



ศัพท์วิทยาศาสตร์การอาหาร และโภชนาการ

	F		O		O		D	
	S	C	I	E	N	C	E	
			A	N	D			
N	U	T	R	I	T	I	O	N
			A	N	D			
	S	C	I	E	N	C	E	
	F		O		O		D	

ดร. นิธิยา รัตนาปนนท์ และ ดร. วิบูลย์ รัตนาปนนท์

คัพท์วิทยาศาสตร์การอาหาร และโภชนาการ

ดร.นิธิยา รัตนาปนนท์ และ ดร.วิบูลย์ รัตนาปนนท์



สำนักพิมพ์ไอเดียนสโตร

วังบูรพา

860-862 ถนนมหาไชย วังบูรพา กรุงเทพมหานคร 10200 โทร. 0-2221-0742, 0-2221-6567 แฟกซ์ 0-2225-3300

ปิ่นเกล้า

1/35-39 ถนนบรมราชชนนี บางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700 โทร. 0-2434-8814-5 แฟกซ์ 0-2424-0152



ศัพท์วิทยาศาสตร์การอาหารและโภชนาการ

ดร.นิธิยา รัตนাপนนท์ และ ดร.วิบูลย์ รัตนูปนนท์

ราคา 150 บาท

จัดทำเป็นฉบับ E-Book ครั้งที่ 1 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2568

* หนังสือเล่มนี้สงวนลิขสิทธิ์ตาม พ.ร.บ. ลิขสิทธิ์ พุทธศักราช 2558
ห้ามผู้ใดพิมพ์ซ้ำ ลอกเลียน ส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้
ไม่ว่าในรูปแบบใด ๆ นอกจากจะได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรเท่านั้น*

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

นิธิยา รัตนูปนนท์.

ศัพท์วิทยาศาสตร์การอาหารและโภชนาการ.- กรุงเทพฯ : ไอเดียสโตร์, 2568.

376 หน้า.

1. วิทยาศาสตร์การอาหาร – ศัพท์บัญญัติ. I. วิบูลย์ รัตนูปนนท์, ผู้แต่งร่วม. II. ชื่อเรื่อง.

641.3003

ISBN (e-book) 978-616-538-339-4

ผู้จัดพิมพ์และจัดจำหน่าย สำนักพิมพ์ไอเดียสโตร์

บรรณาธิการบริหาร: ประสาร สันติวัฒนา บรรณาธิการ: ภูสิทธิ์ พลายชมพู กองบรรณาธิการ: สนธยา ราษีทอง
อิตีมา เพ็ชรศรี พิสูจน์อักษร: จิระภรณ์ คัคคักแก้ว ฝ่ายศิลปกรรม: ประยง อ่อนแสง อีรพล ศรีสวัสดิ์ ชัยวัฒน์ แก้ว
เอกพันธ์ ขวาเปาะ รูปเล่มและอาร์ตเวิร์ค: ปัญญา ผูกสินธุ์ เรียงพิมพ์: ณศวรรณ พลสมัคร ออกแบบปก:
กองสุพันธ์ ขวาเปาะ ประสานงานการผลิต: ปิยะวัลย์ พันธุ์แจ่ม กัญญา วงศ์คำค่า อรมา คงสุวรรณ

❁ สำนักพิมพ์ไอเดียสโตร์ขอเรียนเชิญครู-อาจารย์และบุคคลทั่วไปทุกท่านที่สนใจในงานเรียบเรียง การเขียนเอกสาร
ประกอบการสอน เอกสารคำสอน ตำรา หนังสือ รายงานการพัฒนา นวัตกรรม งานประดิษฐ์ รวมทั้งผลงานทางวิชาการ
ทุกสาขา และมีผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบผลงานถูกต้องตามหลักวิชาการให้อีกด้วย ทั้งนี้ให้ส่งสำเนาต้นฉบับ ประวัติ สถานที่ทำงาน
เบอร์โทรศัพท์ ที่อยู่สามารถติดต่อได้สะดวกมาในนาม บรรณาธิการ สำนักพิมพ์ไอเดียสโตร์ 1/35-39 ถนนบรมราชชนนี
แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700 ❁

ในกรณีที่ท่านต้องการซื้อเป็นจำนวนมาก เพื่อใช้ในการสอน การฝึกอบรม และส่งเสริมการขาย เป็นต้น
กรุณาติดต่อสอบถามราคาพิเศษได้ที่ สำนักพิมพ์ไอเดียสโตร์ทุกสาขา : สาขาปิ่นเกล้า โทร. 0-2434-8814-5
สาขาวังบูรพา โทร. 0-2221-0742, 0-2221-6567

คำนำ

หนังสือ ศัพท์วิทยาศาสตร์การอาหารและโภชนาการ เล่มนี้ ผู้เขียนได้รวบรวมคำศัพท์มาจากหนังสือภาษาอังกฤษหลายๆ เล่มที่เกี่ยวข้อง แปลและเรียบเรียงโดยใช้คำง่ายๆ เพื่อให้ให้นักศึกษาและผู้สนใจได้อ่านและเข้าใจความหมายอย่างถูกต้องและชัดเจน มีความสะดวกในการนำไปใช้ประโยชน์และศึกษาค้นคว้าต่อไป จึงหวังว่านักศึกษาและผู้สนใจจะได้ประโยชน์จากหนังสือเล่มนี้ หากผู้อ่านมีข้อเสนอแนะประการใด ผู้เขียนขอน้อมรับด้วยความเต็มใจ ในการพิมพ์หนังสือเล่มนี้ครั้งที่ 1 ได้พบคำที่พิมพ์ผิดและมีข้อผิดพลาดหลายแห่ง จึงได้แก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องในการพิมพ์ครั้งที่ 2 นี้แล้ว

ขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญศิริ ศรีบุรี ที่ช่วยตรวจทานและพิสูจน์อักษรต้นฉบับ

ดร. นิธิยา รัตนานนท์ และ ดร. วิบูลย์ รัตนานนท์

สารบัญ

A.....	1	W.....	356
B.....	30	X.....	360
C.....	45	Y.....	362
D.....	95	Z.....	364
E.....	112		
F.....	128	เอกสารอ้างอิง.....	367
G.....	146		
H.....	168	ประวัติผู้เรียบเรียง.....	369
I.....	188		
J.....	197		
K.....	199		
L.....	204		
M.....	220		
N.....	248		
O.....	259		
P.....	268		
Q.....	303		
R.....	305		
S.....	313		
T.....	330		
U.....	345		
V.....	348		

A

Absorbent

สารที่ดูดซึมแก๊สหรือของเหลว เช่น ซิลิกาเจลดูดซึมความชื้นในอากาศ

Absorption

การดูดซึม เช่น การดูดซึมสารอาหารที่ถูกย่อยอย่างสมบูรณ์แล้วผ่านเซลล์เยื่อบุผนังลำไส้เล็กเข้าสู่กระแสเลือด ซึ่งการดูดซึมสารอาหารเป็นหน้าที่หลักของลำไส้เล็กส่วนเจจูนัมและไอเลียม

Acceptable daily intake (ADI)

ค่าที่บ่งชี้ถึงปริมาณสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวันโดยไม่เกิดโทษหรือเกิดพิษต่อร่างกาย

Acesulfame potassium

แอสซัลเฟมโพแทสเซียม หรือแอสซัลเฟมเค (Acesulfame-K) เป็นสารให้รสหวานทดแทนน้ำตาลชนิดหนึ่ง มีรสหวานมากกว่าน้ำตาลซูโครส 200 เท่า เป็นผลึกสีขาว ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ ไม่ให้พลังงาน มีความคงตัวและทนต่อความร้อน เมื่อร่างกายได้รับจะถูกดูดซึมและขับออกทางปัสสาวะโดยไม่มีการเปลี่ยนแปลง สารนี้ได้รับการรับรองจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประเทศสหรัฐอเมริกาว่ามีความปลอดภัยต่อผู้บริโภค

Acetaldehyde

แอซิทัลดีไฮด์ เป็นสารที่เกิดจากการออกซิไดส์เอทานอล (เอทิลแอลกอฮอล์)

Acetanisole

แอซีทานิโซล เป็นสารสังเคราะห์ที่ให้กลิ่นรสชนิดหนึ่ง มีลักษณะเป็นของแข็ง สีเหลืองอ่อน ละลายได้ในน้ำมันและโพรพิลีนไกลคอลแต่ไม่ละลายในกลีเซอรินและน้ำมันแร่

Acetic acid

กรดแอซีติก หรือกรดน้ำส้ม เป็นกรดอินทรีย์ที่เกิดจากการออกซิไดส์เอทิลแอลกอฮอล์เป็นแอซีทาลดีไฮด์ และเปลี่ยนต่อไปเป็นกรดแอซีติกหรือเกิดจากกระบวนการหมักน้ำตาลด้วยยีสต์และแบคทีเรียแอซิโตแบกเตอร์

