ปีที่ 1 ฉบับที่ 12 ประจำเดือนกันยายน 2553

อย. Report

www.fda.moph.go.th

กินเกลือเสริมไอโอดีน เสริมสติปัญญา

ใครจะรู้บ้างว่า...ปัจจุบันคนไทยมีโอกาสเสี่ยงเป็นโรคเอ๋อกันมากขึ้น เอ้า..อย่าเพิ่งตกใจกันไป เรื่องนี้เรามีตัวเลขผลการสำรวจของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุขมายืนยัน เขาสำรวจจากกลุ่มตัวอย่าง 6,000 ราย ใน 21 จังหวัด ปรากฏว่ามีไอคิวเฉลี่ยแค่ 91 พ้นเกณฑ์มาตรฐานสากลมาแค่ 1 คะแนนเอง ซึ่งไอคิวเฉลี่ยตามมาตรฐานสากลจะอยู่ที่ 90-110 และที่สำคัญ พบว่าหญิงตั้งครรภ์ขาดสารไอโอดีนสูงถึงร้อยละ 60 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลกกำหนดเสียอีก

เพราะคนไทยส่วนใหญ่ยังขาดความรู้ในเรื่อง “ไอโอดีน” และมักจะเข้าใจว่า ถ้าขาดไอโอดีนแล้วจะทำให้เป็นโรคคอพอกเท่านั้น แต่อันที่จริงแล้ว... ไม่ใช่แค่นั้น เพราะเจ้าสารไอโอดีนมีความสำคัญต่อร่างกายเป็นอย่างมาก โดยเป็นส่วนประกอบที่จำเป็นในการผลิตฮอร์โมนของต่อมธัยรอยด์เพื่อสร้างฮอร์โมนชื่อว่า “ธัยร๊อกซิน” ที่มีความสำคัญต่อการสร้างเซลล์ของร่างกายและสมองให้มีการเจริญเติบโตอย่างปกติ โดยเฉพาะช่วง 3 เดือนแรกของการตั้งครรภ์ ถ้าขาดสารไอโอดีนเมื่อไหร่ก็จะทำให้สมองเจริญเติบโตไม่เต็มที่ ระดับสติปัญญา(ไอคิว) ของเด็กก็จะลดลง ที่สำคัญ ถ้าหญิงตั้งครรภ์ขาดสารไอโอดีนอาจทำให้ทารกตายตั้งแต่อยู่ในครรภ์ แท้ง พิการ หรือปัญญาอ่อน และเป็นเด็กเอ๋อได้

ที่ผ่านมา เราจะได้รับสารไอโอดีนจากการรับประทานอาหารที่มีสารไอโอดีน เช่น อาหารทะเล ไม่ว่าจะเป็น ปลาทะเล ปู สาหร่ายทะเล หรือหอยทะเล แต่ยังไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย เพราะปกติแล้วร่างกายต้องการสารไอโอดีนวันละ 150 ไมโครกรัม

(อ่านต่อหน้า 15)

★ ยาเสื่อมคุณภาพ...สิ่งที่ควรสังเกตก่อนกินยา
รอบรู้เรื่องยา หน้า 10

★ กาแฟ...ลดความอ้วนได้จริงหรือ?
กินเป็น ใช้เป็น หน้า 6-7

อย. Action

นายจุรินทร์ ลักษณวิศิษฏ์
รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับ
นพ.พิพัฒน์ ยิ่งเสรี เลขาธิการ ฯ อย.
ร่วมกันแถลงข่าวการตรวจจับการผลิตน้ำปลาผิดกฎหมาย
ของสถานที่ผลิตในจังหวัดสมุทรสงคราม และนครสวรรค์
ณ ห้องประชุม 2 กระทรวงสาธารณสุข
เมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2553

นายจุรินทร์ ลักษณวิศิษฏ์
รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข
แถลงข่าว เรื่อง เจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับตำรวจกองบังคับการ
ปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับการคุ้มครอง
ผู้บริโภค (บก. ปคบ.) บุกทลายแหล่งผลิตและจำหน่าย
เครื่องสำอางรายใหญ่ ยี่ห้อมิโกะมัสซูหรี ย่านวิภาวดี
เมื่อวันที่ 24 สิงหาคม 2553

บก. บอกข่าว

นิรัตน์ เตียสุวรรณ

ในขณะที่นักเรียนไทยสามารถแข่งขันได้รางวัลคณิตศาสตร์โอลิมปิค เคมีโอลิมปิค และรางวัลทางวิทยาศาสตร์อื่นๆ แต่ไม่น่าเชื่อไอคิวเฉลี่ยของเด็กไทยเราอยู่แค่ 91 อีกนิดเดียวเราก็จะตกจากเกณฑ์มาตรฐานที่องค์การอนามัยโลกกำหนดไว้ที่ 90-110 สาเหตุหนึ่งก็มาจากการขาดสารไอโอดีนซึ่งมีอุดมสมบูรณ์ในอาหารทะเล แต่คนไทยก็ไม่ได้ร่ำรวยที่จะกินอาหารทะเลได้ทุกคน วิธีแก้ก็ต้องเอาสารไอโอดีนใส่ลงไปในอาหารที่ราคาถูกหน่อย และเกลือก็เป็นทางเลือกที่ทุกประเทศเขาใช้กัน ซึ่ง อย. ก็ประกาศให้เกลือบริโภคต้องเติมสารไอโอดีน และจะขยายไปยังอาหารอื่นๆ โดยเฉพาะเครื่องปรุงรสทั้งหลาย ก็จะช่วยให้คนไทยมีโอกาสได้รับสารไอโอดีนมากขึ้น

