

● **บุษกร กุศล**

โครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนเป็นสังคมผู้สูงอายุทั่วโลก การเตรียมความพร้อมด้านอาหารสำหรับประชากรผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ยุคแนวโน้มนี้นักกลายเป็น "โอกาส" ของนวัตกรรมอาหารเพื่อสุขภาพ หรือฟังก์ชันนัลฟู้ด

ญี่ปุ่นถือเป็นต้นแบบของนวัตกรรมเพื่อผู้สูงอายุ ทั้งการพัฒนาหุ่นยนต์ผู้ช่วย บ้านอัจฉริยะและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ซึ่งรวมถึงผลิตภัณฑ์อาหารด้วย เนื่องจากเป็นประเทศที่มีสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก ส่งผลให้ตลาดอาหารผู้สูงอายุมีมูลค่าถึง 14,200 ล้านบาท

: Universal Design Food

รศ.ประพันธ์ ปิ่นศิริโรดม รองคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะอุตสาหกรรมเกษตร สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง (สจล.) กล่าวถึงที่มาของ



สังคมสูงอายุ ใจหทัยใหม่อาหาร

แนวคิดการพัฒนาอาหารเพื่อผู้สูงอายุของญี่ปุ่นที่เรียกว่า Universal Design Food ว่า เกิดจากการรวมตัวของกลุ่มผู้ผลิตอาหารที่มองเห็นโอกาสที่พัฒนานวัตกรรมอาหารที่เข้ามาแก้ปัญหาของกลุ่มผู้สูงอายุ

Universal Design Food แบ่งเป็น 4 รูปแบบ ได้แก่ รสสัมผัสอ่อนนุ่ม 4 ระดับ โภชนาการครบถ้วน ผู้ที่มีโรคประจำตัวและมีปัญหาเรื่องการกลืน

กลุ่มแรกเป็นอาหารที่มีเนื้อสัมผัสอ่อนนุ่ม เหมาะกับความสามารถในการเคี้ยวของผู้สูงอายุ แต่ละคน ดังนั้น ลักษณะเนื้อสัมผัสของอาหารที่ออกมาจึงมีระดับความนุ่มแตกต่างกันออกไป 4 ระดับ ระดับหนึ่งเป็นความนุ่มที่ยังสามารถใช้ฟันเคี้ยวเล็กน้อย ระดับสองเป็นระดับความนุ่มที่ใช้เหงือกบดอาหารกลืนได้ ระดับสาม แลใช้ลิ้นก็สามารถบดอาหารได้ และระดับสี่ไม่ต้องเคี้ยวกลืนได้เลย

กลุ่มที่สองเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน เพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีกล้ามเนื้ออ่อนแอ ปริมาณอาหารที่รับประทานแต่ละครั้งน้อย ทำให้ได้รับสารอาหารไม่ครบถ้วน อาหารกลุ่มนี้จึงต้องให้คุณค่าทางอาหารที่ครบถ้วนใน 1 หน่วยบริโภค กลุ่มที่สามเป็นอาหารที่ออกแบบมาเพื่อผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันสูง คอเลสเตอรอลสูง ส่วนกลุ่มที่สี่เหมาะสมกับกลุ่มที่มีปัญหาการกลืนอาหารเหลวรวมถึงเครื่องดื่ม เนื่องจากร่างกายมีปัญหา



iSnap

idea

ในการควบคุมการกลืน ดังนั้น จึงผลิตสารที่มีความข้นหนืดในรูปแบบผงออกมาเป็นทางเลือก

"ผู้สูงอายุสามารถเติมในชา กาแฟ หรือน้ำแกงน้ำซุป ให้มีความข้นหนืดตามต้องการทำให้กลืนได้ง่ายขึ้น นวัตกรรมเหล่านี้เป็นต้นแบบที่น่าสนใจสำหรับผู้ประกอบการไทยในการผลิตอาหารสำหรับผู้สูงวัยออกมาจำหน่ายทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพราะจำนวนผู้สูงอายุทั่วโลกมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง"

: ทำทายผู้ประกอบการไทย

ประเทศไทยสนใจเรื่องผู้สูงอายุมากทั้งภาครัฐและเอกชนมีการพัฒนานวัตกรรมต่างๆ ออกมารองรับสไลฟสไตล์การใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ หนึ่งในนั้นก็คือผลิตภัณฑ์อาหาร จึงกลายเป็นต้นแบบที่ดีในการศึกษาข้อมูลสำหรับทุกประเทศที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

เช่นเดียวกับประเทศไทยที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ดังนั้น การนำกรณีศึกษาจากญี่ปุ่นเข้ามาปรับใช้เพื่อพัฒนานวัตกรรมอาหารสำหรับผู้สูงอายุในภาคอุตสาหกรรมถือเป็นความท้าทายอย่างยิ่ง

นักวิชาการด้านอาหาร กล่าวว่า ผู้ประกอบการไทยสามารถคิดค้นและผลิตอาหารเพื่อผู้สูงอายุได้ไม่แพ้กับญี่ปุ่น เนื่องจากกรรมวิธีการแปรรูปที่ไม่ใช้เทคโนโลยีหมักตัวอย่างเช่น การใช้ความร้อนฆ่าเชื้อส่วนใหญ่ใช้การสเตอริไรซ์ หรือ UHT สำหรับผลิตภัณฑ์ที่เก็บได้ 1-2 ปีที่อุณหภูมิห้อง หรือการใช้ความร้อนฆ่าเชื้อผลิตภัณฑ์อาหารบดละเอียดและขึ้นรูปใหม่ ที่ใช้ผลิตอาหารที่มีเนื้อสัมผัสอ่อนนุ่ม เก็บรักษาโดยวิธีแช่เย็นอายุ 6 เดือน รวมถึงการแช่แข็ง

บรรจุภัณฑ์สำหรับสินค้าอาหารของผู้สูงอายุ ควรเปิดใช้ได้ง่าย ติดฉลากด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ อ่านง่ายชัดเจนและไม่ควรระบุบนฉลากว่าเป็น "อาหารสำหรับผู้สูงอายุ" ซึ่งเป็นประเด็นที่อ่อนไหว

อย่างไรก็ตาม สิ่งสำคัญที่สุดคือ ผู้ประกอบการควรศึกษาความต้องการของผู้บริโภคก่อนที่จะตัดสินใจลงทุนสร้างนวัตกรรม เพราะไลฟ์สไตล์และพฤติกรรมของผู้บริโภคแต่ละประเทศต่างกัน จึงต้องการสินค้าต่างกัน