



ทิศทางเกษตร

สาหร่ายทะเลไทย

อาหารเพื่อสุขภาพที่เป็นออร์แกนิก

"สาหร่ายทะเล" หรือที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า Seaweed เป็นหนึ่งในพรรณไม้น้ำที่เกิดอยู่ตามชายทะเล แบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ตามลักษณะและสีที่พบเห็น ได้แก่ สาหร่ายสีเขียว สาหร่ายสีแดง และสาหร่ายสีน้ำตาล เป็นต้น ปัจจุบันสาหร่ายทะเลกำลังเป็นที่นิยมนำมาบริโภคเป็นอาหารเพื่อสุขภาพกันอย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะในประเทศญี่ปุ่น และกลุ่มประเทศตะวันตก และกลายเป็นสินค้าส่งออกที่มีมูลค่าสูง ในขณะที่ประเทศไทยเอง ถือได้ว่าเป็นแหล่งผลิตสาหร่ายทะเลตามธรรมชาติที่มีเป็นจำนวนมาก และมีความหลากหลาย อีกทั้งสาหร่ายทะเลบางชนิดสามารถนำมาบริโภคได้ เช่น สาหร่ายผมนาง สาหร่ายขนนก สาหร่ายกลาง แต่กลับถูกหลงลืมไปหรือไม่เป็นที่นิยมเท่าที่ควร

ดังนั้น กรมประมง โดยศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงชายฝั่งประจวบคีรีขันธ์ จึงได้ดำเนินการศึกษาวิจัยชนิดของสาหร่ายทะเลของไทย ที่สามารถนำมาบริโภคได้ รวมถึงคุณค่าทางโภชนาการ และการแปรรูปเพื่อนำมาเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ให้คนไทยได้รู้จักและเห็นคุณค่าของสาหร่ายทะเลมากขึ้น

นายหนอด ภูพานิช ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงชายฝั่งประจวบคีรีขันธ์ กล่าวว่า ศูนย์ฯ ได้เริ่มศึกษาวิจัยสาหร่ายทะเลของไทยมาเป็นเวลานาน เนื่องจากเห็นว่าสาหร่ายทะเลน่าจะเป็นแหล่งอาหารโปรตีนที่มีคุณค่าและสามารถส่งเสริมให้เกษตรกรเพาะเลี้ยงในเชิงพาณิชย์ เป็นอาชีพสร้างรายได้ที่มั่นคงได้

ด้าน นายคมน์ ศิลปจารย์ นักวิชาการประมง 7 ศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงชายฝั่งประจวบคีรีขันธ์ กล่าวว่า ประเทศไทยถือเป็นประเทศหนึ่งที่มีความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรสาหร่ายทะเล จากการศึกษาพบว่า มีสาหร่ายทะเลที่พบในท้องทะเลไทยมากกว่า 130 ชนิด โดยแหล่งของสาหร่ายทะเลที่สำคัญ ได้แก่ ทะเลสาบสงขลา อ่าวปัตตานี ซึ่งเป็นแหล่งสำคัญของสาหร่ายผมนาง สามารถนำมาปรุงอาหาร สกัดวุ้น และชายฝั่งทะเล จ.กระบี่ ภูเก็ต และสตูล เป็นแหล่งของสาหร่ายสาย หรือ สาหร่ายขนนก นอกจากนี้ในอ่าวไทยตอนใน เช่น อ่าวคุ้งกระเบน ยังเป็นแหล่งที่สามารถพบสาหร่ายทะเลได้หลายชนิดด้วย

นอกจากนั้น จากกระแสที่ผู้บริโภคหันมานิยมบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น การบริโภคสาหร่ายทะเลจึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่มีความนิยม โดยเฉพาะในต่างประเทศ เช่น ญี่ปุ่น และสหภาพยุโรป เนื่องจากสาหร่ายทะเลเป็นแหล่งอาหารโปรตีนที่สำคัญ และอุดมไปด้วยแร่ธาตุและวิตามินหลายชนิด โดยเฉพาะแคลเซียมที่มีมากกว่าในนมถึง 10 เท่า และยังมี

ธาตุเหล็ก ไอโอดีน วิตามินเอ วิตามินซี และวิตามินบี 1 แต่การบริโภคสาหร่ายทะเลในประเทศไทยยังไม่ค่อยเป็นที่นิยมเท่าที่ควร และมีการบริโภคเฉพาะถิ่นในกลุ่มประชาชนที่อาศัยตามชายฝั่งทะเลเท่านั้น

