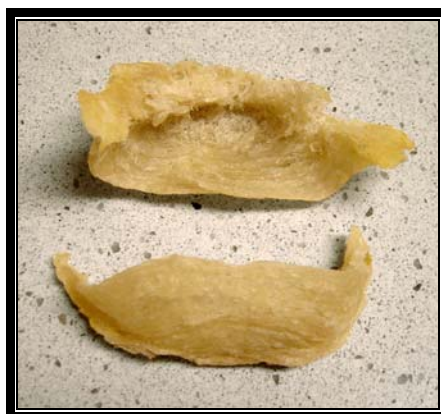


## รังนกแท้-รังนกปลอม ความเหมือนในความต่าง



ปัจจุบันรังนกและผลิตภัณฑ์รังนกได้รับความนิยมสูง เนื่องจากชาวจีนรับประทานมานานกว่า 1000 ปี โดยมีความเชื่อว่ามีสรรพคุณในการรักษาโรคและบำรุงร่างกายได้ จึงนิยมในการบริโภคกันอย่างแพร่หลาย โดยทั่วไป รังนกมีจำหน่ายในหลายรูปแบบ ได้แก่ รังนกแห้ง รังนกแห้งกึ่งสำเร็จรูป รังนกสดพร้อมปรุง เครื่องดื่มรังนกสำเร็จรูป เครื่องดื่มรังนกผสมโซสม เครื่องดื่ม รังนกสูตรไม่มีน้ำตาล เครื่องดื่มรังนกผสมคอลลาเจน จัดเป็นสินค้าส่งออกที่ทำรายได้ให้แก่ประเทศไทยจำนวนมาก โดยเฉพาะที่ส่งออกไปยังฮ่องกงปีละประมาณ 25 ล้านบาท

### มารู้จักรังนกกันก่อน



ในประเทศไทยมีนกนางแอ่น 3 ชนิด คือ นกแอ่นกินรัง (*Aerodramus fuciphagus*) นกแอ่นกินรัง ตะโพกขาว (*Apus pacificus* sp.) และนกแอ่นทางใต้เหลืองหรือนกแอ่นรังดำ (*Aerodramus maximus*) โดยนกนางแอ่นทั้ง 3 ชนิดจัดอยู่ในกลุ่มนกนางแอ่นswiftlets (Swiftlets) วงศ์ Apodidae นกแต่ละชนิดในกลุ่มนี้จะมีขนาดที่ใกล้เคียงกันและมีลักษณะที่คล้ายคลึงกันมาก จนยากแก่การจำแนกชนิด แต่เป็นนกที่มี

นิสัยเหมือนกัน คือ ทำรังด้วยเยื่อเมือกโปร่งแสงสังเคราะห์จากต่อมน้ำลายผสมกับเส้นใยเล็กๆ ของพืช เช่น มอส สาหร่ายและรากไม้เมื่อโดนอากาศก็จะแข็งตัว แต่มีนกนางแอ่นสวิฟต์เลตส์ 2 ชนิด ที่สร้างรังด้วยน้ำลายล้วน บางครั้งอาจมีขนนกปะปนมาด้วย แต่เป็นส่วนน้อย ได้แก่ นกนางแอ่นทางสีเหลือง หรือนกนางแอ่นรังดำ (Black nest swiftlet) โดยรังของนกชนิดนี้มีขนนกปนอยู่บ้าง อีกชนิดหนึ่งคือนกนางแอ่นกินรัง ที่มีรังนกสีขาวประกอบด้วยน้ำลายล้วน ซึ่งเป็นที่นิยมมากและมีราคาสูงกว่ารังดำ

