



ข่าวรอบรู้

ปีที่ 5 ฉบับที่ 12/2551 เดือนธันวาคม 2551

www.fda.moph.go.th

มหันตภัยร้าย... สารระเหย

อันตราย



เอ๋ยชื่อ “**สารระเหย**” ฟังแล้วไม่เห็นจะน่ากลัว ยาบ้า เฮโรอีน กัญชา ยาเสียสาว เลยแต่ขอบอกว่าพิษของมันนั้นร้ายกว่าพวกที่กล่าวมาข้างต้นหลายเท่าตัว เฮโรอีนติดแล้วบำบัดก็กลับมาเหมือนเดิมได้ หากแต่ติดสารระเหยนาน ๆ จะทำให้เกิดมะเร็งในเลือด สมอพิษการ ตับพิการ ซึ่งเป็นความพิการแบบถาวร ไม่อาจกลับมาเหมือนเดิมได้อีก

สารระเหย หมายถึง สารประกอบอินทรีย์เคมีประเภทไฮโดรคาร์บอนที่ได้จากน้ำมันปิโตรเลียมและก๊าซธรรมชาติ เป็นสารที่ระเหยได้ง่ายในอุณหภูมิปกติ เรามักจะคุ้นเคยกันดีเวลาทำงานฝีมือ หรือเข้าไปในที่ที่กำลังตกแต่งทาสีอยู่ ซึ่งต้องใช้ทินเนอร์ แลคเกอร์ กาวสังเคราะห์ และด้วยความคุ้นเคย เราจึงต้องมองข้ามอันตรายที่แฝงมา

พวก “**สารระเหย**” นี้ เมื่อสูดดมเข้าไปก็จะถูกดูดซึมเข้าไปในหลอดเลือดไหลเวียนไปสู่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย และไปออกฤทธิ์โดยตรงด้วยการกดสมองส่วนกลาง แรก ๆ ก็จะมีรู้สึกขม ร่าเริง ตื่นเต้น แต่พอสูดดมไปไม่กี่นาทีก็จะมีอาการเมา ลักษณะของคนเมา “**สารระเหย**” นั้น คล้ายคนเมาเหล้า คือ เวียนศีรษะตาพร่า เวลาดูอะไรจะเพ่งจ้องเหมือน “ตาขวาง” พูดจาอ้อแอ้ ไม่ชัด ไม่รู้เวลาสถานที่ ควบคุมตัวเองไม่ได้ มีอาการระคายเคืองต่อเยื่อภายในปาก และจมูก ทำให้น้ำลายไหลออกมาก เดินโซเซ วังซิม จิตใจครึกครื้น เหนื่อยเหิม คึกคะนอง (ซึ่งอาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่อู้อ้อ เช่น ประกอบอาชญากรรมได้) ถ้าสูดดมในสภาวะตั้งเครียด หรือเหน็ดเหนื่อยจากการออกกำลังกาย การสูดดมเป็นเวลานาน ๆ ก็อาจถึงแก่ชีวิตได้ นอกจากนี้ยังพบอาการจาม ไอ คลื่นไส้ ท้องเดิน ลื่น และชักแบบลมบ้าหมู

หากมีการเสพเป็นเวลานาน จะทำให้เกิดการเสื่อมสภาพของ อวัยวะต่าง ๆ ได้แก่ ระบบประสาท ทำให้ตัวลั่น หลงลืม เชื่องซึม ความคิดอ่านช้าลง สับสน นิสัยและอารมณ์เปลี่ยนแปลง ระบบหัวใจและหลอดเลือด อาจจะทำให้เกิดมะเร็งเม็ดเลือดขาวได้ ระบบทางเดินหายใจ ทำให้เกิดการอักเสบในระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหาร ทำให้เกิดการทำลายเนื้อเยื่อของตับเป็นหย่อม ๆ ตับโต ตับและไตอักเสบ บางรายปัสสาวะเป็นเลือด ระบบกล้ามเนื้อ ทำให้กล้ามเนื้อลีบ จนถึงเป็นอัมพาตได้ ระบบสืบพันธุ์ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของโคโมโซม อาจทำให้อสุจิลดลง

ขึ้นชื่อว่าสารเสพติด เมื่อเสพติดต่อกันแล้วก็จะติด ติดแล้ว ก็จะถอนตัวยาก ต้องใช้กำลังใจอย่างมากในการเอาชนะอาการที่เกิดขึ้น เช่น อาการหงุดหงิด หาวนอน ปวดท้อง เหงื่อออกมาก คลื่นไส้ อาเจียน จาม คัดจมูก ปวดตามกล้ามเนื้อ ฟุ้งซ่าน น้ำตาไหล ขนลุก ตะคริว นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย ปวดกระตุก เจ็บหน้าอก เป็นต้น ทางที่ดี อย่าอดกล้ำ อย่าทดลอง ใช้ปัญญา อย่าใช้อารมณ์นำทางชีวิต ♥