นายคมน์ กล่าวต่อว่า เพื่อให้ประชาชนได้รู้จักและหันมาบริโภคสาหร่ายทะเลกันมากขึ้น จึงได้คัดเลือกสาหร่ายทะเลบางชนิดนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ และส่งเสริมให้กับกลุ่มเกษตรกรบริเวณใกล้เคียงศูนย์ฯ ได้นำไปผลิต และ

จำหน่าย เป็นรายได้



เสริม เช่น สาหร่ายกลาง นำมาผลิตเป็นเครื่องดื่มสาหร่ายเพื่อสุขภาพ หรือสาหร่ายทะเลดอง ข้าวเกรียบจากสาหร่ายผมนาง เป็นต้น ซึ่งได้รับการยอมรับจากผู้บริโภคเป็นอย่างดี

ทั้งนี้ การเพาะเลี้ยงสาหร่ายทะเล จึงน่าจะเป็นอีกอาชีพหนึ่งที่น่าสนใจสำหรับเกษตรกรที่ต้องการประกอบอาชีพด้านการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำ เนื่องจากมีต้นทุนต่ำ ดูแลรักษาง่าย และใช้พื้นที่น้อย ซึ่งการเลี้ยงสาหร่ายทะเลโดยทั่วไปมีรูปแบบการเลี้ยงที่สำคัญ 3 รูปแบบ ได้แก่ การเลี้ยงในทะเล การเลี้ยงบริเวณชายฝั่งทะเล และการเลี้ยงในบ่อดิน สำหรับในประเทศไทยการเลี้ยงในบ่อดินเป็นรูปแบบที่มีผู้ให้ความสนใจมากที่สุด เนื่องจากสามารถนำสาหร่ายทะเล มาเลี้ยงในบ่อพักน้ำ



ปอบำบัดน้ำเพื่อช่วยปรับปรุงคุณภาพน้ำในการเลี้ยงกุ้ง
ทะเล หรือแม้แต่การเลี้ยงในบ่อกุ้งทิ้งร้าง เพื่อให้สามารถ
นำพื้นที่ทิ้งร้างกลับมาใช้ประโยชน์ได้อีกครั้งหนึ่ง

การเลี้ยงสาหร่ายทะเลในบ่อดินควรเลือกพื้นที่
การเลี้ยงที่มีน้ำทะเลที่สะอาด ห่างไกลจากแหล่งปนเปื้อน

เช่น โรงงานอุตสาหกรรม หรือแหล่งชุมชน
น้ำทะเลควรมีค่าความเค็มค่อนข้างสูงตลอดปี
โดยระดับความเค็มที่เหมาะสมขึ้นอยู่กับชนิดของ
สาหร่ายที่เลี้ยง โดยทั่วไปความเค็มควรอยู่ในช่วง 20-
35 ส่วนในพันส่วน น้ำทะเลในบ่อเลี้ยงสาหร่ายควรมี
การไหลเวียน เพื่อให้สาหร่ายสามารถรับธาตุอาหารได้
อย่างทั่วถึง ระดับความลึกของน้ำในบ่อเลี้ยงควรอยู่
ระหว่าง 0.6-2.0 เมตร หากน้ำในบ่อดินเกินไปอาจพบ
ปัญหาการเกิดซีแอด และการแก่งแย่งพื้นที่ของชนิด
สาหร่ายที่ไม่ต้องการ

สำหรับสาหร่ายที่เหมาะสมในการเพาะเลี้ยงใน
บ่อดิน ได้แก่ สาหร่ายผสมนาง สาหร่ายกลวง สาหร่าย
ขนนก และสาหร่ายพวงอ่งุ่น โดยพื้นที่ 1 ไร่ สามารถ
ลงพันธุ์สาหร่ายได้ตั้งแต่ 150-1,000 กิโลกรัม หลังจาก
ลงสาหร่ายได้ 45-60 วัน เริ่มทยอยเก็บผลผลิตได้

อนึ่งหากเกษตรกรท่านใดสนใจและต้องการ
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการเพาะเลี้ยงสาหร่าย
ทะเลสามารถติดต่อขอข้อมูลได้ที่ศูนย์วิจัยและ
พัฒนาประมงชายฝั่งประจวบคีรีขันธ์ เลขที่ 448
หมู่ที่ 1 ต.คลองวาฬ อ.เมือง จ.ประจวบคีรีขันธ์
77000 โทร. 0-3266-1398, 0-3266-1133 โทรสาร
0-3266-1298.