



อย. เดินหน้าเสริมสร้างพฤติกรรมสร้างทางเลือกสุขภาพแก่ชุมชน เน้นใช้ประโยชน์จากฉลากอาหารอย่างฉลาด เพื่อลดโรค NCDs ภายใต้โครงการอาหารปลอดภัย

อย. เดินหน้าโครงการอาหารปลอดภัย เผยปี 2560 ลงพื้นที่เข้าถึงกลุ่มชุมชน ประเดิมที่จังหวัดเชียงราย และชลบุรี หวังให้ชุมชนห่างไกลจากโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) โดยใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลาก ทั้งสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” และฉลากโภชนาการ เพื่อเป็นทางเลือกสุขภาพอีกหนึ่งวิธีที่ประชาชนสามารถใช้ประโยชน์จากฉลาก เลือกบริโภคอาหารให้เหมาะสมกับภาวะโภชนาการและสุขภาพของตนเอง แจงหลังประเมินผลพบผู้ร่วมกิจกรรมในชุมชนมีความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมกรอ่านฉลากโภชนาการมากขึ้น นำไปสู่การลดการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี ลดปัญหาค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคต่อไป



วันนี้ (25 พฤษภาคม 2560) ณ ห้องประชุมชัชยานาถนเรนทร ชั้น 1 อาคาร 1 ตึก อย. นพ.พูลลาภ ฉันทวิจิตรวงศ์ รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา และคณะ แถลงข่าวการดำเนินงานโครงการอาหารปลอดภัย ปี 2560 ว่า ปัจจุบันสภาพแวดล้อมทางสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้คนไทยมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ซึ่งส่วนใหญ่เป็นอาหารที่มีพลังงาน ไขมัน โซเดียม และน้ำตาลสูง การบริโภคผักและผลไม้ที่น้อยเกินไป รวมไปถึงการไม่ออกกำลังกาย ทั้งหมดนี้เป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases: NCDs) เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ภาวะไตวายเรื้อรัง หัวใจและหลอดเลือด ฯลฯ โดยในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมาประเทศไทยมีภาระโรคที่เกิดจากกลุ่มโรค NCDs มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างน่าวิตก ซึ่งจากรายงานภาระโรคและการบาดเจ็บของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2556 พบว่ากลุ่มโรค NCDs เป็นสาเหตุการเสียชีวิตถึง 349,090 ราย หรือร้อยละ 75 ของการเสียชีวิตของประชากรไทยทั้งหมด

โครงการอาหารปลอดภัยในปี 2560 นี้ จึงมุ่งเน้นส่งเสริมให้มีการอ่านและใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลาก เช่น สัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” หรือ Healthier Choice รวมถึงฉลากโภชนาการ ฉลากหวาน มัน เค็ม หรือฉลาก GDA ซึ่งเป็นอีกหนึ่งวิธีที่ประชาชนสามารถใช้ประโยชน์และเป็นทางเลือกในการเลือกบริโภคอาหาร เพื่อให้เหมาะสมกับภาวะโภชนาการและสุขภาพของตนเองได้ โดย อย. ได้ผลิตสื่อต้นแบบและออกแบบกิจกรรมเพื่อส่งเสริมเรื่องการอ่านและใช้ประโยชน์จากฉลากในพื้นที่ 2 ชุมชน ได้แก่ ชุมชนเมืองพญา จังหวัดชลบุรี และชุมชนสันโค้งหลวง เทศบาลนครเชียงราย จังหวัดเชียงราย โดยจัดกิจกรรมจำนวน 3 ครั้งต่อชุมชน มุ่งให้นำความรู้ไปสู่การปฏิบัติบนพื้นฐานความรู้ที่ถูกต้องผ่านสื่อต้นแบบต่าง ๆ เช่น สารคดีนิทานชาวบ้าน, วิดีทัศน์การ์ตูน Motion infographic จำนวน 2 เรื่อง คือ กินไม่เหมาะสม โรคภัยตามมา และอ่านฉลาก ลดเสี่ยงโรค, สื่อนิทรรศการ และคู่มือความรู้ เพื่อสร้างความตระหนักถึงมหันตภัยที่น่ากลัว และความทรมาณที่เกิดจากโรค รวมทั้งรวบรวมความรู้ตลอดจนความเชื่อผิด ๆ ด้านการบริโภคอาหารในรูปแบบของคลิปวิดีโอคำถามเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องควบคู่ไปกับการบรรยายให้ความรู้ และมีฐานเกมสื่อสารฉลากประเภทต่าง ๆ รวม 5 ฐาน เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมเรียนรู้วิธีการอ่านฉลาก ได้แก่ ฉลากอาหารทั่วไป, ฉลากโภชนาการ, ฉลาก GDA หรือฉลากหวาน มัน เค็ม และฉลาก “ทางเลือกสุขภาพ” (Healthier Choice) โดยทุกฐานจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้จักสังเกตปริมาณน้ำตาล ไขมัน และโซเดียม ที่อยู่ในอาหารจากฉลากที่กล่าวข้างต้น ทั้งนี้ ผลการประเมินพบว่าทั้ง 2 ชุมชนรับรู้โอกาสเสี่ยงจากการไม่ใช้ฉลากอาหารเพื่อการลด หวาน มัน เค็ม และมีความรู้ เจตคติเพิ่มขึ้นในด้านสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” รวมถึงมีพฤติกรรมการใช้ฉลากอาหารก่อนการตัดสินใจเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเพิ่มขึ้น และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นที่จะซื้อสินค้าที่มีสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” รวมทั้งมีความเชื่อมั่นว่าผลิตภัณฑ์อาหารที่มีสัญลักษณ์ดังกล่าวเป็นผลิตภัณฑ์ที่ดีต่อสุขภาพ นอกเหนือจากนี้ ในโครงการยังให้ผู้ร่วมกิจกรรมบอกต่อให้ความรู้เรื่องฉลากอาหารในชุมชนผ่านสถานที่ต่าง ๆ เช่น บุคคลในครอบครัว เพื่อน วัด ศูนย์สาธารณสุขมูลฐาน ชุมชนอื่น ๆ ที่สำคัญจะมีการนำเรื่องการอ่านฉลาก เข้าไปสู่หลักสูตรสาขาสุขภาพ มหาวิทยาลัยวัยที่สาม ณ จังหวัดเชียงราย เพื่อให้ความรู้ด้านการบริโภคอาหารปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุต่อไปด้วย

