

همه چیز درباره کپک

مهمان فضاهاى گرم و مرطوب

کپک پدیده آشنایی برای ماست. کپک روی مواد غذایی، لباس، لوازم خانگی، آشپزخانه، دیوار، کف و... می‌تواند جایی برای خود پیدا کند.

آزاده باقری

روزنامه نگار

مهمان ناخوانده‌ای که با خود مشکلات زیادی را می‌آورد. بودن آن علاوه بر آزار بین بردن مواد غذایی و لباس و لوازم و دیوار و کف و... باعث بروز بیماری نیز می‌شود و حتی در حالت حاد آن می‌تواند منجر به مرگ شود. این صفحه راهنمایی است برای از بین بردن کپک‌ها.

■ شناخت کپک

کپک یک نوع قارچ در فرم چند سلولی است. کپک، دنیای بسیار وسیعی دارد و تاکنون بیش از ۱۲۰ هزار گونه آنها کشف شده است. برخی آنها بیماری‌زا بوده، بعضی باعث مسمومیت غذایی می‌شود و دسته‌ای از آنها می‌تواند باعث بروز سرطان شود. نوعی از آنها آلرژی‌زاست و بعضی از آنها نیز آنقدر خطرناک است که می‌تواند باعث مرگ شود. اما در میان تمام این گونه کپک‌های مضر، کپک‌هایی نیز وجود دارد که نه تنها خطرناک نیستند که مفیدند و در صنایع غذایی که مرسوم‌ترین آن صنایع لبنی است، استفاده می‌شوند. بهترین فضایی که کپک‌ها در آن رشد می‌کنند؛ محیط‌های مرطوب و گرم است. پس اگر در بعضی مواد غذایی را که در چنین فضایی بودند باز کردید و با صحنه‌ای از کپک‌کرکی و مخملی با رنگ‌های سفید، قهوه‌ای، سبز، سیاه و... مواجه شدید، تعجب نکنید؛ چون شما محیط و فضای مناسبی را برای رشد کپک‌ها آماده کرده‌اید.

■ با کپک چه کار کنیم؟

تنوع در انواع کپک‌ها به این بستگی دارد که روی چه مواد غذایی و کجا به وجود آمده‌اند. به عنوان مثال کپک روی میوه با کپک روی مواد قندی و شیرین و کپک روی نان و کپک روی ترشی‌جات و همچنین کپک روی خشکبار با یکدیگر متفاوت است و هر کدام میزان خطر متفاوتی دارند. البته توصیه می‌شود در صورت مشاهده کپک از هیچ کدام این مواد غذایی استفاده نکرده و دور ریخته شود. مجموعاً هم کپک روی خشکبار و نان جزو خطرناک‌ترین نوع کپک‌هاست. بهتر است با مشاهده آن تمام این مواد غذایی دور ریخته‌شده و استفاده نشود. به یاد داشته باشید کپک را بو نکنید چون همین عامل نیز احتمال دچار شدن به بیماری‌های تنفسی از جمله آسم را بالا خواهد برد.

■ برخورد با کپک‌های داخل منزل

با مشاهده کپک روی دیوارهایی که نم کشیده‌اند، کفپوش‌هایی که به دلیل گرما و رطوبت کپک زده‌اند، دستشویی و حمامی که میزبان خوبی برای کپک‌ها بوده‌اند، می‌توان سراغ مواد شوینده معمول، جرم‌گیرها و... رفت. همچنین با درست کردن شوینده‌های دستی و خانگی مانند جوش شیرین و سرکه، لیمو و نمک، سرکه و نمک نیز می‌توان به خوبی آن را تمیز کرد و از شر کپک‌ها خلاص شد. دیوارهایی که کپک زده بعد از تمیز شدن بهتر است مجدد رنگ شود. رنگ‌های روغنی و رنگ‌هایی از جنس لاتکس می‌تواند از بروز مجدد کپک جلوگیری کند.

ماشین لباسشویی، ماشین ظرفشویی، یخچال و فریزر، سینک ظرفشویی و... از جمله محیط‌هایی هستند که شرایط مساعدی را برای رشد کپک فراهم می‌کند. نظافت دائمی و جلوگیری از باقی ماندن رطوبت درون آنها کمک می‌کند کپک به وجود نیاید ولی در صورت بروز نیز می‌توان با محلول‌های خانگی سراغ کپک‌ها رفته و آنها را از بین برد.