บท. แฉลบ

ความยุ่งเหยิงวุ่นวายในบ้านเมืองเราดูแล้วให้หดหู๋ สังคมเราขาดการใช้สติ ใช้ปัญญาเข้าไปทุกที แม้นเราจะบอกว่าเราเป็นเมืองพุทธ ซึ่งเน้นเรื่อง สติ สมาธิ ปัญญา แต่ภาพข่าวที่ออกมาเห็นการรุมทำร้าย การใช้คำหยาบคายด่าทอ การทำลายทรัพย์สิน เป็นเรื่องของการใช้อารมณ์ล้วน ๆ ศาสนาพุทธสอนให้เรามีเมตตาต่อกัน รู้จักการให้อภัย ก่อนนอนเรายังแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ โดยไม่เจาะจงเฉพาะคนที่เรารัก เมื่อไหร่เราจะเป็นชาวพุทธแท้ ๆ ที่ไม่ใช่เป็นแต่ในบัตรประชาชนกันเสียที

ปัญหาเรื่องเมลามีนปนเปื้อนในอาหารเบาบางลงมากจากการใช้มาตรการเข้มงวดของ อย. นาน ๆ ครั้งจะตรวจพบว่ามีเมลามีนปนเปื้อนในอาหารเกินเกณฑ์ที่กำหนด แต่ก็เกินน้อยมาก และเป็นอาหารที่นำเข้าจากต่างประเทศ ส่วนอาหารที่ผลิตในประเทศไม่มีปัญหา เราสามารถบริโภคได้อย่างวางใจ

อากาศเริ่มหนาวเย็น และคาดว่าในเดือนมกราคมจะหนาวกว่านี้ สิ่งที่มาเกี่ยวกับอากาศหนาวก็คือไข้หวัดนก ซึ่งเริ่มมีการระบาดแล้ว สิ่งที่ผู้บริโภคอย่างเราจะทำได้เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นไข้หวัดนก คือ อย่าสัมผัสกับสัตว์ปีก การเตรียมอาหารพวกเบ็ด ไก่ ขอให้ปรุงให้สุกด้วยความร้อน เนื่องจากเชื้อไข้หวัดนกไม่ทนต่อความร้อน ไม่ต้องกลัวขนาดเล็กกินเบ็ด ไก่ หรือ ไข่

อีกโรคหนึ่งที่เราควรต้องระวัง เพราะเป็นแล้วก็นำรำคาญ ต้องขาดงาน และบางครั้งอันตรายทำให้ถึงเสียชีวิตได้ ก็คือไข้หวัดใหญ่ ในอดีตไข้หวัดใหญ่คร่าชีวิตคนนับแสนคน จึงไม่ใช่เรื่องที่เราจะวางใจ ไข้หวัดใหญ่เป็นเชื้อไวรัส หากเราดูแลร่างกายให้แข็งแรงด้วยการกินอาหารที่มีประโยชน์ พักผ่อนอย่างเพียงพอ ดูแลร่างกายให้อบอุ่นเสมอ และมีการออกกำลังกายเป็นประจำ ภูมิคุ้มกันของเรา ก็จะเอาชนะไวรัสไข้หวัดใหญ่ได้ อีกทางเลือกหนึ่งคือการฉีดวัคซีนป้องกัน แต่ไม่ได้หมายความว่าป้องกันไข้หวัดใหญ่ได้ทุกชนิดนะครับ

“ข่าว อย.” จะมีการแปลงโฉมอีกครั้ง ให้นำอ่านขึ้น หากท่านผู้อ่านมีข้อเสนอแนะ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องรูปแบบ เนื้อหาความรู้ หรืออยากให้เกิดคอลัมน์ ก็เขียนมาแนะนาก็ได้ครับ เดือนธันวาคมเป็นเดือนสุดท้ายของปี เป็นเดือนที่แสดงถึงการที่เราทำงานหนักมาครบปี เดือนนี้จึงเหมือนเป็นเดือนแห่งความรื่นเริง เฉลิมฉลอง หากไม่เอาสุราเมรัยมาร่วมฉลองด้วยจะดีมาก

มีความสุขด้วยการให้ ดีกว่าใช้เหล้ามากระตุ้นเพื่อสร้างความสุข เผลอ ๆ อาจจะเป็นความทุกข์ โชคดีส่งท้ายปีเก่าครับ ❤️

วัตถุประสงค์
เพื่อเป็นสื่อในการรายงานข่าวคราวความเคลื่อนไหวด้านการคุ้มครองผู้บริโภค ข่าวประชาสัมพันธ์ และข้อเท็จจริงในเรื่องผลิตภัณฑ์สุขภาพให้กับกลุ่มกิจกรรม และผู้เกี่ยวข้องในงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ

เจ้าของ
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ที่ปรึกษา
รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ
นายนิรัตน์ เตียสุวรรณ