Acetoacetic acid

กรดแอซิโตแอซีติก เป็นกรดคีโตนที่โมเลกุลมีจำนวนคาร์บอน 4 อะตอม และเป็นสารคีโตนบอดีส์ชนิดหนึ่ง ซึ่งอาจจะพบได้ในปัสสาวะของผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน

Acetone

แอซีโตน หรือไดเมทิลคีโตน เป็นคีโตนที่มีน้ำหนักโมเลกุลน้อยที่สุด ใช้เป็นตัวทำละลายลิพิด และเป็นคีโตนบอดีส์ชนิดหนึ่งที่เกิดจากการออกซิไดส์ไขมันไม่สมบูรณ์ ซึ่งพบได้ในผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน และอาจได้กลิ่นแอซีโตนทางลมหายใจออกและในปัสสาวะของผู้ป่วย

Acetyl coenzyme A

แอซิติลโคเอนไซม์เอ เป็นสารประกอบที่มีคาร์บอน 2 อะตอม เกิดจากปฏิกิริยาของกรดแอซีติกกับโคเอนไซม์เอ และเกิดจากการสลายตัวของกรดไขมันโดยอาศัยบีตา-ออกซิเดชัน เมื่อแอซิติลโคเอนไซม์เอ (หรือแอซิติลโคเอ) 1 โมเลกุล เข้าสู่วัฏจักรเครบส์จะให้พลังงาน 12 ATP

Acetylene

แอซิติลีน เป็นไฮโดรคาร์บอนที่ประกอบด้วยคาร์บอน 2 อะตอม และไฮโดรเจน 2 อะตอม ต่อกันด้วยพันธะไตรอิน มีสูตรคือ $\text{CH}\equiv\text{CH}$ สารนี้ใช้เร่งการสุกของผลไม้บางชนิดได้

Achlohydria

อะคลอไฮเดรีย คือการที่กระเพาะอาหารไม่มีการหลั่งกรดเกลือ หรือมีการหลั่งกรดเกลือเพียงเล็กน้อย

Achylia gastrica

อะไคเลียแกสตริกา คือการที่กระเพาะอาหารไม่มีการหลั่งน้ำย่อย หรือมีการหลั่งน้ำย่อยเพียงเล็กน้อย

Acid

แอซิด หรือกรด คือสารประกอบที่แตกตัวให้หมู่ไฮโดรเจนไอออน (H^+) หรือโปรตอนในสารละลายที่มีน้ำเป็นตัวทำละลาย และกรดมีฤทธิ์ทำลายต่าง

Acidification

เป็นการปรับค่าพีเอชของอาหารให้เป็นกรด คือมีค่าพีเอชต่ำกว่า 7 โดยการเติมกรดอินทรีย์ลงไป

Acidity

แอซิดิตี คือระดับความเป็นกรดของสารหรือสารละลาย ซึ่งขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของไฮโดรเจนไอออน นิยมวัดเป็นค่าพีเอช

Acid-ash food

อาหารที่ผ่านการออกซิเดชัน (เผาไหม้) แล้วได้เถ้าที่มีความเป็นกรด เนื่องจากมีออกไซด์ของกำมะถันเกิดขึ้น เช่น เนื้อสัตว์ ไขมันสัตว์ ถั่ว ธัญชาติ ถั่วต่าง ๆ ลูกพลัม และลูกพรุน

Acid-base balance

ภาวะสมดุลของกรดและด่าง ของเหลวชนิดต่างๆ ภายในร่างกายจะมีการควบคุมภาวะสมดุลของกรดและด่างให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

Acid dip

เป็นการจุ่มผักหรือผลไม้ลงในสารละลายกรดเพื่อชะลอปฏิกิริยาการเกิด

4 ศัพท์วิทยาศาสตร์การอาหารและโภชนาการ

สีน้ำตาลที่เร่งด้วยเอนไซม์ เช่น การจุ่มชิ้นแอปเปิ้ลลงในสารละลายกรดซิตริก 0.5 เปอร์เซ็นต์ หรือกรดแอสคอร์บิก 1.0 เปอร์เซ็นต์ เพื่อยับยั้งไม่ให้ชิ้นแอปเปิ้ลเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล

Acidosis

ภาวะที่เลือดมีความเป็นกรดมากกว่าปกติ คือภาวะที่เลือดมีค่าพีเอชต่ำกว่า 7.4 เนื่องจากมีความเป็นด่างต่ำ อาจเกิดจากการสูญเสียค่าหรือมีการสะสมกรดมากกว่าปกติ เช่น ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานอย่างรุนแรง จะมีสารคีโตนบอดีส์ในเลือดสูงกว่าปกติทำให้เลือดมีภาวะเป็นกรด

Acidulant

สารเพิ่มความเป็นกรดในอาหาร เป็นกรดอินทรีย์ที่ใช้เติมลงในอาหารเพื่อควบคุมหรือปรับค่าพีเอชของอาหารให้ได้ตามที่ต้องการ ช่วยเพิ่มกลิ่นและรสชาติ เป็นสารช่วยถนอมรักษาอาหาร และช่วยควบคุมการเจริญของจุลินทรีย์

Acid value

ค่ากรด คือปริมาณกรดไขมันอิสระที่มีอยู่ในไขมันหรือน้ำมัน ซึ่งเกิดจากการสลายตัวของไตรกลีเซอไรด์ วิเคราะห์ได้โดยการนำตัวอย่างไขมันหรือน้ำมันมาไทเทรตกับสารละลายด่างมาตรฐาน ค่านี้จึงหมายถึงจำนวนมิลลิกรัมของด่างที่ใช้ในการทำไขมันหรือน้ำมัน 1 กรัมเป็นกลางพอดี

Acid whey

เวย์กรด คือเวย์ที่ได้จากการใช้กรดตกตะกอนโปรตีนเคซีนในน้ำนมในระหว่างการทำเนยแข็ง

Acne

แอกเน คือการเกิดตุ่มที่ผิวหนังเมื่อมีการอักเสบของรูขุมขนหรือต่อมน้ำมัน หากอักเสบและมีหนองอยู่ภายใน เรียกว่าสิ่ว มักเป็นกับเด็กวัยรุ่น

Aconitic acid

กรดแอโคนิก เป็นกรดอินทรีย์ชนิดหนึ่งที่พบในอ้อย

Acrolein

แอโครลีน เป็นสารระเหยที่เกิดจากการสลายตัวของกลีเซอรอลในโมเลกุลของน้ำมันเมื่อได้รับความร้อนสูงเกินไป มีกลิ่นคาวปลา ส่งผลให้น้ำมันมีกลิ่นผิดปกติ

Actin

แอกทิน เป็นโปรตีนหลักชนิดหนึ่งของเซลล์กล้ามเนื้อ มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการหดตัวของกล้ามเนื้อ

Active filtration

การกรองโดยใช้แรงดันช่วยเพื่อให้ของเหลวไหลผ่านกระดาษกรองได้เร็วขึ้น

Active oxygen method

เป็นวิธีการวัดค่าเพื่อประเมินว่าไขมันหรือน้ำมันถูกออกซิไดส์เป็นเพอรอกไซด์ได้เร็วหรือช้า

Active packaging

คือบรรจุภัณฑ์ที่มีสมบัติเฉพาะ เช่น สามารถดูดซับเอทิลีนเพื่อควบคุมการสุกของผลไม้ หรือสามารถควบคุมระดับความชื้น หรือมีสารดูดซับแก๊สออกซิเจน และคาร์บอนไดออกไซด์ หรือปล่อยสารต้านจุลินทรีย์ เป็นต้น

Active transport

การเคลื่อนย้ายสารผ่านเซลล์เมมเบรนที่ต้องใช้พลังงาน (ATP)

Active site

ตำแหน่งที่ทำงาน หรือตำแหน่งกัมมันต์คือส่วนของโมเลกุลเอนไซม์ที่จะจับกับซับสเตรต ที่ตำแหน่งนี้จะมีรูปร่างเฉพาะ เพื่อให้เหมาะสมกับโมเลกุลของซับสเตรต

Actomyosin

แอกโตไมโอซิน เป็นสารประกอบเชิงซ้อนของโปรตีนหลักที่พบในกล้ามเนื้อ ประกอบด้วยโปรตีน 2 ชนิด คือ แอกทิน และไมโอซิน แอกโตไมโอซิน จะเกิดขึ้นเมื่อกล้ามเนื้อหดตัว และมีการสลาย ATP เป็น ADP

Additive

สารเติมแต่ง เป็นสารสกัดจากธรรมชาติหรือสารสังเคราะห์ ซึ่งเป็นสารที่ไม่ได้อยู่ในอาหารตามธรรมชาติ แต่ถูกเติมลงในอาหารระหว่างกระบวนการแปรรูป เช่น ผงฟู สีอาหาร และผงชูรส เป็นต้น

Adenine

แอดีนีน เป็นพิวรีนเบสชนิดหนึ่งที่เป็นองค์ประกอบในโมเลกุลของกรดนิวคลีอิก

Adenosine triphosphate (ATP)

