کدام ظروف مناسب هستند؟ سایت دانشگاه علوم پزشکی تهران، دانشکده علوم تغذیه و رژیم‌شناسی

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰۰). کدام موضوع ۱۰۹۳۷ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۰. نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۱۰۹۳۷ - ۸۰)