กองบรรณาธิการ
นายศุภกาญจน์ โภคัย นางศิริกุล อ่ำพันธ์
นางผุสดี เวชชพิพัฒน์ นายวิษณุ โรจน์เรืองโร
นายบุญทิพย์ คงทอง นางรวีวรรณ ทิมวัฒนา
นางสาวจุฬาลักษณ์ นินธ์แก้ว

สถานที่ติดต่อ
กองพัฒนากิจภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000
โทรศัพท์ : 0 2590 7125 โทรสาร : 0 2591 8472
e-mail address : fdanews@fda.moph.go.th

พิมพ์ที่
สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก



สธ. ร่วมเป็นสักขีพยาน พิธีเผาทำลายผลิตภัณฑ์อาหารที่พบ สารเมลามีนเกินเกณฑ์มาตรฐาน



จากกรณีมีข่าวการปนเปื้อนสารเมลามีนในผลิตภัณฑ์อาหาร อย. ได้เก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์นมและผลิตภัณฑ์อาหารที่มีนมเป็นส่วนประกอบ ตรวจวิเคราะห์หาสารเมลามีนมาโดยตลอด โดยเมื่อวันที่ 10 พ.ย. 51 ณ นิคมอุตสาหกรรมบางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา บริษัทผู้ผลิตและผู้นำเข้าผลิตภัณฑ์ที่ อย. ตรวจพบสารเมลามีนเกินเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนด ได้พร้อมกันนำผลิตภัณฑ์ที่เรียกคืนจากท้องตลาดมาเผาทำลาย จำนวน 8 ผลิตภัณฑ์ รวมผลิตภัณฑ์ที่มีการเผาทำลายทั้งหมดเกือบ 8 ตัน ได้แก่ ผลิตภัณฑ์นม จำนวน 19,824 กล่อง น้ำหนัก 2,585.25 กิโลกรัม และผลิตภัณฑ์นม จำนวน 13,085 กระป๋อง น้ำหนัก 5,037 กิโลกรัม เพื่อให้ผู้บริโภคมั่นใจว่าไม่มีผลิตภัณฑ์ที่มีการปนเปื้อนสารเมลามีนเกินเกณฑ์มาตรฐานหลงเหลืออยู่ในท้องตลาด สธ. และ อย. จึงร่วมเป็นสักขีพยานในพิธีการเผาทำลายครั้งนี้ด้วย ซึ่งเป็นเรื่องที่ดีที่ผู้ประกอบการแสดงความรับผิดชอบต่อสังคม โดยเรียกเก็บคืนจากท้องตลาดและร่วมกันทำลายผลิตภัณฑ์ที่พบสารเมลามีนให้หมดสิ้น ผู้บริโภคจะได้เชื่อมั่นว่า ไม่มีผลิตภัณฑ์ที่ปนเปื้อนสารเมลามีนเกินเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดหลงเหลืออยู่ในท้องตลาด

นอกจากนี้ อย. ได้มีนโยบายให้ผู้ผลิตและผู้นำเข้านมและผลิตภัณฑ์อาหารที่มีนมเป็นส่วนประกอบ ต้องมีมาตรการในการควบคุมคุณภาพและมีกระบวนการคัดสรรวัตถุดิบที่จะเข้ามาในกระบวนการผลิต ซึ่งต้องปราศจากการปนเปื้อนสารเมลามีน ทั้งนี้ ผู้ผลิตและผู้นำเข้าต้องมีส่วนรับผิดชอบในการตรวจสอบผลิตภัณฑ์ของตนเอง ตั้งแต่ขั้นตอนการตรวจสอบวัตถุดิบว่าปราศจากสารเมลามีนและสารในกลุ่มเมลามีนทั้งหมด ซึ่งบริษัท อุตสาหกรรมนมไทย จำกัด ผู้ผลิตและจำหน่ายผลิตภัณฑ์ตรามะลิจะเป็นโรงงานแห่งแรกที่มีเครื่องตรวจสอบสารเมลามีนก่อนผลิต ตามคำแนะนำของ อย. และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าผู้ประกอบการจะมีมาตรการควบคุมการผลิตนำเข้าสินค้าอย่างเข้มงวดเพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์เช่นนี้อีก และให้ความร่วมมือกับ อย. ในการร่วมกันคุ้มครองความปลอดภัยของผู้บริโภคให้ได้บริโภคผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพและปลอดภัย ทั้งนี้ สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.fda.moph.go.th ♥