■ پیشگیری بهتر از درمان

اما چطور از ورود کپک جلوگیری کنیم؟ پاسخ این سوال ساده است. باید فضایی که باعث رشد و به وجود آمدن کپک می‌شود را از بین برد. برای چنین موضوعی بهتر است مواد غذایی به خوبی شسته و کاملاً خشک شود و در یخچال یا فریزر که کاملاً تمیز و عاری از رطوبت است، قرار گیرد. بهتر است مواد غذایی را به اندازه تهیه کنید و در کمترین زمان مصرف شود. همچنین مواد غذایی مانند نان را نیز وقتی داغ است روی یکدیگر، درون کیسه و سفره‌های پلاستیکی قرار ندهید. وقتی گرما و حرارت نان کم شد آنها را در سفره‌های پارچه‌ای سفید بگذارید سپس در یخچال یا فریزر از آنها نگهداری کنید.

محیط نگهداری خشکبار نیز نباید گرم و مرطوب باشد. رب، مربا، ترشی، آبلیمو و آبغوره نیز باید به صورتی نگهداری شود که کمترین هوا و رطوبت به آنها برسد و در آنها به خوبی بسته و در یخچال نگهداری شوند. چون کپک برای رشد کردن به اکسیژن و رطوبت و دمای بالا نیاز دارد، با رعایت نکات بهداشتی و دوری از فضای مرطوب و گرم می‌توان امیدوار بود از کپک‌زدن بسیاری از مواد غذایی به میزان زیادی کاسته شود. همیشه فضا و محیط نگهداری مواد غذایی را تمیز و مرتب کرده و اجازه ورود هیچ آلودگی را ندهید. همچنین محیطی مانند سینک ظرفشویی را که این مواد غذایی درون آنها شسته می‌شود، به خوبی تمیز کرده و از مواد ضد عفونی‌کننده استفاده کنید.

حتماً روی بسیاری از محصولات این نوشته را دیده‌اید که در جای خشک و خنک نگهداری شود. این توصیه را جدی بگیرید و نسبت به کپک‌هایی که می‌بینید بی تفاوت نباشید، چون پختن و حرارت بالای پخت نیز باعث از بین رفتن کپک نخواهد شد. بنابراین هرگز از آن مواد غذایی استفاده نکنید و نسبت به تمیز کردن محیط اقدام کنید. به یاد داشته باشید کپک اگر در کوتاه مدت باعث بروز بیماری نشود، شرایط را برای دچار شدن بیماری در بلند مدت فراهم خواهد کرد.

■ کجا ممکن است کپک ببینیم؟

جالب است بدانید کپک تنها در مواد غذایی خلاصه نمی‌شود و می‌تواند در بسیاری از فضاها و محیط‌های دیگر نیز جای خود را برای رشد و نمو پیدا کند. برای همین اگر اطراف دیوار کمد و کت‌پوش‌ها کف‌پوش‌ها کپک دیدید، تعجب نکنید. حتی در برخی موارد کپک روی لباس‌های داخل کمد و کت‌پوش هم دیده می‌شود. کپک در فضاها مرطوبی مانند حمام و دستشویی و اطراف سینک ظرفشویی نیز قابل مشاهده است. چون فضای تاریک، مرطوب و گرم از محیط‌هایی است که برای رشد کپک مناسب است. این کپک‌ها هر چند روی مواد غذایی نیست اما باز هم مضر و بیماری‌زا است. به همین دلیل بی تفاوتی از کنار آنها عبور نکنید. چون به راحتی می‌تواند باعث مشکلات تنفسی و عفونی شود.

با مشاهده کپک روی لباس، آن را دور نیندازید. با چند روش ساده می‌توان کپک را از روی لباس پاک کرده و مجدد آن را استفاده کرد. ابتدا لباس را به خوبی با آب داغ بشوید. سپس اگر الکل به پارچه و رنگ لباس آسیب نمی‌زند با مقدار الکل که با آب رقیق شده است سطح کپکی را تمیز کنید. این کار را اگر لازم بود چند بار تکرار کنید تا کپک به طور کامل از بین برود. با کمک آبلیمو و نمک یا سرکه و نمک یا جوش شیرین نیز می‌توانید سطح لباس را تمیز کنید سپس آبکشی به صورت معمول را انجام دهید. فقط این نکته را فراموش نکنید چنین کارهایی را در فضای بسته انجام ندهید و بوی آن را استنشاق نکنید که بسیار مضر خواهد بود.