แอดีนโนซีนไตรฟอสเฟต (เอทีพี) เป็นสารประกอบที่ให้พลังงานสูงชนิดหนึ่ง เมื่อสลายตัวจะให้พลังงานออกมา ในโมเลกุลของ ATP ประกอบด้วยพิวรีนเบส คือ แอดีนีนและน้ำตาลไรโบส อย่างละ 1 โมเลกุล และมีหมู่ฟอสเฟต 3 หมู่ โดยพันธะระหว่างหมู่ฟอสเฟต 2 หมู่สุดท้ายเป็นพันธะพลังงานสูง (high-energy bond) เมื่อสลายพันธะนี้จะให้พลังงานออกมา 7 กิโลแคลอรี

Adipocyte

แอดิโพไซต์ เป็นเซลล์ไขมัน (fat cell) ที่ประกอบกันเป็นเนื้อเยื่อไขมัน

Adipose tissue

เนื้อเยื่อไขมัน คือเนื้อเยื่อที่ทำหน้าที่สะสมไขมันอยู่ใต้ผิวหนัง ประกอบด้วยแอดิโพไซต์เซลล์ พบมากบริเวณหน้าท้อง สะโพก และโคนขา ซึ่งจะพบได้ในคนอ้วน หรือมีน้ำหนักเกิน

Adolescence

แอดอเลสเซนซ์ หรือวัยหนุ่มสาว หมายถึงผู้หญิงที่มีอายุอยู่ในช่วง 13-17 ปี และผู้ชายที่มีอายุอยู่ในช่วง 15-21 ปี

Adrenocorticotrophic hormone (ACTH)

แอดรีโนคอร์ติโคทรอปิกฮอร์โมน คือฮอร์โมนที่ต่อมพิทูอิทารีปล่อยออกมาเพื่อกระตุ้นให้ต่อมแอดรีนาลหรือต่อมหมวกไตหลั่งฮอร์โมนคอร์ติโคสเตียรอยด์

Aeration

แอเรชัน เป็นการเติมอากาศลงในผลิตภัณฑ์อาหาร เพื่อทำให้มีลักษณะเนื้อสัมผัส ความรู้สึกเมื่ออาหารในปาก และลักษณะปรากฏเปลี่ยนไปจากเดิม เช่น การทำวิปครีม

Aflatoxin

อะฟลาทอกซิน เป็นสารพิษที่ราแอสเพอร์จิลลัสฟลาวัส (*Aspergillus flavus*) ปล่อยออกมาขณะที่เจริญบนอาหาร เช่น ข้าวโพดและถั่วลิสง อะฟลาทอกซินเป็นสารก่อมะเร็งที่ตับ (hepatocarcinogen) มีหลายชนิด ตัวอย่างเช่น อะฟลาทอกซินจี และอะฟลาทอกซินเอ็ม เป็นต้น

Aerobic

แอโรบิก คือภาวะที่ต้องการออกซิเจน (อากาศ) เช่น การดำรงชีพของเซลล์ต่างๆ ของสิ่งที่มีชีวิตจำเป็นต้องใช้ออกซิเจน

Agar หรือ Agar-agar

อะการ์ หรือวุ้น เป็นกัมชนิดหนึ่งที่สกัดได้จากสาหร่ายทะเลสีแดง เป็นส่วนผสมของพอลิแซ็กคาไรด์ เช่น อะกาโรส และอะกาโรเพกทิน อะการ์ไม่ละลายในน้ำเย็น ละลายได้อย่างช้าๆ ในน้ำร้อน และละลายได้ดีในน้ำเดือด เมื่อปล่อยให้เย็นจะเกิดเป็นเจล จึงใช้เป็นสารก่อเจล (gelling agent) ในอาหาร ปริมาณที่ใช้อยู่ในช่วง 0.1-2.0 เปอร์เซ็นต์

Agitation

การกวน หรือการคน ช่วยให้อาหารที่เป็นของเหลวผสมเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน

AIDS

เอดส์ เป็นคำย่อของโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (acquired immune deficiency syndrome) ซึ่งมีสาเหตุมาจากการติดเชื้อไวรัส HIV (human immune deficiency virus) ที่ติดต่อกันระหว่างมีเพศสัมพันธ์ หรือการใช้เข็มร่วมกันฉีดยาเสพติด หรือติดจากมารดาที่มีเชื้อ HIV ไปยังทารก

Alanine

แอลานีน เป็นกรดอะมิโนไม่จำเป็นชนิดหนึ่งที่ร่างกายสร้างขึ้นได้ มีหน้าที่สำคัญ คือแอลานีนจะถูกเปลี่ยนเป็นน้ำตาลกลูโคสได้ในภาวะที่ร่างกายขาดน้ำตาล

Albumen

แอลบูเมน เป็นชื่ออีกชื่อหนึ่งที่ใช้เรียกไข่ขาว (egg white)

Albumin

แอลบูมิน เป็นโปรตีนชนิดหนึ่งที่พบอยู่ในพลาสมา ของเหลว และเนื้อเยื่อของร่างกาย ซึ่งมีประมาณ 50 เปอร์เซ็นต์ของพลาสมาโปรตีน มีหน้าที่ควบคุมความดันออสโมซิสในเลือด โปรตีนชนิดนี้ที่พบในน้ำนม เรียกว่า แล็กโทแอลบูมิน (lactoalbumin) และที่พบในไข่เรียกว่า โอวัลบูมิน (ovalbumin) เป็นโปรตีนที่ละลายได้ในน้ำและจะเกิดการตกตะกอนเนื่องจากเสียสภาพธรรมชาติ (coagulation) เมื่อได้รับความร้อน

Albuminuria

แอลบูมินูเรีย คือภาวะที่มีโปรตีนแอลบูมินในปัสสาวะ อาจเนื่องมาจากไตอักเสบ หรือมีความผิดปกติในกระเพาะปัสสาวะ

Alcohol

แอลกอฮอล์ เป็นสารประกอบอินทรีย์ที่มีหมู่ไฮดรอกซิล (-OH) อยู่ในโมเลกุลของไฮโดรคาร์บอน ตัวอย่างเช่น เมทิลแอลกอฮอล์ (CH_3OH) และเอทิลแอลกอฮอล์ ($\text{C}_2\text{H}_5\text{OH}$) ซึ่งเอทิลแอลกอฮอล์มีอยู่ในเหล้า เบียร์ และไวน์ แต่เมทิลแอลกอฮอล์เป็นสารพิษ กินแล้วตาย

Alcohol beverage

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ คือเครื่องดื่มที่ผลิตขึ้นและมีเอทิลแอลกอฮอล์ระดับหนึ่ง เช่น เบียร์ และไวน์

Alcohol free beverage

เครื่องดื่มปราศจากแอลกอฮอล์ คือเครื่องดื่มที่ผลิตขึ้นโดยปราศจากเอทิลแอลกอฮอล์ในเครื่องดื่มนั้น

Alcohol dehydrogenase (ADH)

แอลกอฮอล์ดีไฮโดรจีเนส เป็นเอนไซม์ที่เร่งปฏิกิริยาการเปลี่ยนแอลกอฮอล์ให้เป็นแอลดีไฮด์ นอกจากนี้ ADH ยังเป็นคำย่อของ anti-diuretic hormone ซึ่งเป็นฮอร์โมนที่กระตุ้นให้มีการดูดซึมกลับของน้ำที่กรวยไตเข้าสู่ร่างกาย

Alcoholism

แอลกอฮอล์ซึม คือภาวะการติดสุราเรื้อรัง ทำให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย เช่น ควบคุมตนเองไม่ได้ ร่างกายเสื่อมโทรม และอาจมีผลกระทบต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย

Alcoholosis

แอลกอฮอล์ซิส เป็นปฏิกิริยาทางเคมีของกรดไขมันกับแอลกอฮอล์ได้เป็นสารประกอบเอสเทอร์

Aldehyde

แอลดีไฮด์ คือสารประกอบอินทรีย์ที่มีหมู่ -CHO อยู่ในโมเลกุลของไฮโดรคาร์บอน เช่น ฟอรัมาลดีไฮด์ (HCHO) และแอซีทาลดีไฮด์ (CH_3CHO)

Aldohexose

แอลโดเฮกโซส เป็นน้ำตาลที่มีจำนวนคาร์บอน 6 อะตอม และมีหมู่แอลดีไฮด์อยู่ในโมเลกุล เช่น น้ำตาลกลูโคสและกาแล็กโทส

Aldosterone

แอลโดสเตอโรน เป็นสเตอรอยด์ฮอร์โมนที่สร้างขึ้นจากต่อมแอดรีนาลคอร์เทกซ์ (ต่อมหมวกไต) เพื่อควบคุมภาวะสมดุลของน้ำและอิเล็กโทรไลต์ในเลือด เช่น โซเดียมและโพแทสเซียมไอออน