อย. ประกาศชื่อเครื่องสำอางมีสารอันตราย เตือนประชาชน ระวัง! ใช้แล้วหน้าพังถาวร



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้ออกเก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางตามร้านค้า และแผงลอย ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด ส่งตรวจวิเคราะห์หาสารห้ามใช้ที่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภคอย่างต่อเนื่อง โดยล่าสุดผลการตรวจวิเคราะห์เครื่องสำอางที่เก็บจากร้านคอสเมตสลิมแคร์ ตั้งอยู่เลขที่ 22/7 หมู่ที่ 11 แขวงบางด้วน เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ปรากฏพบสารที่ห้ามใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตเครื่องสำอาง ได้แก่ **1. Rasa WHITE AXILLAR CREAM** ข้อความที่ฉลากระบุ ผู้ผลิต เดิร์ม โปรตักส์ วันที่ผลิต 10/09/07 ตรวจพบสารไฮโดรควิโนน **2. Rasa ACNE CARE CREAM** ผู้ผลิต เดิร์ม โปรตักส์ 27/16 ม.15 ต.คูคต อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี วันที่ผลิต 04/02/08 ตรวจพบกรดเรติโนอิก **3. Rasa ACNE SCAR CARE CREAM** ผู้ผลิตรายเดียวกัน วันที่ผลิต 01/02/08 ตรวจพบกรดอะเซลลาอิก ซึ่งสารไฮโดรควิโนน จะทำให้หน้าระคายเคือง เกิดจุดด่างขาวที่หน้า ผิวน้ำดำ เป็นฝ้าถาวร สำหรับกรดเรติโนอิกจะทำให้หน้าแดง แสบร้อนรุนแรง เกิดการอักเสบ ผิวน้ำลอกอย่างรุนแรง อาจเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ ส่วนกรดอะเซลลาอิกจะทำให้ผิวน้ำร้อน แดง คัน เป็นขุย บางรายอาจเกิดการแพ้เป็นผื่น เครื่องสำอางดังกล่าวเป็นเครื่องสำอางที่ไม่ปลอดภัยในการใช้ ผู้ผลิต/ผู้นำเข้า และผู้ขาย มีความผิดจำคุกไม่เกินหนึ่งปี หรือปรับไม่เกินหกหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ และเนื่องจากที่ฉลากของผลิตภัณฑ์ดังกล่าวข้างต้นได้แจ้งแหล่งผลิตที่มีใช้ความจริงจึงจัดเป็นเครื่องสำอางปลอมอีกด้วย ซึ่งจะมีโทษจำคุกไม่เกินหกเดือน หรือปรับไม่เกินสามหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ นอกจากนี้ทางสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสตูลได้ตรวจสอบร้านขายเครื่องสำอางในจังหวัดสตูล 5 ร้าน ตรวจพบเครื่องสำอางที่ผสมสารประกอบของปรอท หรือสารปรอทแอมโมเนีย จำนวน 5 รายการ ได้แก่ **1. ครีมหน้าใสนมแพะ** ไม่ระบุผู้ผลิต/ผู้นำเข้าและวันที่ผลิต/เลขที่ผลิต **2. ชีชาเดะ ครีมหน้าขาว โสมผสมไข่มุก-ญี่ปุ่น** ผู้ผลิต : ชีชาเดะ โตเกียว คอร์เปอเรชั่น ผู้นำเข้า : บริษัท เจ เมด อิมพอร์ต จำกัด 707/21 ถ.บางนา-ตราด อ.บางพลี จ.สมุทรปราการ ฉลากไม่ระบุวันที่ผลิต/เลขที่ผลิต ทั้ง 2 รายการจากร้านงาม 856 ต.กำแพง อ.ละงู จ.สตูล

(อ่านต่อหน้า 6)

อย. ออกประกาศคุมเข้ม! คุ้มครองเด็ก ๆ จากภัยของแอมที่มาพร้อมขนม

เนื่องจากที่ผ่านมามักพบว่า มีของแอมบางชนิดซึ่งเป็นสารเคมีที่ใช้กับของเล่น หรือของเล่นที่มีขนาดเล็กบรรจุรวมอยู่ในภาชนะบรรจุอาหาร โดยเฉพาะในขนมเด็ก และด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของเด็กซึ่งอาจกินของเล่นเข้าไปด้วย จนก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้ ดังนั้นเพื่อเป็นการป้องกันภัยอันตรายให้แก่เด็ก สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) จึงได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 310) พ.ศ. 2551 เรื่อง การห้ามผลิต นำเข้า หรือจำหน่ายอาหารที่มีการบรรจุสิ่งอื่นหรือวัตถุอื่นที่ไม่ใช่อาหารในภาชนะบรรจุอาหารและหีบห่อ โดยกำหนดให้ของวัตถุกันชื้น ของวัตถุดูดออกซิเจน เพื่อรักษาคุณภาพหรือมาตรฐานของอาหาร ของฟริกปิ่น ของเครื่องปรุง ที่บรรจุในบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ซึ่งใช้เป็นเครื่องปรุงหรือประกอบอาหาร ซอญ ส้อมที่บรรจุในซองบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป หรือซองซองที่บรรจุในกระป๋องนมผงที่ใช้เพื่อเป็นอุปกรณ์ในการบริโภคหรือเตรียมอาหาร สามารถบรรจุรวมอยู่ในภาชนะบรรจุอาหารได้ นอกเหนือจากนี้หากจะจำหน่ายพร้อมอาหาร จะต้องบรรจุในหีบห่อของภาชนะบรรจุอาหาร คือไม่บรรจุรวมในภาชนะชั้นในสุด หรือชั้นที่ห่อหุ้มหรือสัมผัสตัวอาหาร และต้องไม่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อสุขภาพ หรือสำคัญผิดแก่ผู้บริโภคว่าอาจรับประทานได้เช่นเดียวกับอาหาร ทั้งนี้ ขอให้ผู้ประกอบการปฏิบัติตามประกาศสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาอย่างเคร่งครัด หากฝ่าฝืนมีโทษปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือมีโทษจำคุกตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 2 ปี และปรับตั้งแต่ 5,000 ถึง 20,000 บาท แล้วแต่กรณี หากมีข้อสงสัยประการใด ติดต่อสอบถามได้ที่ กองควบคุมอาหาร อย. หมายเลขโทรศัพท์ 0 2590 7178 และ 0 2590 7185 ในวันและเวลาราชการ ♥