นพ.พุลลาภ ฉันทวิจิตรวงศ์ รองเลขาธิการฯ อย. กล่าวต่อไปว่า กิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นมานี้ตอบโจทย์ให้คนไทยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค ใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลาก ส่งเสริมให้อ่านข้อมูลต่าง ๆ บนฉลากอาหารในการลดอาหารที่มีความหวาน มัน หรือเค็ม มากเกินไป ซึ่งจะทำให้ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค NCDs ได้ เช่น สังเกตสัญลักษณ์โภชนาการ “ทางเลือกสุขภาพ” (Healthier Choice) จะแสดงถึงผลิตภัณฑ์อาหารที่ได้ผ่านเกณฑ์การพิจารณาแล้วว่ามีปริมาณน้ำตาล ไขมัน และเกลือ (โซเดียม) ที่เหมาะสม นอกจากนี้การอ่านและใช้ข้อมูลบนฉลาก หวาน มัน เค็ม ซึ่งเป็นฉลากโภชนาการแบบ GDA : Guideline Daily Amounts ก็จะช่วยบอกข้อมูลสารอาหารเมื่อกินหมดซอง ช่วยให้เลือกอาหารที่มีสารอาหารเหมาะสมกับร่างกายได้

นพ.พูลลาภ ฉันทวิจิตรวงศ์ รองเลขาธิการฯ อย. กล่าวต่อในตอนท้ายว่า การดำเนินงานด้านอาหารปลอดภัยในปีนี้ได้ประสบความสำเร็จด้วยความร่วมมือจากชุมชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของจังหวัดเชียงรายและชลบุรี รวมทั้งเจ้าหน้าที่จากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด นายกเมืองพัทยา โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ ในการประสานงานกับพื้นที่ ดั่งนั้น อย. จึงได้มีการมอบโล่และประกาศนียบัตรให้ เพื่อเป็นกำลังใจและขอบคุณทุกฝ่ายที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในกิจกรรมโครงการอาหารปลอดภัย ซึ่ง อย. จะเดินทางพัฒนาเทคนิคและวิธีการที่ทันสมัย เพื่อพัฒนาพฤติกรรมผู้บริโภคผลิตภัณท์อาหารให้มีความปลอดภัยไปสู่ประชาชนทุกกลุ่มวัยให้ครอบคลุมทั่วประเทศ เพื่อให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี ลดภาระค่าใช้จ่ายในการรักษาโรค และช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายของประเทศในการรักษาพยาบาลโรคดังกล่าวในระยะยาวอีกด้วย

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค 25 พ.ค. 2560 แถลงข่าว 12 / ปีงบประมาณ พ.ศ. 2560