แต่ไม่น่าเชื่อว่ามีเครื่องดื่มผสมกาเฟอีนยี่ห้อหนึ่งใช้วิธีโฆษณาบอกเราว่า วิตามินบี 12 ช่วยให้ฉลาด มีความคิดดีๆ หลังจากโฆษณาไปสักระยะหนึ่ง จึงค่อยปล่อยโฆษณาชิ้นใหม่บอกว่าเครื่องดื่มของเขามีวิตามินบี 12 ซึ่งถ้าแยกดูโฆษณาทั้งสองจะรู้สึกว่าไม่เห็นมีตรงไหนที่โฆษณาคุณประโยชน์ แต่ถ้าดูว่าผู้ที่โฆษณาเป็นบริษัทเดียวกันเราก็จะถึงบางอ้อว่า เขากำลังบอกว่าผลิตภัณฑ์เขาช่วยให้ฉลาด มีความคิดดีๆ การโฆษณาแบบนี้เขาเรียกว่า**“unbrand”** คือไม่บอกว่าสินค้ายี่ห้ออะไร แต่คนดูจะเข้าใจได้ว่าเป็นสินค้ายี่ห้ออะไร เพื่อหลีกเลี่ยงกฎหมายที่ไม่อนุญาตให้โฆษณาสรรพคุณ คุณประโยชน์ คุณภาพของอาหารในลักษณะเป็นยา

ก็มาถึงคำถามที่ผู้บริโภคต้องตอบให้ได้ก่อนที่จะตัดสินใจซื้อหรือเชื่อ **วิตามินบี 12 ช่วยทำให้ฉลาดและเกิดความคิดดีๆ จริงหรือ ถ้าเราไม่กินไอโอดีน กินแต่ บี 12 จะทำให้ฉลาดขึ้นไหม ถ้าเราขี้เกียจไม่สนใจศึกษาหาความรู้ กินแต่ บี 12 จะช่วยให้มีความคิดดีๆ ได้ไหม** ผมจะให้ข้อมูลนิดหนึ่ง วิตามินบี 12 มีประโยชน์ในการสร้างเม็ดเลือดแดง การทำงานของระบบประสาท การสังเคราะห์ **DNA** เป็นวิตามินที่ละลายได้ในน้ำ ความเป็นพิษต่ำมากแม้จะกินในปริมาณที่มาก ผู้ใหญ่ปกติต้องการบี 12 วันละ 2.4 ไมโครกรัม นั่นก็คือ 0.0000024 กรัม เรียกว่าน้อยมาก วิตามินบี 12 พบได้ตามธรรมชาติในอาหารประเภทเนื้อ ถ้าเรากินเนื้อประมาณ 100 กรัม เราก็จะได้ บี 12 ในขนาดที่ต้องการแล้ว ถ้ากินเนื้อปลาแซลมอน 100 กรัม เราจะได้ บี 12 ถึง 4.9 ไมโครกรัม แล้ววิตามิน บี 12 มีประโยชน์ต่อการทำหน้าที่ของระบบประสาท แต่ไม่ได้หมายความว่ากินแล้วจะทำให้ฉลาดเกิดความคิดดีๆ มีงานวิจัยที่พบว่าการได้รับ บี 12 น้อยลงจะทำให้กระบวนการเรียนรู้ลดลง แต่งานวิจัยนั้นก็ไม่สามารถแสดงได้ว่าเกิดจาก บี 12 เดี่ยวๆ แถมมีการศึกษาโดยเอาผู้สูงอายุที่กระบวนการเรียนรู้ยังดี หรือสูญเสียปานกลาง มาแบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกให้ บี 12 วันละ 1,000 ไมโครกรัม กลุ่มที่สองให้ 1,000 ไมโครกรัม บวกกับกรดโฟลิก 400 ไมโครกรัม กลุ่มสุดท้ายให้เป็นยาหลอก เขาพบว่าการให้บี 12 หรือให้พร้อมกับกรดโฟลิก ไม่ได้ช่วยพัฒนาการเรียนรู้ของสมองเลย ถ้าเราคิดจะดื่มเครื่องดื่มผสมกาเฟอีนเพื่อเอาสารอาหาร เราก็อาจได้รับอันตรายจากการได้กาเฟอีนเกินขนาดก่อนก็ได้