ม่ม ออย.น้อย ฉบับนี้ ขอแนะนำหลักการดำเนินงานโครงการ ออย.น้อย ของโรงเรียนบึงกาฬ จังหวัดหนองคาย ที่ได้รับรางวัลชนะเลิศการประกวด ออย.น้อย ปี 2551 เพื่อเป็นตัวอย่างของการทำกิจกรรมที่ประสบความสำเร็จด้วยดี

อ.วรณัฐ ศรีเข้ม

โรงเรียนบึงกาฬกับกิจกรรม ออย.น้อย

คณะนักเรียน ออย.น้อย โรงเรียนบึงกาฬ ได้ทำกิจกรรม ออย.น้อย มาเป็นเวลานานพอสมควร จึงเข้าร่วมโครงการ ประกวด ออย.น้อย และได้รับรางวัลชนะเลิศประจำปี 2551 โดยมีหลักการการทำงานดังนี้ ต้องมั่นใจในกลุ่มสมาชิกของเรา ยอมรับความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่ม การทำงานเป็นทีม มั่นใจว่าสิ่งที่เพื่อนทำเป็นสิ่งที่ช่วยให้กิจกรรมพัฒนาขึ้นทุกครั้ง ก่อนการแข่งขันหรือการประเมิน โรงเรียนทำด้วยความตั้งใจจริงและทำด้วยความมั่นใจ บอกกับตัวเองเสมอว่าเราทำได้ แล้วเราก็สามารถทำได้จริง ๆ ความทุ่มเทเป็นอีกแรงหนึ่งซึ่งช่วยผลักดันเราจนมีวันนี้ คณะเราจะประชุม ปรีกษาหรือ เพื่อหาหนทางแก้ไขปัญหา คณะเราทุ่มเทกับกิจกรรมนี้มาก และการทุ่มเททำให้คณะเรามีความรู้เกี่ยวกับความสะอาดและสารตกค้างในอาหาร ความรู้เรื่องยา เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์สุขภาพ และฉลากบริโภค ซึมซับความรู้โดยไม่รู้ตัว ทำให้สามารถเผยแพร่ความรู้ให้แก่คนทั่วไปได้ถูกต้อง คนเหล่านั้นก็ให้ความร่วมมือช่วยเหลือกิจกรรมของคณะเราเป็นอย่างดี อีกทั้งคุณครูที่ปรีกษาชุมนุมและคุณครูที่ปรีกษาโครงการได้ให้ความรู้และข้อคิดที่เป็นประโยชน์แก่คณะเรา นับว่าคณะเราโชคดีที่มีครูที่ปรีกษาที่ดีช่วยเตือนสติ ให้แง่คิดที่ดีเกี่ยวกับชีวิต และหลักการทำงาน เป็นแรงใจให้คณะเราทำงานต่อไป

สิ่งที่สำคัญที่สุดคือคณะเราได้รับกำลังใจจากผู้ใหญ่ใจดีทุก ๆ ท่าน พี่น้องชาวฟ้าแดงทุกคน และคุณพ่อ คุณแม่ ไม่ว่าจะผลการตัดสินจะเป็นอย่างไร คณะเราก็ให้กำลังใจกันและกันทำงานเต็มที่ เติบโตความสามารถ สู้ สู้ เป็นคำพูดที่คณะเราให้กำลังใจกันและกันก่อนลงสนามแข่งทุกครั้ง จนประสบความสำเร็จ