Algin หรือ Alginate

แอลจิน หรือแอลจินิต เป็นกัมชนิดหนึ่งที่ได้จากกรดแอลจินิก จัดเป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนที่สกัดได้จากสาหร่ายทะเลสีน้ำตาล อาจอยู่ในรูปของเกลือโซเดียมและโพแทสเซียม ใช้ประโยชน์เป็นสารเพิ่มความหนืดให้กับอาหาร หรือเป็นสารก่อเจล ช่วยทำให้เกิดเจลในอาหาร เช่น เดิมลงในไอศกรีม และขนมหวานต่างๆ

Alimentary canal

ช่องทางเดินอาหาร หมายถึงอวัยวะที่เป็นช่องทางจากปากถึงทวารหนัก ซึ่งเป็นส่วนของร่างกายที่ประกอบด้วยอวัยวะที่ทำหน้าที่ย่อยสลายอาหารให้มีขนาดโมเลกุลเล็กลง หากเป็นระบบย่อยอาหารทั้งหมดจะรวมอวัยวะอื่นๆ เช่น ตับ ตับอ่อน และถุงน้ำดี

Aliphatic

แอลิฟาติก หมายถึงสารประกอบอินทรีย์ที่มีลักษณะโครงสร้างโมเลกุลเป็นสายตรง ไม่มีวงแหวน หรือสายแขนง

Alitame

แอลิเทมเป็นสารให้รสหวานที่ไม่ให้พลังงานชนิดหนึ่ง มีรสหวานมากกว่าน้ำตาลซูโครส 2,000 เท่าเป็นไดเพปไทด์ที่สังเคราะห์มาจากกรดแอมิโนแอล-แอลานีนและกรดแอสพาร์ติก ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประเทศสหรัฐอเมริกาให้การรับรองว่ามีความปลอดภัยต่อผู้บริโภค ใช้เติมลงในเครื่องดื่ม ผลิตภัณฑ์ขนม และหมากฝรั่ง

Alkaline dip

การจุ่มผลไม้ เป็นการจุ่มผลไม้บางชนิดลงในสารละลายต่าง ก่อนนำไปอบแห้ง เช่น การอบแห้งองุ่น และพ룬 จะจุ่มผลไม้ลงในสารละลายโซเดียมคาร์บอเนต หรือโซเดียมไฮดรอกไซด์ความเข้มข้น 0.5 เปอร์เซ็นต์ ที่อุณหภูมิ 93-100 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 2-3 วินาที

Alkalinity

ค่าความเป็นด่าง ความเป็นด่างของสารบ่งชี้ได้ด้วยค่าพีเอช สารละลายที่มีฤทธิ์เป็นด่างจะมีค่าพีเอชมากกว่า 7 ขึ้นไปถึง 14

Alkaloid

แอลคาลอยด์ คือสารประกอบอินทรีย์ที่มีไนโตรเจนเป็นองค์ประกอบ แอลคาลอยด์บางชนิดจัดเป็นสารพิษ ตัวอย่างของแอลคาลอยด์ เช่น ซาโลนินในมันฝรั่ง กาเฟอีนและทีโอโบรมีนในชา กาแฟ ช็อกโกแลต และโกโก้

Alkalosis

แอลคาลอซิส เป็นภาวะที่เลือดมีค่าพีเอชสูงกว่าค่าพีเอชปกติของเลือด คือ 7.4 หรือมีสภาพเป็นด่างมากกว่าปกติ เนื่องจากการสูญเสียกรดออกจากร่างกายมากเกินไป

Allergen

แอลเลอร์เจน หมายถึงสารใดๆ ที่สามารถทำให้ร่างกายเกิดการแพ้ได้

Allergy

แอลเลอร์จี เป็นการแพ้เนื่องจากร่างกายตอบสนองเมื่อได้รับสารแปลกปลอม เช่น โปรตีนจากอาหาร ทำให้เกิดปฏิกิริยากับภูมิคุ้มกัน บางครั้งเรียกว่า hypersensitivity ตัวอย่างเช่น อาการที่ทารกแพ้โปรตีนจากนมวัว

Allicin

แอลลิซิน เป็นสารประกอบอินทรีย์ที่มีกำมะถันเป็นองค์ประกอบ พบมากในหอมและกระเทียม แอลลิอิน (alliin) สลายตัวได้เป็นแอลลิซิน

Alliin

แอลลิอิน เป็นสารประกอบอินทรีย์ที่มีกำมะถันเป็นองค์ประกอบ พบมากในหอมและกระเทียม เมื่อสลายตัวจะได้แอลลิซิน โดยมีเอนไซม์ แอลลิอินเอส (alliinase) เร่งปฏิกิริยา

All-purpose flour

แป้งข้าวสาลีเนกประสงค์ คือ แป้งข้าวสาลีที่มีสมบัติอยู่กึ่งกลางระหว่าง แป้งข้าวสาลีที่ใช้ทำขนมปัง ซึ่งจะต้องมีปริมาณโปรตีนมากกว่า 10.5 เปอร์เซ็นต์ และมีเถ้า (แร่ธาตุ) ประมาณ 0.4-0.5 เปอร์เซ็นต์ และ แป้งข้าวสาลีที่ใช้ทำเค้ก ซึ่งจะมีโปรตีนน้อยกว่า 10 เปอร์เซ็นต์ และมีเถ้าน้อยกว่า 0.4 เปอร์เซ็นต์

Allspice

อลอสไพซ์ เป็นเครื่องเทศที่ได้จากผลแห้งของต้น *Pimenta officinalis* ซึ่งเป็นไม้ยืนต้นเขตร้อน มีกลิ่นและรสชาติคล้ายจันทน์เทศ (nutmeg) อบเชย (cinnamon) และกานพลู (clove) ผสมกัน มีแหล่งกำเนิดจาก ประเทศจาไมกา ใช้ประโยชน์เติมลงในอาหารหลายชนิด เช่น ขนมพาย เค้ก เนื้ออบ ซุป และซอส

Amadori compound

สารประกอบแอมาดอริ คือสารอินเทอร์มีเดียตของปฏิกิริยาเมลลาร์ด (Maillard reaction) ซึ่งเป็นปฏิกิริยาระหว่างหมู่เอมิโนในโมเลกุลของ กรดเอมิโนและโปรตีนกับน้ำตาลรีดิวซิง เช่น น้ำตาลกลูโคส

Almond

แอลมอนด์ เป็นนัทชนิดหนึ่ง ได้จากต้นแอลมอนด์ (*Prunus mygdalus*) มีทั้งพันธุ์รสหวานและรสขม พันธุ์รสหวานคือนัทที่ใช้บริโภคเป็นอาหาร ส่วนพันธุ์รสขมใช้เป็นวัตถุดิบในการผลิตน้ำมันแอลมอนด์

Almond oil

น้ำมันแอลมอนด์ เป็นน้ำมันที่ได้จากแอลมอนด์พันธุ์ผสมที่จะต้องสกัดแยกเอากรดไฮโดรไซยานิก (HCN) ออกไปเสียก่อน เป็นน้ำมันที่ไม่มีสีถึงมีสีเหลืองอ่อน มีกลิ่นหอมคล้ายแอลมอนด์ ใช้ประโยชน์ทางยาและเครื่องสำอาง

Aloin

แอลอีน เป็นสารที่มีรสขม พบอยู่ในยางของใบว่านหางจระเข้ มีฤทธิ์เป็นยาระบาย

Alpha-lactoalbumin

แอลฟา-แล็กโทแอลบูมิน เป็นโปรตีนหลักที่พบในน้ำนมคน ส่วนโปรตีนหลักในน้ำนมวัว คือ เคซีน

Alum

อะลัม หรือสารส้ม เป็นสารกันเสียชนิดหนึ่ง ชื่อที่ใช้เรียกสารประกอบอะลูมิเนียมมีหลายชนิด เช่น อะลูมิเนียมซัลเฟตและอะลูมิเนียมโพแทสเซียมซัลเฟต หรือโพแทสเซียมอะลัม ในโมเลกุลของอะลัมมีน้ำเกาะอยู่ 12 โมเลกุล ($12\text{H}_2\text{O}$) มีรสเปรี้ยวฝาด ใช้ร่วมกับ EDTA ในการป้องกันการเปลี่ยนสีของผักและใช้กับอาหารดองปรุงรส

Alzheimer's disease

โรคอัลไซเมอร์ หรือโรคสมองเสื่อม เป็นโรคสมองเรื้อรังที่เกิดในผู้สูงอายุ มีอาการผิดปกติของเซลล์สมอง ทำให้สูญเสียความทรงจำ และมีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของเส้นใยประสาท ทำให้ไม่สามารถดูแลตนเองได้

Amenorrhea

อะมีนอร์เรีย คือภาวะที่สตรีไม่มีประจำเดือน หรือการหยุดมีประจำเดือน

Amine

เอมีน คือสารประกอบอินทรีย์ที่มีหมู่เอมีน ($-NH_2$) ในโมเลกุล เช่น ไนโตรซามีน ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งในคน