**รังนก** ทำมาจากน้ำลายของนกนางแอ่นหรือนกอีแอ่น เป็นสารจำพวกไกลโคโปรตีน (Glycoprotein) ซึ่งสามารถออกมาจากต่อมน้ำลายของนกแล้วจับตัวแข็ง ต่อมาชนิดนี้จะมีขนาดโตขึ้นในฤดูผสมพันธุ์ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนเมษายน นกจะสร้างรังโดยการสำรอกน้ำลายเป็นสายเล็กๆ ออกมาจากต่อมน้ำลาย ทั้ง 2 ข้าง เมื่อสัมผัสอากาศจะแข็งตัว ติดผนังแน่น รังมีลักษณะเป็นรูปครึ่งถ้วยขนาดเล็ก น้ำหนักแห้งประมาณ 10 กรัม นกใช้เวลาในการสร้างรัง 30-35 วัน น้ำลายของนกที่สำรอกออกมาครั้งแรก จะมีสีขาวบริสุทธิ์ ซึ่งเรียกว่า รังนกขาว จัดได้ว่าเป็นรังนกที่มีคุณภาพดีที่สุด ส่วนน้ำลายที่นกนางแอ่นสำรอกออกมาหลังจากการสร้างรังครั้งแรก จะวันสักระยะหนึ่ง รังนกที่มีคุณภาพดีคือรังนกที่เก็บครั้งแรก มีสีขาว มีสิ่งเจือปนน้อย มีความเหนียวและสะอาด ซึ่งจะมีราคาสูงถึงชั่งละ (600 กรัม) ประมาณ 20,000 บาทขึ้นไป

รังนกแท้สำเร็จรูปแบบพร้อมดื่มที่จำหน่ายในท้องตลาด มีรังนกเป็นส่วนประกอบประมาณ ร้อยละ 1.1 โดยสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ได้ทำการวิเคราะห์หาส่วนผสมของรังนกนางแอ่นพบว่าประกอบด้วย น้ำ ร้อยละ 5.11 โปรตีน ร้อยละ 60.90 แคลเซียม ร้อยละ 0.85 โปแทสเซียม 0.05 และฟอสฟอรัส ร้อยละ 0.03 ทั้งนี้หากเปรียบเทียบสารอาหารระหว่างรังนกกับไข่ไก่และนมสด แสดงไว้ในตารางข้างล่างนี้

ตารางเปรียบเทียบสารอาหาร			
สารอาหาร	รังนกสำเร็จรูปพร้อมดื่ม (75 มล.)	ไข่ไก่ (1 ฟอง)	นม 1 กล่อง (250 มล.)
พลังงาน (kCal)	52	81	155
ความชื้น (%)	62	37	88
โปรตีน (กรัม)	0.22	6.5	8.5
ไขมัน (กรัม)	0.02	5.8	8
คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	12.6	0.4	12.2
วิตามินบี 1 (มก.)	0.014	0.19	0.4
วิตามินบี 2 (มก.)	23.8	30	295
แร่ธาตุ	1.5	111	248
แคลเซียม (มก.)	0.05	1.6	0.25

ที่มา : กรมวิทยาศาสตร์บริการ (2548)

## รังนกปลอมคืออะไร



เนื่องจากรังนกแท้มีปริมาณไม่เพียงพอต่อความต้องการของตลาดและมีราคาสูง จึงได้มีผู้ฉวยโอกาสผลิตรังนกปลอมขึ้น และนำมาจำหน่ายในท้องตลาดทั้งในรูปแบบของรังนกแห้งและแบบสำเร็จรูปพร้อมดื่ม ซึ่งมีจำหน่ายในร้านสะดวกซื้อ ตลาดนัด และรถเข็นจำหน่ายที่พบเห็นได้ทั่วไป

รังนกปลอมผลิตจากยางคารายา ซึ่งเป็นยางจากต้นสุพรรณิการ์ (*Sterculia urens*) มีถิ่นกำเนิดในประเทศอินเดีย ลักษณะมีสีขาว หรือสีเหลืองอมชมพู จนถึงมีสีน้ำตาลเข้ม มีกลิ่นคล้ายน้ำส้มสายชู รูปร่างไม่แน่นอน ไม่ละลายน้ำ แต่ดูดซับน้ำและพองตัวคล้ายรังนกมากจนทำให้สังเกตได้ยาก ยางคารายาเป็นวัตถุดิบใช้ในอุตสาหกรรมหลายชนิด เช่น การทำฟีน ยา อาหาร สิ่งทอ กระดาษ ทั้งนี้ยังไม่มีรายงานว่ามีอันตรายต่อการบริโภค แต่ก็ไม่มีคุณค่าทางอาหารแต่อย่างใด ราคาของยางคารายาเมื่อเทียบกับรังนกแท้แล้วต่างกันมาก โดยมีราคา กิโลกรัมละ 3,000-4,000 บาท