วิธีการจัดกิจกรรม ออย.น้อย โรงเรียนบึงกาฬ

1. ประกาศรับสมัครนักเรียนที่สนใจศึกษาละปฏิบัติกิจกรรม ออย.น้อย
2. ให้นักเรียนศึกษาเนื้อหาความรู้ และการปฏิบัติกิจกรรมจากคู่มือการจัดกิจกรรม ออย.น้อย และศึกษาหาความรู้จากแหล่งการเรียนรู้อื่น ๆ
3. ให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม ออย.น้อย ในโรงเรียนและชุมชนใกล้เคียง
4. คัดเลือกนักเรียนที่มีความสามารถในการเป็นผู้นำ จำนวน 1 คน เพื่อเป็นประธานในการดำเนินกิจกรรม
5. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนระหว่างการปฏิบัติกิจกรรม ไม่ปล่อยให้ นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามลำพัง ให้กำลังใจในกิจกรรมที่ทำได้ดี ที่ถูกต้อง และให้คำแนะนำ ทิชม ในกิจกรรมที่ทำแล้วไม่ถูกต้อง หรือไม่เหมาะสม เพื่อหาทางแก้ไขให้ดีขึ้น
6. สรุปผล และประเมินผลการปฏิบัติงานประจำปี ♥



ภาพ ออย.น้อย ทักสนศึกษา ณ ช่องกง
“การไปทัศนศึกษาครั้งนี้ นับเป็นประสบการณ์ที่มีค่าอย่างยิ่ง ได้เห็นการดำรงชีวิต ได้ชิมอาหารแปลก ๆ ทุกสิ่งที่เห็นที่ช่องกงทำให้คณะของเราคิดถึงบ้าน คิดถึงเมืองไทย การไปทัศนศึกษาครั้งนี้ ทำให้คณะของเรารักประเทศไทยมากขึ้น”

คัดสรรมาเล่าจากสายด่วน อย. 1556

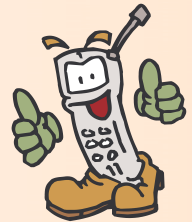
ยาอี หรือยาเลิฟ

ยาอี หรือ ยาเลิฟ นั้นได้รับความนิยมกันในหมู่วัยรุ่นที่ค่อนข้างมีฐานะเป็นจำนวนมาก เพราะเป็นยาเสพติด ที่จัดว่ามีราคาแพงมาก ในวงการลักลอบค้ายาเสพติดจะมีชื่อเรียกอีกชื่อว่า เอ็กซ์ทาชี่ เอสเซ้นซ์ อดัม หรือที่รู้จักกันในหมู่มากกว่า ยาเลิฟ นั่นเองครับ ยาอีที่แพร่ระบาด ในประเทศไทย จะมีลักษณะเป็นเม็ดกลมแบน ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 0.7 - 0.8 เซนติเมตร ความหนาของเม็ดยาประมาณ 0.4 - 0.5 เซนติเมตร สีของเม็ดยาจะเป็นสีอ่อน ๆ เช่น เขียวอ่อน เหลืองอ่อน ฟ้าอ่อน เทาอ่อน หรือชมพูอ่อน ไม่ค่อยพบเม็ดยาที่มีสีเข้ม ๆ สัญลักษณ์ที่ปรากฏบนเม็ดยาจะมีหลากหลายรูปแบบ เช่น รูปนก ผีเสื้อ ตัวการ์ตูน หัวใจ ดวงดาว ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ หรือตัวอักษร ภาษาอังกฤษ เป็นต้น ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ที่ไม่เคยนำมาใช้เป็นสัญลักษณ์บนเม็ดของยาโรค ผู้ที่เสพยาอีด้วยการกิน เมื่อกินแล้วจะเกิดการ ผิดปกติทางร่างกาย ได้แก่ หัวใจจะเต้นแรงและเร็วขึ้น ความดันโลหิตสูงขึ้น อัตราการหายใจถี่ขึ้น อุณหภูมิของร่างกายสูงขึ้นเหมือนคน เป็นไข้ เหงื่อออกมาก ปวดศีรษะ ตาพร่ามัว และอาจถึงกับเป็นลมหมดสติ นอกจากนี้ ยาอียังทำให้เกิดอาการประสาทหลอนขึ้นมาด้วย ผู้เสพยาอีจะมีความผิดปกติเกี่ยวกับการมองเห็น การได้ยิน และการสัมผัส ชอบฟังเพลงเสียงดัง ชอบดูแสงสีที่วูบวาบมืดตา และชอบให้คนมา สัมผัสเสื้อผ้า แต่เมื่อยาหมดฤทธิ์ลง ผู้เสพยาอีจะมีความวิตกกังวลผสมกับอาการซึมเศร้า เนื่องจากยาอีมีฤทธิ์ทำลายเซลล์ประสาทสมอง แม้จะกินเข้าไปเพียงเล็กน้อย ผู้ที่เสพยาอีจึงมักมีระดับสติปัญญาและผลการเรียนรู้ต่ำกว่าคนปกติทั่วไป ♥