Amino acid

กรดเอมีน คือสารประกอบอินทรีย์ชนิดหนึ่งในโมเลกุลมีทั้งหมู่เอมีนและหมู่คาร์บอกซิลอิสระ กรดเอมีนเป็นองค์ประกอบในโมเลกุลของโปรตีน ในร่างกายมีกรดเอมีนทั้งหมด 20 ชนิด แบ่งออกตามคุณค่าทางโภชนาการได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กรดเอมีนที่จำเป็นต่อร่างกาย และกรดเอมีนที่ไม่จำเป็นต่อร่างกาย (ร่างกายสร้างได้)

Amino acid pool

คือกรดเอมีนที่รวมกันอยู่ภายในร่างกาย ซึ่งเซลล์จะใช้กรดเอมีนเหล่านี้สำหรับสร้างเป็นโปรตีนชนิดใหม่ตามที่ร่างกายต้องการ

Amino peptidase

เอมีนเปปติเดส คือเอนไซม์ที่ตัดพันธะเพปไทด์จากด้านปลายสุดที่มีหมู่เอมีนออกโมเลกุลของโปรตีน ได้เป็นกรดเอมีนอิสระครั้งละ 1 โมเลกุล อาจเรียกว่าเอนไซม์เอกโซโปรตีเนส

Amino sugar

เอมีนซูการ์ คืออนุพันธ์ของน้ำตาลในรูปเอมีน เนื่องจากมีการเติมหมู่เอมีน ($-NH_2$) เข้าไปแทนที่หมู่ไฮดรอกซิล ($-OH$) ที่คาร์บอนตำแหน่งที่ 2 ตัวอย่างเช่น กลูโคซามีน พบเป็นองค์ประกอบในไคตินและกาแล็กโทซามีนซึ่งอยู่ในกระดูกอ่อน (cartilage)

Amniotic fluid

น้ำคร่ำ เป็นของเหลวที่หล่อเลี้ยงทารกในมดลูกขณะที่อยู่ในครรภ์มารดา

Amniotic sac

ถุงน้ำคร่ำ เป็นถุงน้ำที่ทารกลอยตัวอยู่ในมดลูกขณะที่อยู่ในครรภ์มารดา

AMP เป็นคำย่อของ adenosine monophosphate

Amphiphilic

แอมฟิฟิลิก หมายถึงสารประกอบที่มีโครงสร้างโมเลกุลเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ชอบน้ำ เรียกว่า ไฮโดรฟิลิก และส่วนที่ชอบไขมัน เรียกว่า ลิพิดฟิลิก หรือไฮโดรโฟบิก

Amphoteric

แอมโฟเทริก หมายถึงสารประกอบที่ในโมเลกุลมีทั้งประจุบวกและประจุลบ เช่น โปรตีน จึงมีสมบัติเป็นได้ทั้งกรดและด่าง (เบส)

Amylase

อะไมเลส เป็นเอนไซม์ที่พบในน้ำลายและน้ำย่อยในลำไส้เล็ก มีหน้าที่ไฮโดรไลซ์โมเลกุลของสตาร์ช (starch) ให้เป็นน้ำตาลมอลโทส

α -Amylase หรือ (1,4- α -glucan glucanohydrolase หรือ Glycognase)

แอลฟา-อะไมเลส คือเอนไซม์ที่ไฮโดรไลซ์พันธะไกลโคไซด์ที่ตำแหน่งแอลฟา-1,4- ในโมเลกุลของสตาร์ชและไกลโคเจน เป็นเอนไซม์ที่ทำให้เกิดเอนโดไฮโดรไลซิสได้เป็นโอลิโกแซ็กคาไรด์และเป็นเอนไซม์ที่ต้องการแคลเซียม

β -Amylase หรือ (1,4- α -D-glucan maltohydrolase)

บีตา-อะไมเลส คือเอนไซม์ที่ไฮโดรไลซ์พันธะไกลโคไซด์จากด้าน non-reducing end ตรงตำแหน่งที่สองได้เป็นน้ำตาลมอลโทส เอนไซม์นี้พบได้ในแบคทีเรีย รา และพืช ในเนื้อเยื่อสัตว์ไม่มีบีตา-อะไมเลส อาจพบในจุลินทรีย์ที่อยู่ในระบบทางเดินอาหาร

γ -Amylase หรือ (1,4- α -glucohydrolase หรือ Glucoamylase)

แกมมา-อะไมเลส คือเอนไซม์ที่ไฮโดรไลซ์พันธะไกลโคไซด์ที่ตำแหน่งแอลฟา-1,4-จากปลายด้าน non-reducing end ของอะไมโลสและอะไมโลเพกทินได้เป็นน้ำตาลกลูโคสและไฮโดรไลซ์พันธะไกลโคไซด์ที่

ตำแหน่งแอลฟา-1,6- ด้วย แต่มีภาวะที่เหมาะสมในการทำงานเป็นกรดคือที่ค่าพีเอช 3

Amylopectin

อะไมโลเพกทิน เป็นพอลิแซ็กคาไรด์ที่เป็นองค์ประกอบในโมเลกุลของสตาร์ช ประกอบด้วยน้ำตาลกลูโคสต่อกันเป็นสายตรง (พันธะแอลฟา-1,4) และสายแขนง (พันธะแอลฟา-1,6)

Amylose

อะไมโลส เป็นพอลิแซ็กคาไรด์สายตรงของน้ำตาลกลูโคสที่ต่อกันด้วยพันธะไกลโคไซด์ที่ตำแหน่งแอลฟา-1,4 และเป็นองค์ประกอบในโมเลกุลของสตาร์ชเช่นเดียวกับอะไมโลเพกทิน

Anabolism

แอนแนบอลิซึม เป็นกระบวนการสร้างสารจากโมเลกุลเล็กให้เป็นสารที่มีโมเลกุลใหญ่ในเมแทบอลิซึม โดยใช้พลังงานและมีเอนไซม์เป็นตัวเร่งปฏิกิริยา เช่น การสังเคราะห์โปรตีนจากกรดแอมิโนชนิดต่างๆ

Anaerobe

แอนแอโรบ คือจุลินทรีย์ที่ไม่ต้องการหรือไม่สามารถใช้ออกซิเจนระหว่างการดำรงชีพ เช่น คลอสตริเดียม (*Clostridium*) จุลินทรีย์ชนิดนี้จะตายหากอยู่ในภาวะที่มีออกซิเจน

Anaerobic

แอนแอโรบิก เป็นภาวะที่ไม่ต้องการออกซิเจนหรือไม่มีอากาศ

Anaphylactic shock

การที่ร่างกายเกิดการแพ้สารแปลกปลอมอย่างรุนแรงทั่วทั้งตัวและอาจถึงแก่ชีวิตได้

Androgen

แอนโดรเจน คือกลุ่มของฮอร์โมนเพศชาย เช่น เทสโทสเตอโรน

Anemia

แอนิเมีย คือภาวะโลหิตจาง เนื่องจากในเลือดมีเม็ดเลือดแดงน้อยกว่าปกติ หรือมีปริมาณเฮโมโกลบินน้อย ทำให้ความสามารถในการพาออกซิเจนจากปอดไปยังเซลล์ของเนื้อเยื่อต่างๆ ลดน้อยลงด้วย โลหิตจางไม่ใช่โรค แต่เป็นอาการหรือภาวะซึ่งอาจเกิดจากการขาดสารอาหารบางชนิด เช่น ขาดวิตามินเอ วิตามินซี เหล็ก โปรตีน หรือเสียเลือดมาก เม็ดเลือดแดงถูกทำลาย หรือการสร้างเม็ดเลือดแดงผิดปกติ

Aneurysm

แอนิวริซึม เป็นอาการผนังหลอดเลือดแดงโป่งพองบริเวณที่อ่อนแอหรือผิดปกติ

Angstrom (Å)

อังสตรอม คือหน่วยที่ใช้วัดความยาวคลื่น หรือโครงสร้างเซลล์ที่มีขนาดเล็กมาก 1 อังสตรอมเท่ากับ 10^{-10} เมตร หรือ 10^{-6} มิลลิเมตร หรือ 10^{-4} ไมโครเมตร หรือ 0.1 นาโนเมตร

Anhydrous milkfat หรือ Butter oil

น้ำมันเนย คือไขมันนม 100 เปอร์เซ็นต์ ไม่มีน้ำ หรือสารประกอบอื่นๆ ปนอยู่เลย

Animal fat

ไขมันสัตว์ หมายถึงไขมันที่มาจากสัตว์ชนิดต่างๆ ได้แก่ เนย น้ำมันหมู และไขวัว

Anion

แอนไอออน เป็นไอออนที่มีประจุลบ ซึ่งจะวิ่งไปหาขั้วบวกได้ง่าย

Anise หรือ Aniseed

เป็นเครื่องเทศชนิดหนึ่งที่ได้จากผลสุกแห้งของต้น *Pimpinella anisum* กลิ่นคล้ายเฟนเนล หรือลิกอไรซ์ (licorice) แต่รูปร่างเมล็ดคล้ายเมล็ดคาราเวย์ (caraway) ใช้เป็นสารให้กลิ่นในซูป ลูกกวาด และพาสทรี