ทุกวันนี้เราอยู่กับข้อมูลข่าวสารที่เข้ามาหลายช่องทาง ในหลายรูปแบบข้อมูลบางอย่างก็บอกเราหมดถึงด้านดี ด้านลบ เช่น ข้อมูลจากหน่วยงานรัฐ สถาบันการศึกษา และก็มีข้อมูลที่บอกเราเพียงครึ่งเดียว หรือหยิบบางเสี้ยวมาบอก ทำให้เกิดความเข้าใจผิดในสาระสำคัญ จึงจำเป็นที่เราต้องกลั่นกรองข้อมูลต่างๆ ให้ถ้วนถี่ก่อนที่จะเชื่อ และตัดสินใจซื้อหรือใช้สินค้าหรือบริการ

วัตถุประสงค์ อย. Report

1. เพื่อเผยแพร่ความรู้ข่าวสารและการดำเนินงานต่างๆ ของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
2. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมความเคลื่อนไหว รวมทั้งผลงานเด่นเกี่ยวกับงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ
3. เพื่อเป็นสื่อกลางให้แก่เครือข่ายงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพในการถ่ายทอดประสบการณ์และการดำเนินงาน
4. เพื่อเผยแพร่สาระน่ารู้ รวมถึงแง่คิดที่น่าสนใจ

เจ้าของ

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ที่ปรึกษา

รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ

นายนิรัตน์ เตียสุวรรณ

กองบรรณาธิการ

นางผุสดี เวชชพิพัฒน์ นางสาวทิพากร มีใจเย็น
นายบุญทิพย์ คงทอง นายศุภกาญจน์ โภคัย
นางสุวนีย์ สุขแสนนาน นางสาวจิตรา เอื้อจิตรบำรุง
นายวัชรินทร์ เครือเนียม นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว
นางสาวดนิตา เทียบโพธิ์ นางสาวพัชราวดี ศรีบุญเรือง
นางสาวนะรารัตน์ แสนสุข นางสาวธีมานันท์ กุหลาบเพ็ชรทอง
นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์ นางสาวปภานิจ ภัทรภานนท์
นางสาวรมิดา ธนธนวัฒน์ นายทวชา เพชรบุญยัง

สถานที่ติดต่อ

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000
โทรศัพท์ : 0 2590 7114, 0 2590 7117 โทรสาร : 0 2591 8474
e-mail address : fdanews@fda.moph.go.th

พิมพ์ที่

สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

มีดีมาโชว์

"ไลอ้อน" กับการพัฒนาไม่หยุดยั้ง เพื่อผู้บริโภค

LION "ชีวิตสดใส...กับเบรล์ล"

บริษัท ไลอ้อน (ประเทศไทย) จำกัด เป็นผู้ผลิตสินค้าอุปโภค มาเป็นเวลากว่า 40 ปี จากการผลิตและพัฒนาผลิตภัณฑ์ด้วยความซื่อสัตย์ จริงใจต่อผู้บริโภคตลอดมา ในปี 2552 สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา(อย.) จึงพิจารณาคัดเลือกให้ **ไลอ้อน** ได้รับรางวัล **"อย. Quality Award 2009"** จากอดีตจนถึงปัจจุบันไลอ้อนยังคงมุ่งมั่นพัฒนาอย่างไม่หยุดยั้ง ด้วยความห่วงใยต่อผู้บริโภคในสังคม จึงผลิตผลิตภัณฑ์ที่ทำให้ผู้ใช้มีความสุข และมีสุขภาพดี โดยพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม (Eco Design) อีกทั้งยังเป็นผลิตภัณฑ์สำหรับผู้บริโภคทุกกลุ่ม (Universal Design) ไม่ว่าจะเป็นเด็ก คนชรา แม้กระทั่งผู้พิการทางสายตา

ไลอ้อน ตระหนักถึงความเท่าเทียมกันของผู้บริโภค โดยเฉพาะผู้พิการทางสายตาหรือคนตาบอด จึงได้จัดพิมพ์อักษรเบรล์ล/อักษรนูน สำหรับคนตาบอด โดยใช้ภาษาอังกฤษ ซึ่งเป็นภาษาสากลลงบนบรรจุภัณฑ์ โดยได้ระบุชื่อและประเภทของผลิตภัณฑ์ เพื่อให้ผู้พิการทางสายตาสามารถสัมผัสรับรู้ได้ง่ายและถูกต้อง เช่น ผลิตภัณฑ์ซักผ้าเอสเซ้นซ์, แชมพูฟอลเลส, ผลิตภัณฑ์ล้างมือคิเรอิ คิเรอิ, แชมพูคิวลีน, ยาสีฟันซอลส์, ซอลส์ฮาบุ, ซอลส์เฟรช, และผลิตภัณฑ์โฟมล้างหน้าโชกุบุสซึ โมโนกาตาริ ซึ่งผลิตภัณฑ์เหล่านี้มีวางขายทั่วไปในราคาเดิม