### ของแท้หรือของเทียม

เนื่องจากรังนกแท้และรังนกปลอมมีลักษณะที่ดูจากภายนอกคล้ายคลึงกันมาก ไม่สามารถบ่งบอกได้ชัดเจนจากการสังเกต และหากต้องการซื้อรังนกนางแอ่นแท้ชนิดแห้ง ควรซื้อจากแหล่งจำหน่ายที่น่าเชื่อถือไว้ใจได้ ซึ่งมีวิธีสังเกตรังนกแท้และรังนกปลอมจากยางคารายา ดังนี้

ตารางเปรียบเทียบลักษณะของรังนกแท้และรังนกปลอม	
รังนกแท้	รังนกปลอม
- มีกลิ่นคาวน้ำลายนกนางแอ่นขณะคุ่น	- ไม่มีกลิ่นคาว
- มีรสชาติความอร่อยและความเหนียว	- ไม่มี
- เห็นเป็นเส้นชัดเจน	- เป็นก้อน หรือแผ่นเล็กๆ คล้ายวุ้น

ผู้ที่ผลิตผลิตภัณฑ์รังนกปลอมเป็นการหลอกลวงผู้บริโภค มีความผิดตามกฎหมาย เข้าข่ายอาหารปลอมมีโทษจำคุกตั้งแต่ 6 เดือนถึง 10 ปี และปรับตั้งแต่ 5,000 – 100,000 บาท หากบางรายมีการระบุเครื่องหมาย อย. ที่ฉลาก เพื่อให้เกิดความน่าเชื่อถือซึ่งที่ไม่ได้รับอนุญาต เข้าข่ายความผิดเรื่องเครื่องหมายเพื่อจำหน่าย โดยไม่ได้รับอนุญาตผลิตอาหาร ซึ่งมีโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ นอกจากนี้ยังมีความผิดไม่ได้ขออนุญาตขึ้นทะเบียนตำรับอาหาร ซึ่งมีโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับอีกด้วย ดังนั้นในการเลือกซื้อรังนกเพื่อการปรุงจำหน่ายหรือบริโภคในครัวเรือน จึงควรพิจารณาที่ราคาเหมาะสม มีฉลากระบุชื่อและที่อยู่ผู้ผลิตผู้จำหน่ายที่หรือมีเครื่องหมาย อย. ชัดเจนหรือหากสงสัยว่าเป็นรังนกแท้หรือไม่ สามารถส่งตัวอย่างเพื่อตรวจวิเคราะห์ที่กรมวิทยาศาสตร์บริการ โดยค่าใช้จ่ายในการตรวจวิเคราะห์ตัวอย่างละ 1,500 และใช้เวลาประมาณ 2 สัปดาห์

สุดท้ายคงต้องขึ้นอยู่กับผู้บริโภคแล้วว่าเมื่อรู้อย่างนี้ จะเลือกอะไรที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายให้คุ้มกับค่าเงินที่เสียไป ส่วนผู้จำหน่ายที่ยังหัวใสหลอกลวงชาวบ้านอยู่กระวังจะต้องไปนอนซมรังนก (ปลอม) ในคุก ซักวัน

#### เอกสารอ้างอิง :

กรมวิทยาศาสตร์และวิธีดูรังนกแท้. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : [http:// www.most.go.th](http://www.most.go.th). (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

คารายากัม... รังนกจากยางไม้. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.foodsciencetoday.com>. (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

นกนางแอ่นกินรัง. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.most.go.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

ผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มรังนกสำเร็จรูป. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.scotch.co.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 11 กันยายน 2552)

รังนก. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://th.wikipedia.org>. (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

รังนกแท้-รังนกปลอม ความเหมือนในความต่าง. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : [http://www.hong\\_teh.com](http://www.hong_teh.com). (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

รังนกเถื่อน อาหาร (ไม่) เสริมสุขภาพ. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.oknation.net>. (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)

รังนกปลอม. [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก : <http://www.uniserv.buu.ac.th>. (วันที่ค้นข้อมูล : 9 กันยายน 2552)