Anisidine value

ค่าแอนิซิดีน เป็นค่าที่ได้จากการวัดปริมาณแอลดีไฮด์ ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์สุดท้ายที่เกิดจากปฏิกิริยาไลพิดออกซิเดชัน หากมีค่านี้สูงแสดงว่าน้ำมันเกิดปฏิกิริยาไลพิดออกซิเดชันมาก

Annatto

แอนแนตโท เป็นสารสีธรรมชาติที่มีสีเหลืองส้มถึงส้มแดง ได้จากเปลือกหุ้มเมล็ดของต้นคำแสด (*Bixa orellana*) เป็นสารสีที่ละลายได้ในน้ำมัน ประกอบด้วยบิซิน (bixin) ซึ่งเป็นแคโรทีนอยด์ที่ละลายได้ในน้ำมันชนิดหนึ่ง มีความคงตัวต่อปฏิกิริยาออกซิเดชัน คงตัวต่อแสงเล็กน้อย และคงตัวต่อความร้อน แต่ไม่คงตัวที่อุณหภูมิสูงกว่า 125 องศาเซลเซียส ส่วนแอนแนตโทที่ละลายได้ในน้ำที่ค่าพีเอชเป็นด่าง คือนอร์บิซิน (norbixin) ซึ่งได้จากการนำบิซินมาซาฟอนิไฟด์ หรือต้มในด่าง และแยกเอาหมู่เมทิลออกไป ใช้เป็นสีอาหาร เช่น เติมลงในเนยเทียม เนยขาว และเนยแข็ง ที่ความเข้มข้น 0.5-10 ส่วนต่อล้านส่วน (มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม)

Anorectic

แอนอเร็กติก เป็นยาที่ทำให้เบื่ออาหาร เช่น ยาลดน้ำหนัก

Anorexia

แอนอริเซีย เป็นภาวะการเบื่ออาหาร ไม่ต้องการบริโภคอาหาร

Anorexia nervosa

แอนอริเซียนอร์โวซา เป็นภาวะการเบื่ออาหารที่พบในวัยรุ่นและผู้หญิงที่กลัวอ้วน จึงอดอาหารและออกกำลังกายมากเกินไป ทำให้ไม่ยอมบริโภคอาหาร หรือการเบื่ออาหารที่เกี่ยวข้องกับความผิดปกติของระบบประสาท

Antagonist

แอนทาโกนิสต์ หมายถึงสารที่ออกฤทธิ์ตรงกันข้ามกัน เช่น วิตามินเค กับไดคูมาริน

Anthropometric

การวัดขนาดของร่างกาย เช่น การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ความยาวรอบอก รอบแขน และรอบศีรษะ เป็นต้น เพื่อใช้บ่งชี้ภาวะโภชนาการเมื่อเปรียบเทียบกับค่ามาตรฐานของคนที่มีสุขภาพดี

Anti-acid

แอนติ-แอซิด เป็นยาที่ใช้รักษาโรคกรดเกินในกระเพาะอาหาร หรืออาการ heartburn ยานี้จะช่วยลดความเป็นกรดในกระเพาะอาหาร

Antibiotic

แอนติไบโอติก คือยาปฏิชีวนะที่ใช้ยับยั้งการเจริญและการเพิ่มจำนวนของจุลินทรีย์ต่างๆ เช่น เพนิซิลลิน และเททระไซคลิน

Antibodies

แอนติบอดีส์ หรือภูมิคุ้มกัน เป็นกลุ่มของโปรตีนในเลือดที่ร่างกายผลิตขึ้นมาเพื่อทำปฏิกิริยาต่อต้าน หรือทำลายสารแปลกปลอม (antigen) ที่เข้าไปในร่างกาย ซึ่งเป็นปฏิกิริยาของระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย

Anticaking agent หรือ Free flow agent

เป็นสารที่เติมลงในอาหารผง หรือผลิตภัณฑ์อาหารผง เพื่อป้องกันไม่ให้เกาะตัวจับกันเป็นก้อน ตัวอย่างเช่น แคลเซียมซิลิเกต แคลเซียมสเตียเรต แคลเซียมคาร์บอเนต แอมโมเนียมซิเตรต และซิลิคอนไดออกไซด์ เป็นต้น

Anticoagulant

แอนติโคแอกูแลนต์ คือสารที่ยับยั้งหรือต้านการแข็งตัวของเลือด

Antifungicide

แอนติฟังจีไซด์ คือสารเคมีหรือยาที่ใช้ฆ่ารา

Antigen

แอนติเจน คือสารแปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกายแล้วทำให้เกิดการสร้างภูมิคุ้มกัน (antibodies) อาจทำให้เกิดการแพ้ มีอาการบวมแดงเกิดขึ้น สารแปลกปลอมที่พบในอาหารมักจะเป็นโปรตีน

Antifreeze protein

คือโปรตีนธรรมชาติที่พบอยู่ในสัตว์ที่อาศัยอยู่ในที่ที่มีอุณหภูมิต่ำมาก เช่น สัตว์ที่อยู่บริเวณขั้วโลกโปรตีนนี้ช่วยป้องกันไม่ให้เนื้อเยื่อแข็งตัวเมื่อได้รับอุณหภูมิต่ำ เมื่อนำมาใช้เติมลงในอาหารจะทำให้อาหารมีอุณหภูมิที่แข็งตัวลดต่ำลง จึงช่วยยืดอายุการเก็บรักษาอาหารให้นานขึ้น

Anti-microbial agent

สารต้านจุลินทรีย์ หรือสารยับยั้งการเจริญของจุลินทรีย์ เช่น สารต้านรา และแบคทีเรีย เป็นสารเคมีที่เติมลงไปในอาหารเพื่อป้องกันการเน่าเสีย เนื่องจากการเจริญของจุลินทรีย์ ตัวอย่างสารเคมีดังกล่าว ได้แก่ เกลือแกง น้ำส้มสายชู (กรดแอสซิติค) กรดเบนโซอิก กรดซอร์บิก กรดโพรพิโอนิก เกลือไนเทรต และเกลือนิไทรต์ เป็นต้น

Antinutritional factor

คือสารที่ลดหรือต้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ได้แก่ สารที่ยับยั้งกิจกรรมของเอนไซม์ในระบบทางเดินอาหาร เช่น สารยับยั้งกิจกรรมของเอนไซม์อะไมเลส (amylase inhibitor) และสารยับยั้งกิจกรรมของเอนไซม์โปรตีเนส (proteinase inhibitor) สารทำลายวิตามินบีหนึ่ง เช่น แแทนนินในชา เป็นต้น

Antioxidant

แอนติออกซิแดนต์ หรือสารต้านออกซิเดชัน เป็นสารที่ใช้เติมลงในอาหารเพื่อป้องกันสารอื่นไม่ให้ถูกออกซิไดส์ด้วยออกซิเจน ซึ่งจะทำให้เกิดการหืน หรือชะลอการหืน และการเปลี่ยนสีเนื่องจากปฏิกิริยาออกซิเดชัน โดยสารต้านออกซิเดชันจะเข้าไปทำปฏิกิริยากับออกซิเจนก่อนสารอื่น ตัวอย่างสารที่ใช้เป็นสารต้านออกซิเดชันในอาหาร เช่น

โพรพิลแกลเลต บิวทิลเลเทตไฮดรอกซีแอนิโซล (บีเอชเอ) และบิวทิลเลเทตไฮดรอกซีโทลูอิน (บีเอชที) สารต้านออกซิเดชันตามธรรมชาติ คือวิตามินอี หรือโทโคเฟอรอล ความเข้มข้นของบีเอชเอหรือบีเอชทีที่ใช้เติมลงในอาหารต้องไม่เกิน 0.02 เปอร์เซ็นต์

Antioxidant preservative

หมายถึงสารต้านออกซิเดชันที่ใช้ป้องกันการหืนของน้ำมันและอาหารที่มีน้ำมัน ซึ่งการหืนเกิดจากน้ำมันทำปฏิกิริยากับออกซิเจนในอากาศ ตัวอย่างสารต้านออกซิเดชัน เช่น วิตามินอี วิตามินซี บีเอชเอ บีเอชที โพรพิลแกลเลต และซัลไฟต์

Antioxidative activity

คือความสามารถของสารที่จะยับยั้งไม่ให้เกิดปฏิกิริยาออกซิเดชัน

Antiparasite

แอนติพาราไซต์ คือสารเคมีที่ยับยั้งหรือฆ่าพาราไซต์หรือปรสิต

Antipromoter

แอนติโพรโมเตอร์ คือสารในอาหารที่มีฤทธิ์ในการยับยั้งการเจริญของเซลล์มะเร็ง ป้องกันไม่ให้เกิดมะเร็ง

Antirachitic

แอนติแรคติก คือสารที่ป้องกันหรือรักษาโรคกระดูกอ่อน เช่น วิตามินดี

Antiscorbutic

แอนติสคอร์บิวติก คือสารที่ป้องกันหรือรักษาโรคคลักปิดลักเปิด เช่น วิตามินซี หรือกรดแอสคอร์บิก