ซึ่งการพัฒนาครั้งนี้จะสำเร็จอย่างสมบูรณ์ไม่ได้หากขาดการสนับสนุนและความร่วมมือที่ดีจาก บริษัท ไทยโอพีพี จำกัด, บริษัท สยามทบภัณฑ์ จำกัด, บริษัท เหรียญทองการพิมพ์ จำกัด ผู้ร่วมพัฒนากระบวนการพิมพ์อักษรเบรล์ล ลงบนบรรจุภัณฑ์ของไลอ้อน และคุณปัญญา พูมรินทร์ เจ้าหน้าที่ประสานงาน บริษัท ไทยโอพีพี จำกัด ซึ่งเป็นผู้พิการทางสายตาที่ทำการตรวจสัมผัสความถูกต้องของอักษรเบรล์ล และในอนาคตไลอ้อนจะยังคงพัฒนาอักษรเบรล์ลลงในบรรจุภัณฑ์อื่นๆ รวมถึงพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพเพื่อผู้บริโภคต่อไป....

สินค้าที่มีอักษรเบรล์ล์อยู่บนบรรจุภัณฑ์

ใหม่แกะกล่อง !!!
การ์ตูนรวมสารพันเรื่องยาชุดใหม่ ใน ORYOR.com

กลุ่มเผยแพร่ความรู้
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

มีของเด็ดของดีมาให้ติดตามกันอีกแล้ว... สำหรับแฟนคลับเว็บไซต์ **www.oryor.com** ที่ติดตามเรื่องราวสนุกๆ ในคู่มือการ์ตูนมาอย่างต่อเนื่อง และตอนนี้การ์ตูนเล่มใหม่ล่าสุด พร้อมให้พี่ๆ น้องๆ ได้หามาอ่านกันแล้วกับคู่มือ **“ยา...สารพัน คุณค่าเมื่อใช้ถูกต้อง”**

โดยการ์ตูนเล่มนี้เป็นคู่มือที่ถ่ายทอดเรื่องราวสุดแสนประทับใจของหมอเคน เภสัชกรหนุ่มที่มุ่งมั่นตั้งใจทำงานตามอุดมการณ์ของตน คือ **“ประชาชนต้องปลอดภัย รู้จักใช้ยาอย่างถูกต้อง”** หมอเคนได้ติดตามคณะแพทย์อาสาไปทั่วทุกหนทุกแห่ง ไม่ว่าจะขึ้นเหนือล่องใต้ เพื่อปฏิบัติงานช่วยเหลือชาวบ้านตามอุดมการณ์ และด้วยความที่เป็นคนอารมณ์ดี ประกอบกับมีหน้าตาเป็นอาวุธพิชิตใจทั้งสาวน้อยสาวใหญ่ จึงทำให้เกิดเรื่องราวและประสบการณ์น่ารักๆ เกี่ยวกับการใช้ยาเกิดขึ้นในชีวิตของหมอเคนมากมาย

.....มาร่วมเดินทางไปกับหมอเคน พร้อมรับข้อแนะนำดีๆ เกี่ยวกับการใช้ยาอย่างถูกต้องและปลอดภัยจากหมอเคนกันได้แล้วนะคะ ซึ่งทางสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้แจกจ่ายไปยังสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา โรงพยาบาล ห้องสมุดสำนักงานเขตต่างๆ โรงเรียนในสังกัดสำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร และมหาวิทยาลัย หรือสามารถเข้าไปอ่านเรื่องราวประทับใจของหมอเคนในเมนู **อย.Print Media** พลาดไม่ได้นะคะ

กินเป็นใช้เป็น

กาแฟ...ลดความอ้วนได้จริงหรือ?

โดย รัชวรรณ จันทเขต
หน่วยเคลื่อนที่เพื่อความปลอดภัยด้านอาหาร
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ปัจจุบันผลิตภัณฑ์กาแฟลดความอ้วนมีขายอยู่ทั่วไปทั้งในอินเทอร์เน็ตและท้องตลาด หาซื้อง่ายและมีการอวดอ้างสรรพคุณ ทำให้ผู้ที่ต้องการผอมมีหุ่นดีซื้อมารับประทานเป็นจำนวนมากเนื่องจากมีหลายยี่ห้อและมีการอวดอ้างสรรพคุณโดยเติมส่วนประกอบอื่นๆ ลงไป คุณเคยสงสัยไหมว่ากาแฟลดความอ้วนได้จริงหรือและควรสังเกตก่อนซื้ออย่างไร

กาแฟ ต้นกาแฟเป็นพืชพื้นเมืองเขตร้อนแถบแอฟริกาและเอเชียใต้ กาแฟถูกจัดให้อยู่รวมกับพืชมีดอกของวงศ์ Rubiaceae ถูกจัดเป็นต้นไม้ประเภทไม่ผลัดใบ ผลกาแฟอ่อนจะมีสีเขียว เมื่อสุกสีของเมล็ดจะเปลี่ยนเป็นสีเหลือง และเมื่อนำไปผึ่งให้แห้งสีของเมล็ดจะเปลี่ยนเป็นสีแดงเข้มและสีดำในที่สุด

