



ข่าวประชาสัมพันธ์

กลุ่มสื่อสารองค์กร กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารผสม “เมลลาโทนิน” ผิดกฎหมาย อย. เตือน ใช้ระยะยาวเสี่ยงอันตราย

อย. ย้ำ ยังไม่อนุญาตให้เมลลาโทนินเป็นส่วนประกอบในผลิตภัณฑ์อาหารเนื่องจากเป็นฮอร์โมน หากใช้ระยะยาวอาจเกิดอันตรายได้ เตือนผู้บริโภคระวังการซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หากมีปัญหาอย่าลืมขอปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญโดยตรง

นพ.พูลลาภ ฉันทวิจิตรวงศ์ รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เปิดเผยว่า ตามที่พบการจำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีส่วนผสมของเมลลาโทนินผ่านทางโซเชียลมีเดียเป็นจำนวนมาก ซึ่งระบุสรรพคุณอ้างว่ามีส่วนช่วยในการนอนหลับนั้น สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ขอชี้แจงว่า ปัจจุบันยังไม่อนุญาตเมลลาโทนินเป็นส่วนประกอบในอาหารหรือเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร เนื่องจากเป็นฮอร์โมนที่หากได้รับติดต่อกันในระยะยาว อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้ ประกอบกับผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของเมลลาโทนินส่วนมากมีวัตถุประสงค์การจำหน่ายเพื่อช่วยในการนอนหลับ ซึ่งวัตถุประสงค์ดังกล่าวไม่จัดเป็น “อาหาร” ตามนิยามที่กำหนดในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 **ปัจจุบันเมลลาโทนินจัดอยู่ในกลุ่มของผลิตภัณฑ์ยา ซึ่งมีการกำกับดูแลภายใต้กฎหมายยาอยู่แล้ว**

ทั้งนี้ เมลลาโทนินเป็นฮอร์โมนที่ร่างกายสร้างขึ้นจากต่อมไพเนียลในสมอง ทำหน้าที่ควบคุมการหลับและการตื่นในรอบวัน รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของช่วงฤดูกาล จึงนิยมนำมาใช้เพื่อรักษาความผิดปกติจากการนอนหลับ ขณะที่ข้อมูลงานวิจัยพบว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า 55 ปี เมื่อใช้เมลลาโทนินสามารถเพิ่มคุณภาพการนอนได้ แต่ในกลุ่มเด็กพบว่าการได้รับเมลลาโทนินมีแนวโน้มให้เกิดความไม่ปลอดภัย เนื่องจากอาจกระทบกับฮอร์โมนอื่นๆ และอาจรบกวนพัฒนาการของร่างกายในช่วงที่เป็นวัยรุ่น นอกจากนี้ เมลลาโทนินอาจมีปฏิสัมพันธ์กับยาบางชนิด เช่น ยาต้านการแข็งตัวของเลือด (anticoagulants) ยาแก้อันชัก (Anticonvulsants) เป็นต้น

รองเลขาธิการฯ กล่าวในตอนท้ายว่า ขอเตือนผู้บริโภคในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ ควรพิจารณาถึงความปลอดภัยโดยเฉพาะผลิตภัณฑ์ที่ผสมเมลลาโทนิน ซึ่งมีงานวิจัยพบว่าหากบริโภคติดต่อกันระยะยาวอาจทำให้เกิดผลข้างเคียง เช่น อาการง่วงนอนตอนกลางวัน ปวดหรือเวียนศีรษะ มวนท้อง หงุดหงิด มีนงง ภาวะซึมเศร้าในระยะสั้น ทั้งนี้ เมื่อรู้สึกว่าร่างกายมีความผิดปกติอย่ารีบซื้อ ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อได้รับการรักษาที่ถูกต้อง ไม่ควรเสี่ยงซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารใด ๆ ที่โฆษณาอ้างช่วยให้นอนหลับมารับประทานเอง หากผู้บริโภคพบเห็นผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ไม่ถูกต้องหรือไม่ได้มาตรฐาน สามารถร้องเรียนมาได้ที่สายด่วน อย. โทร. 1556 หรือร้องเรียนผ่าน Oryor Smart Application หรือ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ

วันที่เผยแพร่ข่าว 18 กันยายน 2563 ข่าวแจก 128 / ปีงบประมาณ พ.ศ. 2563

LINE@     /FDATHAI



FDAThai



โทรศัพท์ 0 2590 7117, 7123
โทรสาร 0 2591 8474

อย. มิตินใหม่ รวดเร็ว ปลอดภัย ใส่ใจผู้บริโภค

<http://www.fda.moph.go.th>