

การพัฒนาตำรับอาหารท้องถิ่น เป็นอาหารพิเศษสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน



The development of local recipes
to be special diets for patients
with diabetes mellitus



การพัฒนาตำรับอาหารท้องถิ่นเป็นอาหารพิเศษสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาตำรับอาหารที่มีความจำเพาะและเหมาะสมต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ซึ่งมีแนวทางการพัฒนามาจากตำรับอาหารท้องถิ่นของจังหวัดสุรินทร์ที่มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ การวิเคราะห์ทุกตำรับที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบด้วยกลุ่มอาหารคาวและกลุ่มอาหารหวาน จากนั้นจึงเลือกตำรับอาหารที่ประชาชนยังคงนิยมบริโภคในปัจจุบันแบบเฉพาะเจาะจง มาพัฒนาเป็นตำรับอาหารพิเศษสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน ดำเนินการพัฒนาสูตรตำรับอาหารและประเมินโดยวิธีทดสอบทางประสาทสัมผัสแบบ 9-point hedonic scale กับบุคลากรประจำกลุ่มงานโภชนาการ โรงพยาบาลสุรินทร์ และกลุ่มอาสาสมัครที่เป็นบุคคลทั่วไปวัยทำงานและวัยสูงอายุ



การพัฒนาเทคโนโลยี

การพัฒนาต้นแบบตำรับอาหารพิเศษที่พัฒนามาจากตำรับอาหารท้องถิ่น ประกอบด้วย ตำรับอาหารคาว 21 ตำรับ และตำรับอาหารหวาน 19 ตำรับ ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ทดลองปรุงและทดสอบทางประสาทสัมผัสต่ออาหารแต่ละตำรับแล้ว รวมทั้งรวบรวมข้อมูล ส่วนประกอบ วัตถุดิบ วิธีทำ คุณค่าทางโภชนาการต่อหน่วยบริโภค (วิเคราะห์พลังงานและสารอาหารด้วยโปรแกรม INMUCAL V.4.0) และคุณประโยชน์ต่อผู้ป่วยโรคเบาหวาน

ตำรับอาหารพิเศษที่ได้จากการพัฒนาในครั้งนี้ จะนำไปทดสอบประสิทธิภาพต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวานในทางคลินิก ตลอดจนวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการและพิกษเคมีจากห้องปฏิบัติการ เพื่อยืนยันผลของตำรับอาหารพิเศษต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดและจัดอันดับตำรับที่ได้รับความนิยมจากผู้ป่วยโรคเบาหวาน เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานในเชิงสาธารณะ หรือต่อยอดอาหารเฉพาะทางในลักษณะพร้อมรับประทาน (ready to eat) สำหรับกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการดูแลสุขภาพในเชิงพาณิชย์ต่อไป



จุดเด่น

- เป็นต้นแบบอาหารปรุงสุกพร้อมรับประทาน ที่พัฒนาและปรับปรุงสูตรมาจากตำรับอาหารท้องถิ่นที่มีพืชผักและสมุนไพรพื้นบ้าน เป็นองค์ประกอบ ซึ่งหลายชนิดมีคุณสมบัติในการช่วยชะลอและควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด
- วัตถุดิบส่วนใหญ่เป็นพืชผักอินทรีย์ หาง่าย ในท้องถิ่น และราคาไม่แพง
- เหมาะกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ป่วยโรคเบาหวาน รวมถึงบุคคลทั่วไปที่ต้องการดูแลสุขภาพ เช่น ผู้ที่ต้องการควบคุมแป้งและน้ำตาลเพื่อการควบคุมน้ำหนัก



หัวหน้าโครงการ

อ.ดร.สุรีรา อินทเจริญสถานต์
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์