คุณประโยชน์ของกาแฟ เมล็ดกาแฟจะมีสารกาเฟอีน ซึ่งสารตัวนี้จะออกฤทธิ์กระตุ้นให้สมองตื่นตัว ช่วยในการระบายท้องและขับปัสสาวะอย่างอ่อนๆ กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกกระปรี้กระเปร่า ทำให้ตื่นตัวและแก้ง่วงได้

โทษจากการดื่มกาแฟเป็นประจำ จะเพิ่มอัตราเสี่ยงต่อโรคหัวใจ ทำให้ระดับคอเลสเตอรอลในเลือดสูงขึ้น อาจทำให้เกิดอาการปวดศีรษะแบบไมเกรน

ผลิตภัณฑ์กาแฟที่มีจำหน่ายทั่วไป ก็จะอยู่ในรูปของเมล็ดกาแฟคั่ว กาแฟผงสำเร็จรูป กาแฟปรุงสำเร็จพร้อมดื่ม ในการจะเลือกซื้อกาแฟดังกล่าวข้างต้นมารับประทานควรสังเกตและพิจารณาฉลาก อย่างน้อยต้องมีข้อความดังนี้

1. ต้องมีข้อความภาษาไทยระบุชื่ออาหาร
2. ส่วนประกอบที่สำคัญเป็นร้อยละ
3. ระบุชื่อและที่ตั้งผู้ผลิตอย่างชัดเจน
4. วันเดือนปีที่ผลิตหรือหมดอายุ
5. มีเลขสารบบอาหารในกรอบเครื่องหมาย อย.
6. น้ำหนักสุทธิหรือปริมาตรสุทธิ
7. ปริมาณกาเฟอีนต่อ 100 มิลลิลิตรสำหรับกาแฟปรุงสำเร็จพร้อมดื่ม

สำหรับข้อความกล่าวอ้าง เช่น ปราศจากน้ำตาลจะต้องแสดงที่ฉลากโภชนาการด้วยว่าน้ำตาล 0 %

ผู้ผลิตหรือนำเข้าผลิตภัณฑ์กาแฟเพื่อจำหน่ายต้องได้รับอนุญาตให้ผลิตหรือนำเข้าและได้รับอนุญาตให้จดทะเบียนอาหารแต่ละชนิดเรียบร้อยจึงจะจำหน่ายได้

กาแฟลดความอ้วนได้จริงหรือ

ปัจจุบันมีผู้ผลิตบางรายเห็นแก่ได้โดยโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณว่าสามารถลดความอ้วนได้ ทำให้ผู้บริโภคหลงเชื่อและซื้อมารับประทานเพื่อหวังผล

ในการลดความอ้วนกันมากมาย โดยพบว่ากาแฟดังกล่าวมีการเติม ไซบูทรามีน ซึ่งเป็นยาที่มีข้อบ่งใช้สำหรับรักษาและควบคุมโรคอ้วน(obesity) และจัดเป็นยาควบคุมพิเศษซึ่งห้ามซื้อขายในร้านขายยาโดยไม่มีใบสั่งยาจากแพทย์ กลไกการออกฤทธิ์ของยา คือ ยับยั้งการเก็บกลับ(reuptake) ของสารสื่อประสาทจำพวกซีโรโทนิน(serotonin) และ นอร์อีพิเนฟริน(norepinephrine) ที่บริเวณสมองส่วน ไฮโปธาลามัส (hypothalamic area) ส่งผลให้ความอยากอาหารลดลงและอิ่มเร็วขึ้น รวมทั้งสามารถกระตุ้นกระบวนการเผาผลาญของร่างกาย **ผลข้างเคียงทำให้เกิดความดันโลหิตสูง หัวใจเต้นเร็ว ปากแห้ง ปวดศีรษะ นอนไม่หลับ และท้องผูก**

ผลิตภัณฑ์กาแฟที่ลักลอบใส่ยาไซบูทรามีนเป็นผลิตภัณฑ์ที่ผิดกฎหมายดังนี้

1. การผลิต นำเข้าเพื่อจำหน่าย หรือจำหน่ายผลิตภัณฑ์ดังกล่าวซึ่งจัดเป็นอาหารไม่บริสุทธิ์ มีโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

2. แสดงรายละเอียดในฉลากไม่ถูกต้องหรือไม่ครบถ้วนไม่เป็นไปตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขและรูปแบบฉลากโภชนาการไม่ถูกต้อง มีโทษปรับไม่เกิน 30,000 บาท

3. โฆษณาอาหารโดยไม่ได้รับอนุญาต ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน 5,000 บาท