รับฟังรายละเอียดของข้อมูลนี้ได้จากบริการโทรศัพท์อัตโนมัติ 1556 กด 1

มีคู่มือกด 1 และกรดรหัส 0419

สายด่วน อย. 1556 “แหล่งค้นหาคำตอบ เรื่องผลิตภัณฑ์สุขภาพ”



(ต่อจากหน้า 4)

- 3. **ครีมบำรุงผิว ป๊อป** จากร้านเอส พี ซูเปอร์ 185 ม.2 ต.ฉลุง อ.เมือง จ.สตูล ฉลากระบุ ผู้ผลิต/ผู้จำหน่าย ห้างหุ้นส่วนจำกัด สไมล์ภัณฑ์ วันที่ผลิต 26/11/2007 เลขที่ผลิต QC-9002-07
- 4. **ครีมรกกะ** จากร้าน นึกิวตี้ 264/3 ม.3 ต.ท่าแพ อ.ท่าแพ จ.สตูล ฉลากไม่ระบุผู้ผลิต/ผู้จำหน่าย และวันที่ผลิต/เลขที่ผลิต และ
- 5. **ครีมสมุนไพรจันทร์หา** จากร้านเลขที่ 34/2 ม.8 ถ.ยนตรการกำธร ต.ควนสะอาด อ.ควนโดน จ.สตูล ฉลาก ไม่ระบุ ผู้ผลิต/ผู้จำหน่าย และวันที่ผลิต/เลขที่ผลิต ซึ่งสารประกอบของปรอทนี้ จะทำให้เกิดการแพ้ ผื่นแดง ผิวน้ำดำ ผิบบางลง เกิดพิษสะสมของสารปรอท ทำให้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ และไตอักเสบ เครื่องสำอาง ดังกล่าว จึงจัดเป็นเครื่องสำอางที่ไม่ปลอดภัยในการใช้ ♥





ทำไมต้องเปลี่ยนแปลง... เป็น “ร้านยาคุณภาพ”

ปัจจุบันคงไม่มีผู้ใด หรือองค์กรใดที่สามารถหลีกเลี่ยงหนีพ้นจาก “กระแสคุณภาพ” ได้ เราทั้งหลายคงเคยได้สัมผัสกับการเปลี่ยนแปลงนี้ ในรูปแบบต่าง ๆ อาทิ รูปแบบของการชำระภาษีที่เปลี่ยนไป การต่อใบอนุญาตรถยนต์ที่สะดวกและง่ายขึ้น ระบบการติดตามจดหมาย และพัสดุไปรษณีย์ของบริษัทไปรษณีย์ไทย การรับรองสถานที่ผลิต และแปรรูปอาหาร (Good Manufacturing Practice : GMP) ระบบมาตรฐานการผลิต (ISO 9001) มาตรฐานการจัดการสิ่งแวดล้อม (ISO 14001) มาตรฐานห้องปฏิบัติการ (ISO 17025) การรับรองคุณภาพโรงพยาบาล (Hospital Accreditation : HA) หรือแม้กระทั่งการรับรองร้านยาคุณภาพ (Pharmacy Accreditation) เป็นต้น ทั้งนี้ สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นล้วนเป็นผลมาจากกระแสโลกาภิวัตน์ และการเติบโตทางเศรษฐกิจ

เราทั้งหลายคงไม่มีใครที่ไม่รู้จักเซเว่น อีเลเว่น (7-Eleven) ร้านค้าปลีกที่แทรกซึมไปทุกพื้นที่ที่มีผู้คนอาศัยหนาแน่น จนทำลายระบบ “ร้านขายของชำ” ที่อยู่คู่สังคมไทยมาแต่ดั้งเดิม ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ชัดเจนถึงการนำระบบคุณภาพมาปรับใช้ ผู้ซื้อสามารถเลือกได้ เข้าร้านแต่ไม่ซื้ออะไรก็ได้ มีราคาสินค้าระบุอย่างชัดเจน บรรยายภาศภายในร้านดี พนักงานบริการด้วยความสุภาพ ไม่ว่าจะเข้าสาขาไหนก็มีคุณภาพมาตรฐานเดียวกัน เหล่านี้เอง ระบบร้านขายของชำจึงเริ่มที่จะเลือนหายไปจากสังคมไทย ร้านยาในสังคมไทยเราไม่ซ้าก็อาจเป็นเหมือน “ร้านขายของชำ” หากยังไม่มี “ระบบคุณภาพ”