Antisense gene

แอนติเซนส์ยีน คือยีนที่มีไนโตรเจนเบสในโครงสร้างของโมเลกุลตรงกันข้ามกับยีนปกติตามธรรมชาติ แล้วออกฤทธิ์ทำให้ยีนธรรมชาติไม่ถูกนำไปใช้ทำหน้าที่ในการสังเคราะห์โปรตีนได้

Antiseptic

แอนติเซปติก หรือสารระงับเชื้อ คือสารหรือเทคนิคที่ใช้ลดจำนวนจุลินทรีย์ หรือป้องกันการเจริญของจุลินทรีย์ รวมทั้งหยุดหรือชะลอการเจริญของจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดโรค

Antithyroid agent

แอนติไทรอยด์เอเจนต์ คือสารเคมีหรือยาที่ใช้ยับยั้งไม่ให้ต่อมไทรอยด์ผลิตฮอร์โมนไทรอกซินมากเกินไป

Antivitamin

แอนติวิตามิน คือสารที่ยับยั้งการทำงานของวิตามิน หรือสารที่ทำลายวิตามิน

Anuria

แอนูเรีย คือภาวะที่ร่างกายไม่มีการหลังปัสสาวะ

Anus

แอนัส หรือทวารหนัก เป็นกล้ามเนื้อหูรูด (sphincter) ที่อยู่ปลายสุดของระบบทางเดินอาหาร

Anxiety

แอนไซตี คือภาวะที่ร่างกายมีอาการไม่ปกติ หรือมีความกลัว วิตกกังวล ไม่นั่นใจ และสับสน

Aorta

เอออร์ตา คือเส้นเลือดแดงใหญ่ที่ออกจากหัวใจ เพื่อส่งเลือดไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย

Apnea

แอฟเนีย หรือการหยุดหายใจ จะทำให้ร่างกายขาดอากาศหรือออกซิเจน

Apoenzyme

อะโปเอนไซม์ คือส่วนของโปรตีนหรือส่วนของเอนไซม์ที่ไม่มีโคแฟกเตอร์ ทำให้ไม่สามารถเร่งปฏิกิริยาได้

Apoptosis

อะพอปโทซิส เป็นโปรแกรมการตายของเซลล์

Apple pomace

กากแอปเปิล คือส่วนที่เหลือหลังจากแยกเอาน้ำแอปเปิลออกไป อาจเรียกว่า apple must

Appendicitis

แอปเพนดิไซติส เป็นอาการไส้ติ่งอักเสบจากการติดเชื้อ

Appetite

แอปพิไทต์ หรือความอยากกิน คือความรู้สึกอยากกินอาหารโดยเฉพาะเมื่อได้เห็น หรือได้ดมกลิ่น หรือได้ชิมรสชาติ ซึ่งจะช่วยให้กินอาหารได้มากขึ้น

Araban

อะราแบน คือพอลิแซ็กคาไรด์ที่มีน้ำตาลอะราบิโนสเป็นมอโนแซ็กคาไรด์หลักในโมเลกุล พบได้ในผลไม้บางชนิด ใช้เติมลงในอาหารเป็นสารเพิ่มเนื้ออาหาร (bulking agent)

Arabic gum

กัมอะราบิก เป็นกัมที่ได้จากเปลือกของต้นอะคาเซีย (Acacia) ละลายได้ทั้งในน้ำร้อนและน้ำเย็น สารละลายที่ได้จะใสจนถึงความเข้มข้นประมาณ 50 เปอร์เซ็นต์ การละลายจะเพิ่มขึ้นเมื่ออุณหภูมิสูงขึ้น กัมอะราบิกใช้เป็นสารเคลือบลูกกวาด ป้องกันไม่ให้น้ำตาลตกผลึก และยังทำหน้าที่เป็นอิมัลซิไฟเออร์ ช่วยให้อิมัลชันมีความคงตัว

Arabinogalactan

อะราบิโนกาแล็กแทน คือพอลิแซ็กคาไรด์ที่ประกอบด้วยน้ำตาลอะราบิโนสและกาแล็กโทส พบเป็นส่วนประกอบรวมอยู่กับสารประกอบเพกทิน พบมากในผักและผลไม้

Arabinose

อะราบินอส คือน้ำตาลมอโนแซ็กคาไรด์ที่ในโมเลกุลมีจำนวนคาร์บอน 5 อะตอม

Arachidic acid

กรดอะเรคติก คือกรดไขมันชนิดอิ่มตัวที่ในโมเลกุลมีจำนวนคาร์บอน 20 อะตอม

Arachidonic acid

กรดอะเรคโดนิก เป็นกรดไขมันจำเป็นที่มีในโมเลกุลจำนวนคาร์บอน 20 อะตอม มีพันธะคู่ 4 อัน และจัดเป็นกรดไขมันประเภทโอเมกา-6 พบมากในน้ำมันถั่วลิสง

Arachin

อะเรคอิน คือโปรตีนชนิดหนึ่งที่พบในถั่วลิสง และยังมีโปรตีนอีกชนิดหนึ่งคือ คอนอะเรคอิน (conarachin)

Arachis oil

น้ำมันอะเรคิส หมายถึงน้ำมันถั่วลิสง (groundnut oil หรือ peanut oil)

Arginase

อาร์จินเอส เป็นเอนไซม์ในวัฏจักรยูเรีย (urea cycle) ที่เร่งปฏิกิริยาการสลายกรดแอมิโนอาร์จินีนให้เป็นยูเรียและออร์นิติน

Arginine

อาร์จินีน คือกรดแอมิโนจำเป็นชนิดหนึ่งสำหรับทารกและเด็กที่กำลังเจริญเติบโต อาร์จินีนบริสุทธิ์เป็นผลึกหรือผงสีขาว และละลายในน้ำได้ดี

Aromatic

แอโรแมติก คือสารประกอบอินทรีย์ที่มีวงแหวนเบนซิน หรืออนุพันธ์ของวงแหวนเบนซินเป็นองค์ประกอบในโมเลกุล

Arrowroot

แอร์โรว์รูต เป็นสตาρχที่ได้จากรากของพืชยืนต้น *Maranta arundinacea* มีรสชาติดกกลางๆ และลักษณะใส ใช้เป็นสารเพิ่มความหนืด โดยการผสมกับแป้งข้าวสาลีหรือแป้งข้าวโพด 1/3 ส่วน หรือ 1/2 ส่วน ใช้ประโยชน์เป็นส่วนผสมในซอสผลไม้ ไล้พาย และขนมพุดดิ้ง

Arsenic (As)

อาร์ซีนิก หรือสารหนู เป็นแร่ธาตุที่มีพิษชนิดหนึ่ง พบปนเปื้อนอยู่ในน้ำและอาหารทะเล

Artery

อาร์เทอรี หรือหลอดเลือดแดง มีหน้าที่พาดเลือด ซึ่งมีสารอาหารและออกซิเจนจากหัวใจไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย

Arthritis

สีอาร์ทริทิส คือการเจ็บปวดและมีการอักเสบวมแดงของข้อต่อ ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการติดเชื้อ หรือมีเมแทบอลิซึมผิดปกติ หรือบาดเจ็บ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของกระดูก และมีการทำหน้าที่ผิดปกติไปด้วย สาเหตุอาจเกิดจากการบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง

Artificial colour

สีสังเคราะห์ เป็นกลุ่มของสีที่ได้จากผลของปฏิกิริยาทางเคมี ที่ได้รับอนุญาตให้ใช้เติมลงในอาหารได้

Artificial fat

ไขมันสังเคราะห์ เป็นสารที่ใช้ทดแทนไขมันธรรมชาติ อาจไม่ให้พลังงาน หรือให้พลังงานต่ำกว่าไขมันธรรมชาติ เนื่องจากไขมันสังเคราะห์ไม่สามารถถูกย่อยและดูดซึมภายในระบบทางเดินอาหารได้

Artificial flavour

สารให้กลิ่นรสสังเคราะห์ เช่น สารเพิ่มความเข้มข้นในอาหาร หรือสารให้รสหวานสังเคราะห์ หรือสารเคมีสังเคราะห์ที่เลียนแบบกลิ่นธรรมชาติ ใช้เพิ่มกลิ่นและรสชาติอาหาร

Ascites

แอสไซติส คือภาวะที่มีของเหลวสะสมอยู่ในช่องท้อง ทำให้ท้องโตกว่าปกติ

Ascorbic acid

กรดแอสคอร์บิก เป็นชื่อของวิตามินซี จัดเป็นสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย มีหน้าที่เป็นสารต้านออกซิเดชันและเป็นโคเอนไซม์ของปฏิกิริยาในร่างกาย จำเป็นต่อการสร้างคอลลาเจน หากขาดจะทำให้เกิดโรคลักปิดลักเปิด (scurvy) และเส้นเลือดฝอยแตกง่าย