การหวังผลว่าจะนำกาแฟมาเพื่อลดความอ้วนนั้น ขอให้พึงระลึกเสมอว่า กาแฟจัดเป็น “อาหาร” ไม่ใช่ “ยา” จึงไม่มีสรรพคุณในการบำบัดความอ้วนได้ การโฆษณาอวดอ้างว่าจะทำให้น้ำหนักลดลง ผอมเพรียว จึงเป็นการหลอกลวงให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดและจะได้รับโทษตามกฎหมายด้วย และการนำยาไซบูทรามีนมาผสมก็ก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายดังที่กล่าวมา ดังนั้น หากต้องการมีรูปร่างที่ดีได้สัดส่วน ควรรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ครบทั้ง 5 หมู่ หรือผู้ที่อ้วนและอยากลดน้ำหนักก็ให้ลดปริมาณแป้ง น้ำตาลและไขมันลง รับประทานผักผลไม้มากๆ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์กาแฟที่มีการกล่าวอ้างสรรพคุณเกินจริง กรณีที่ท่านสงสัยว่าผลิตภัณฑ์อาหารอาจไม่ปลอดภัยในการบริโภค โปรดแจ้งสายด่วน อย. 1556 ควรเปลี่ยนความคิดในการดื่มกาแฟเสียใหม่ว่า “ดื่มเพื่อความสดชื่น มิใช่เพื่อลดน้ำหนัก” ที่สำคัญการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์กาแฟทั่วไป ต้องมีฉลากครบถ้วนและอ่านฉลากทุกครั้ง ดังคำกล่าวที่ว่า **“อ่านฉลากสักนิด...ชีวิตจะปลอดภัย”**

เอกสารอ้างอิง

ยาลดความอ้วนที่ควรรู้.[ออนไลน์].เข้าถึงได้จาก: http://women.thaiza.com.

กาแฟมีประโยชน์อย่างไร.[ออนไลน์].เข้าถึงได้จาก:http://www.coffeemade.com

เตือนกาแฟ ลอบใส่ยาลดความอ้วนสุดอันตราย.[ออนไลน์].เข้าถึงได้จาก: http://www.meesara.com ?p=1140.

เกาะติดข่าว

อันตราย! โฆษณา

"ยาตายสิบปี ดีเหมือนเดิม, พญาดงชาย, พญาดงหญิง, พลังช้างสาร,น้ำมันไพรทิพย์, ขุดรากถอนโคน," ของมูลนิธิเพื่อคุณธรรม โอ้อวดรักษาสารพัดโรค ยังไม่ได้รับอนุญาตให้ขึ้นทะเบียนตำรับยา

หลังจาก อย. ได้ตรวจสอบการโฆษณาขายยาของมูลนิธิเพื่อคุณธรรม ตามที่มีประชาชนร้องเรียนว่าจะมีการโฆษณาหลอกลวงประชาชน พบว่า มีการโฆษณาขายยาผ่านทางเคเบิลทีวี PSI ช่อง TV MUSLIM และทางเว็บไซต์ http://hi5-widget.olx.com/th/iid-65840102 และเว็บไซต์ www.Islamthailand.com/thai521/tvl ซึ่งทั้ง 2 สื่อนี้ มีข้อความในลักษณะทำนองเดียวกัน ตัวอย่างเช่น "...**ตายสิบปี ดีเหมือนเดิม** สรรพคุณ : รักษาโรคเบาหวาน โรคเก๊าท์ ปวดข้อ ปวดเข่า ใจสั่น มือชา เท้าชา และละลายไขมันในเลือด...**พญาดงชาย** สรรพคุณ : รักษาปัสสาวะขัด ขุ่น ข้น กระปริดกระปรอย กระษัย ต่อมลูกหมากโต โรคไตนิ่วในไต... **พญาดงหญิง** สรรพคุณ : ปวดท้อง รอบเดือนมาไม่ปกติ... **พลังช้างสาร** สรรพคุณ : สามีที่มีปัญหาเรื่องสมรรถภาพทางเพศ... พลังช้างสารช่วยท่านได้จริง ๆ.... **น้ำมันไพรทิพย์** สรรพคุณ : เป็นน้ำมันที่มีสมุนไพร 13 ชนิด รักษาแผลเบาหวาน แผลเน่าเปื่อย แผลสด....**ขุดรากถอนโคน** สรรพคุณ : รักษาโรคมะเร็งทุกชนิด วัณโรค โรคเอดส์...." เป็นต้น โดยจากการตรวจสอบการขึ้นทะเบียนตำรับยา พบยาดังกล่าวตามข้อความโฆษณายังไม่ได้รับอนุญาตให้ขึ้นทะเบียนตำรับยาแต่อย่างใด จึงขอให้ผู้บริโภคอย่าได้หลงเชื่อสรรพคุณยาตามที่กล่าวอ้าง ในส่วนของการดำเนินคดีจะมีโทษข้อหาขายยาที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยา มีโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี หรือปรับ ไม่เกิน 5 พันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ , ข้อหาโฆษณาขายยาโดยไม่ได้รับอนุญาตจาก อย. โฆษณาโดยทำให้เข้าใจว่าเป็นยาบำรุงกามและแสดงสรรพคุณยาว่าสามารถบำบัด บรรเทา รักษาหรือป้องกันโรค หรืออาการของโรคที่รัฐมนตรีประกาศห้ามโฆษณา มีโทษปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท อีกทั้งได้มีหนังสือแจ้งมูลนิธิเพื่อคุณธรรมสั่งระงับการโฆษณาขายยาดังกล่าวในทุกสื่อแล้ว