เมื่อก้าวถึงภาวะคุณภาพของร้านยา หลายคนอาจนึกถึงเพียงภาวะคุณภาพจากร้านยาข้ามชาติ หรือห้างค้าปลีกรายใหญ่ที่กำลังจะลงมาแย่งส่วนแบ่งการตลาด แต่อาจลืมนึกไปถึงระบบสวัสดิการรักษายาของคนไทยที่มีความครอบคลุมและสามารถเข้าถึงได้ง่ายขึ้น ปัจจุบันประชาชนชาวไทยทุกคนล้วนมีหลักประกันสุขภาพตั้งแต่เกิดจนตาย โดยสามารถแบ่งกลุ่มผู้รับบริการเป็นประชากร 3 กลุ่มใหญ่ ๆ ได้แก่ กลุ่มข้าราชการ กลุ่มประกันสังคม และกลุ่มหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า แต่ด้วยเพราะปัจจุบันยังมีปัญหาอย่างมากในการเข้าถึงบริการ ต้องเสียเวลาอย่างมากในการใช้บริการ ร้านยาจึงเป็นทางเลือกที่ดีซึ่งหลายคนยินดีที่จะจ่าย

สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ซึ่งเป็นผู้มีอำนาจในการจัดสรรเงินงบประมาณให้แก่ประชากรกลุ่มหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า หรือ ผู้มีบทบาทเป็น “ผู้ซื้อบริการ” จากโรงพยาบาล ทั้งภาครัฐและเอกชน ได้พัฒนารูปแบบการดำเนินการให้ง่ายต่อการเข้าถึงในรูปแบบของ “คลินิกชุมชนอบอุ่น” โดยมีแพทย์ในคลินิกใกล้บ้านเป็นหน่วยบริการที่สามารถใช้บริการได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย... ทำให้ร้านยาค่อย ๆ มีลูกค้าลดลง ๆ เรื่อย ๆ โดยปัจจุบันมีคลินิกชุมชนอบอุ่นในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ประมาณ 167 แห่ง

การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งสำคัญหากเราไม่เตรียมการรองรับ โดยนำ **ระบบคุณภาพ**มาปรับใช้เพื่อร่วมเข้าเป็นส่วนหนึ่งของระบบสุขภาพ หรือเป็นสถานบริการในเบื้องต้นที่ประชาชนยอมรับ แล้วสักวันร้านยาอาจมีสภาพไม่ต่างจากร้านขายของชำที่เป็นอยู่ในทุกวันนี้ก็เป็นไปได้... ♥



รู้ทัน... โรคไข้หวัดนก

อากาศเริ่มเย็นลงแล้ว เป็นสัญญาณว่าได้เข้าสู่ฤดูหนาว ซึ่งเป็นฤดูที่ใคร ๆ หลายคนต่างรอคอย เพราะหนาวมาหลายเดือน แต่ก็เป็นสัญญาณเตือนอันตรายอย่างหนึ่งว่าโรคไข้หวัดนกจะกลับมาอีกหรือไม่ เนื่องจากอากาศที่ชื้นและเย็นจะเอื้ออำนวยต่อการระบาดของเชื้อไข้หวัดนกได้เป็นอย่างดี โรคไข้หวัดนกเกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ สัตว์ปีกทุกชนิดติดเชื้อมันได้ โรคไข้หวัดนกจะติดต่อสู่คนได้หากไปสัมผัสกับสัตว์ปีกที่ป่วยหรือตายจากโรคไข้หวัดนก

ผู้ป่วยโรคไข้หวัดนกมีอาการอย่างไร

หลังจากได้รับเชื้อประมาณ 3 - 7 วัน ผู้ป่วยจะมีการคล้ายไข้หวัดใหญ่ คือ มีไข้สูง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยเนื้อตัว อ่อนเพลีย เจ็บคอ ไอ อาจมีน้ำมูก น้ำตาไหล เด็ก ผู้สูงอายุ และผู้มีโรคประจำตัว มักมีอาการรุนแรง ทำให้เกิดปอดอักเสบ ซึ่งสังเกตได้จากอาการหอบหรือหายใจลำบาก และอาจเกิดภาวะหายใจล้มเหลว ซึ่งเสี่ยงต่อการเสียชีวิตสูงถึงร้อยละ 70

ควรดูแลผู้ป่วยโรคไข้หวัดนกอย่างไร

หากมีผู้ป่วยอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ และมีประวัติสัมผัสสัตว์ปีกที่ป่วยหรือตาย หรืออยู่ในพื้นที่ที่มีโรคไข้หวัดนกระบาดอยู่ ต้องรีบพาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลทันที เพราะต้องได้รับยาต้านไวรัสโดยเร็วที่สุด หรือภายใน 2 วัน หลังเริ่มมีอาการ และอาจต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ผลการรักษาจึงจะดี ♥



วิสัยทัศน์

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

“เป็นผู้นำในการพัฒนาสังคมฐานความรู้ด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างต่อเนื่องยั่งยืน”

(Leadership in sustainable development of knowledge based society of health product)



ที่ สธ 1008 / 02 / พิเศษ

ใช้ในราชการสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตที่ 54/2537
ไปรษณีย์นนทบุรี



- กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
- กระทรวงสาธารณสุข

ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

โทร. 0 2590 7121, 7125 โทรสาร : 0 2591 8472