Ascorbyl palmitate

แอสคอร์บิลปาลมิเตต คือเอสเทอร์ของกรดแอสคอร์บิกกับกรดปาลมิติก เป็นสารต้านออกซิเดชันสังเคราะห์ชนิดหนึ่ง เนื่องจากกรดแอสคอร์บิกไม่ละลายในน้ำมัน แต่แอสคอร์บิลปาลมิเตตละลายได้ในน้ำมัน เป็นผงสีขาวหรือสีครีม กลิ่นคล้ายกรดซิตริก ใช้เป็นสารชะลอการเสื่อมคุณภาพของน้ำมัน และยังเสริมฤทธิ์กับวิตามินอีในน้ำมันด้วย นิยมเติมลงในน้ำมันถั่วลิสง ที่ระดับความเข้มข้นสูงสุดไม่เกิน 200 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม

Aseptic packaging

เป็นบรรจุภัณฑ์ที่ปลอดเชื้อ เมื่อนำมาบรรจุอาหารจะทำให้อาหารมีอายุการวางจำหน่ายได้นานขึ้น

Asparagine

แอสพาราจีน เป็นกรดแอมิโนไม่จำเป็นชนิดหนึ่งพบในอาหารโปรตีนทั่วไป

Aspartame

แอสพาร์เทม เป็นสารให้รสหวานสังเคราะห์ชนิดหนึ่ง ที่ให้พลังงาน 4 กิโลแคลอรีต่อกรัม โครงสร้างโมเลกุลเป็นไดเพปไทด์ สังเคราะห์จากกรดแอมิโนฟีนิลแอลานีนกับกรดแอสพาร์ติก ที่เป็นเมทิลเอสเทอร์ รวมเป็น เอ็น-แอล-แอลฟา-แอสพาร์ทิล-แอล-ฟีนิลแอลานีน-1-

เมทิลเอสเทอร์ มีรสหวานมากกว่าน้ำตาลซูโครสประมาณ 200 เท่า มีรสเหมือนน้ำตาล ละลายในน้ำได้น้อยที่สุดที่ค่าพีเอช 5.2 ซึ่งเป็นจุดไอโซอิเล็กทริก แต่ละลายได้มากที่สุดที่ค่าพีเอช 2.2 และการละลายจะเพิ่มขึ้นเมื่ออุณหภูมิสูงขึ้น แอสพาร์เทมไม่ค่อยคงตัวเมื่ออยู่ในรูปสารละลายหรือเป็นของเหลว ซึ่งจะทำให้รสหวานลดลงและไม่ทนต่อความร้อนปริมาณที่ใช้ไม่เกิน 0.01-0.02 เปอร์เซ็นต์ อนุญาตให้เติมลงในเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมได้ โดยใช้ทดแทนแซ็กคาริน หรือผสมกับแซ็กคาริน

Aspartic acid

กรดแอสพาร์ติก เป็นกรดแอมิโนชนิดหนึ่งที่ไม่จำเป็นต่อร่างกาย มีสมบัติเป็นกรด เพราะมีหมู่คาร์บอกซิลในโมเลกุล 2 หมู่ เป็นผลึกสีขาว มีรสเปรี้ยวเหมือนกรด ละลายในน้ำได้บ้าง พบได้ในอาหารโปรตีนทั่วไป

Aspiration

การหายใจเข้า เพื่อให้ร่างกายได้รับออกซิเจน

Assay

คือการวิเคราะห์หาปริมาณของสาร หรือการหาความเข้มข้นของสาร หรือการวัดกิจกรรมของเอนไซม์

Asthma

แอสมา หรือโรคหอบหืด มีอาการหายใจลำบาก หายใจสั้น มีอาการหอบ และหายใจมีเสียงดัง เนื่องจากมีความผิดปกติของระบบทางเดินหายใจ ผู้ที่เป็นโรคนี้ต้องพยายามจะสูดลมเข้าปอดให้มาก ๆ เพราะร่างกายอาจขาดออกซิเจนได้ง่าย

Astringency

ความรู้สึกฝาดในปาก สาเหตุเกิดจากกินอาหารที่มีแทนนินสูง เนื่องจากแทนนินไปจับกับโปรตีนในน้ำลาย

Atherosclerosis

อะเทอโรสเคโรซิส หรือโรคไขมันอุดตัน เป็นโรคที่เกิดขึ้นกับหลอดเลือดแดง เนื่องจากมีลิวพิดมาสะสมบริเวณผิวด้านในของหลอดเลือดแดง ทำให้รูหลอดเลือดแดงมีขนาดเล็กลงและผนังหลอดเลือดแดงค่อยๆ แข็งตัวขึ้น มีผลทำให้การไหลเวียนของเลือดผิดปกติ ความดันโลหิตสูงขึ้น และเส้นเลือดเปราะแตกง่าย

Atrophy

อะโทรฟี คือการหดตัว หรือการฝ่อ เช่น กล้ามเนื้อลีบมีขนาดเล็กลง เนื่องจากการใช้งานน้อย หรือขาดสารอาหาร

Atwater factor

แอตวอเตอร์แฟกเตอร์ คือค่าพลังงานความร้อนของสารอาหาร เช่น คาร์โบไฮเดรตและโปรตีนมีค่าพลังงานความร้อน 4 กิโลแคลอรีต่อกรัม ส่วนน้ำมันและไขมันมีค่าพลังงานความร้อน 9 กิโลแคลอรีต่อกรัม

Aubergine

ออบอร์จีน คือมะเขือที่ผลมีรูปร่างคล้ายไข่ มีขนาดใหญ่ ผิวมีสีม่วง หรือสีม่วงเข้ม

Autocatalytic

เป็นการอธิบายถึงปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเร่งด้วยตัวของมันเอง หรือจากผลิตภัณฑ์สุดท้าย

Autoclave

หม้อนึ่งอัดไอน้ำ เป็นอุปกรณ์ที่ใช้ประโยชน์จากไอน้ำภายใต้ความดันสูง เพื่อทำให้เกิดภาวะปลอดจุลินทรีย์

Autolysis

ออโตไลซิส คือการสลายตัวของเซลล์ เนื่องจากปล่อยเอนไซม์โปรตีเอสออกมาจากไลโซโซม

Autooxidation

ออโตออกซิเดชัน เป็นปฏิกิริยาออกซิเดชันที่เกิดขึ้นเมื่อไขมันและน้ำมันสัมผัสกับออกซิเจนในอากาศ ปฏิกิริยาออกซิเดชันจะเกิดขึ้นที่พันธะคู่ในโมเลกุลของกรดไขมันชนิดไม่อิ่ม ตัวเกิดเป็นสารประกอบเพอร็อกไซด์

Avidin

แอวิดิน คือไกลโคโปรตีนชนิดหนึ่งที่พบในไข่ขาวดิบ และชอบรวมตัวกับวิตามินไบโอติน ทำให้ไบโอตินไม่ถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกาย เนื่องจากแอวิดินเป็นโปรตีนจึงถูกทำลายได้ด้วยความร้อนเมื่อต้มให้ไข่ขาวสุก

Avitaminosis

อะวิตามินโนซิส คือภาวะที่ร่างกายไม่ได้รับวิตามิน อาจเนื่องจากไม่มีวิตามินในอาหาร หรือการดูดซึมวิตามินผิดปกติ หรือมีความผิดปกติของร่างกายในการนำวิตามินมาใช้ประโยชน์

Azotemia

อะโซทีเมีย คือภาวะผิดปกติของร่างกายที่เกิดขึ้นเมื่อมีสารประกอบไนโตรเจนในเลือดมากเกินไป เช่น เกิดภาวะที่มียูเรียในเลือดสูง (uremia)

B

Babassu oil

น้ำมันบาบาสสุ เป็นน้ำมันที่ได้จากผลของปาล์มบาบาสสุ ซึ่งเป็นพืชพื้นเมืองของประเทศบราซิล มีลักษณะคล้ายน้ำมันมะพร้าว ใช้เป็นแหล่งของน้ำมันพืชอีกชนิดหนึ่งในการประกอบอาหาร

Baby corn

ข้าวโพดฝักอ่อน คือฝักข้าวโพดที่เก็บเกี่ยวขณะที่เมล็ดข้าวโพดยังไม่พัฒนา มีฝักยาวประมาณ 4-9 เซนติเมตร ผลิตจำหน่ายในรูปฝักสด และนำไปแปรรูปเป็นข้าวโพดฝักอ่อนแช่เยือกแข็ง และบรรจุกระป๋อง

Baby food

อาหารสำหรับทารก เป็นอาหารสำเร็จรูปที่ใช้สำหรับเลี้ยงทารก

Bacteria

แบคทีเรีย มีหลายชนิด บางชนิดเป็นแบคทีเรียที่อาจก่อให้เกิดโรคหรือไม่ก่อให้เกิดโรคก็ได้ และบางชนิดทำให้อาหารเน่าเสีย

Bacterial spoilage

คือการเน่าเสียที่เกิดจากแบคทีเรีย

Baker's yeast

คือยีสต์ *Saccharomyces cerevisiae* ที่ทำให้เกิดกระบวนการหมักน้ำตาลได้เป็นแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ ทำให้อ่อนนุ่มปังมีปริมาตรเพิ่มขึ้นระหว่างการอบ