กลายแหล่งผลิตยาเถื่อน เครื่องสำอางผิดกฎหมาย รายใหญ่กลางกรุง

โฆษณาผ่านเว็บไซท์ ส่งขายทั้งใน - นอกประเทศ ยึดของกลางกว่า 200 ล้านบาท

ตามที่ อย. ร่วมกับตำรวจ DEA (Drug Enforcement Administration) ของสหรัฐอเมริกา , ตำรวจ บช.ปส. และกรมศุลกากร ตรวจสอบแหล่งผลิตยาเถื่อน ย่านเจริญกรุง ที่โฆษณาขายกับลูกค้าผ่านทางเว็บไซต์ WWW. ASTEALTH.COM ซึ่งจากการตรวจค้นบ้านเลขที่ 1 และ 3 ซ.สุดประเสริฐ 7 เขตบางคอแหลม กรุงเทพฯ ปรากฏพบเป็นสถานที่ผลิตยาแผนปัจจุบันโดยไม่ได้รับอนุญาต ผลิตทั้งยาฉีด และยาเม็ด เป็นยาจำพวกเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ยาโด๊ปนักกีฬา ยารักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ยาสเตียรอยด์ และพบกระดาษชุบยารักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศสำหรับกิน รวมทั้ง พบมีการปลอมยาของบริษัทอื่นด้วย นอกจากนี้ ยังพบการผลิตเครื่องสำอางใส่สารห้ามใช้ ลักษณะเป็นครีมอยู่ในหลอด และเครื่องสำอางที่แสดงฉลากไม่ถูกต้องจำนวนมาก จึงยึดของกลางทั้งหมด โดยคิดเป็นมูลค่าประมาณ 200 ล้านบาท สำหรับเครื่องสำอางจะส่งตรวจวิเคราะห์หาสารอันตรายที่ห้ามใช้ในเครื่องสำอางด้วย และจากการขยายผลต่อ ทราบว่าเว็บไซต์ดังกล่าวมีประชาชนชาวต่างชาตินิยมเข้าไปสั่งผลิตภัณฑ์จำนวนมาก มีการส่งผ่านทางพัสดุไปรษณีย์ไปเกือบทุกประเทศ คิดเป็นมูลค่าส่งออกราว 6-7 ล้านบาทต่อเดือน ทั้งนี้ ได้แจ้งดำเนินคดีต่อผู้กระทำผิดกฎหมายอย่างเคร่งครัด ในข้อหา ผลิตยาแผนปัจจุบันโดยไม่ได้รับอนุญาต มีโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี และปรับไม่เกิน 1 หมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ , ผลิตยาปลอม มีโทษจำคุกตั้งแต่ 3 ปี ถึงตลอดชีวิต และปรับตั้งแต่ 10,000-50,000 บาท และผลิตยาโดยไม่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยา มีโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี หรือปรับไม่เกิน 5,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ ในส่วนการกระทำผิดเกี่ยวกับเครื่องสำอาง ได้แจ้งข้อหาผลิตเครื่องสำอางปลอม มีโทษจำคุกไม่เกิน 6 เดือน หรือปรับไม่เกิน 30,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ , แสดงฉลากเครื่องสำอางไม่ถูกต้อง มีโทษจำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ หากตรวจพบสารห้ามใช้ในเครื่องสำอาง จะมีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 60,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

เกาะติดข่าว

พบอีก โรงงานผลิตน้ำปลาปลอม ย่านสมุทรสงคราม และนครสวรรค์ อย. จับมือตำรวจ บก.ปคบ. บุกจับเพื่อหยุดวงจรธุรกิจน้ำปลาปลอม

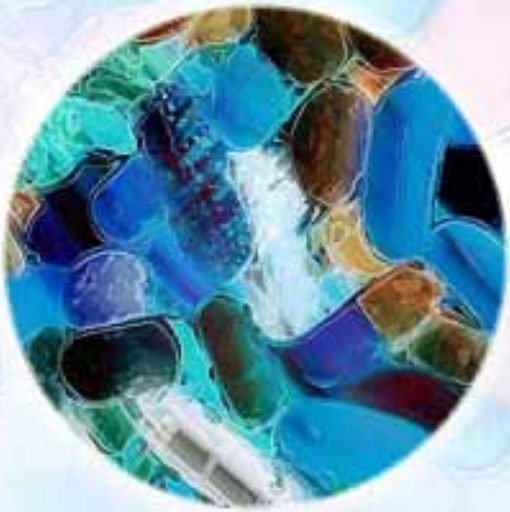
เมื่อเร็วๆ นี้ อย. และตำรวจ บก.ปคบ. พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสมุทรสงคราม เข้าตรวจสอบโรงงานน้ำปลาวิจิตร (ฮั่วฮะ) ตั้งอยู่ที่ 55/9 ถ.แหลมใหญ่ ต.แม่กลอง อ.เมือง จ.สมุทรสงคราม ผลการตรวจพบว่าสถานที่ผลิตไม่ผ่านเกณฑ์ GMP ที่บังคับใช้เป็นกฎหมาย พบผลิตภัณฑ์น้ำปลา และน้ำส้มสายชูเทียม มีการแสดงฉลากไม่ตรงตามที่ขออนุญาต ได้แก่ น้ำปลาผสม ตรากุ้งวิจิตร บนฉลากแสดงเลขสารบบของน้ำเกลือปรุงอาหาร ตราเก้าสิบเก้า , น้ำปลาแท้ ตรากุ้งวิจิตร แสดงวันผลิตไม่ตรงตามข้อเท็จจริง และน้ำส้มสายชูเทียม ตราฮ่องเต้ บนฉลากแสดงเลขสารบบของน้ำเกลือปรุงอาหาร ตราทิพย์ นอกจากนี้ ยังพบฉลากผลิตภัณฑ์น้ำปลา วัตถุแต่งกลิ่นรส และฉลากน้ำส้มสายชูที่ไม่ถูกต้องหลายรายการ รวมมูลค่าของกลางกว่า 1.5 ล้านบาท จึงแจ้งดำเนินคดีข้อหา สถานที่ผลิตอาหารไม่เป็นไปตามหลักเกณฑ์จีเอ็มพีที่บังคับใช้เป็นกฎหมาย มีโทษปรับไม่เกิน 1 หมื่นบาท และผลิตอาหารที่มีฉลากเพื่อลวง เข้าข่ายอาหารปลอม มีโทษจำคุกตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 10 ปี และปรับตั้งแต่ 5 พันบาท ถึง 1 แสนบาท นอกจากนี้ หากผลวิเคราะห์ผลิตภัณฑ์อาหารไม่เข้ามาตรฐานตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง น้ำปลา เช่น มีปริมาณกรดกลูตามิคต่อไนโตรเจนทั้งหมด ไม่เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดให้ไม่น้อยกว่า 0.4 แต่ต้องไม่เกิน 1.3 หรือมีโซเดียมคลอไรด์ไม่เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนด โดยให้พบไม่น้อยกว่า 200 กรัม ซึ่งจะจัดเป็นอาหารผิดมาตรฐาน มีโทษปรับไม่เกิน 5 หมื่นบาท อีกทั้ง หากพบวัตถุกันเสีย กรดเบนโซอิก ไม่เป็นไปตามเกณฑ์เงื่อนไข ที่กำหนดปริมาณสูงสุดที่ให้ใช้ได้ไม่เกิน 1000 มก/

(อ่านต่อหน้า 11)

อย. ส่งเสริมเด็กไทยบริโภคอย่างเหมาะสม ป้องกันภัยโรคอ้วน สนับสนุนโครงการ “Thai Pledge” ประเดิม 6 บริษัท ด้านอาหารและเครื่องดื่ม แสดงจุดยืนไม่โฆษณาผลิตภัณฑ์แก่เด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี

ปัจจุบันยังพบปัญหาโรคอ้วนในเด็ก ซึ่งอาจเกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอย่างไม่เหมาะสม เกินความจำเป็น และอาหารที่บริโภคอาจไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย อย. เล็งเห็นความสำคัญ ได้ออกกฎหมายให้บริษัทผู้ผลิตจัดทำฉลากโภชนาการในผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องดื่ม เพื่อให้ผู้บริโภคใช้ประโยชน์ในการเลือกบริโภคได้เหมาะสมกับสุขภาพ และใช้สำหรับเปรียบเทียบเพื่อเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีกว่า แต่การแก้ไขปัญหาโรคอ้วนจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากหลายฝ่าย ซึ่งขณะนี้ได้มี**โครงการ “Thai Pledge”** เกิดขึ้น ซึ่งเป็นข้อตกลงสนับสนุนนโยบายการโฆษณาผลิตอาหารและเครื่องดื่มต่อเยาวชนด้วยความรับผิดชอบ ด้วยการรวมตัวกันเป็นครั้งแรกของ 6 บริษัทชั้นนำด้านอาหารและเครื่องดื่ม ได้แก่ บริษัท ยูนิลีเวอร์ ไทย เทรดดิ้ง จำกัด , บริษัท โคคา-โคลา (ประเทศไทย) จำกัด , บริษัท มาร์ส ประเทศไทย จำกัด, บริษัท เนสท์เล่ (ไทย) จำกัด , บริษัท เป๊ปซี่-โคลา (ไทย) เทรดดิ้ง จำกัด และ บริษัท เคลล็อก (ประเทศไทย) จำกัด ทั้ง 6 บริษัทนี้ได้ลงนามร่วมกัน โดยมีข้อตกลงเบื้องต้นที่จะไม่โฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารหรือเครื่องดื่มกับเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี ในประเทศไทย เว้นแต่ผลิตภัณฑ์อาหารหรือเครื่องดื่มดังกล่าวจะมีคุณสมบัติตามหลักเกณฑ์ทางโภชนาการที่กำหนดไว้ ซึ่งมาตรการนี้ได้เริ่มดำเนินการตั้งแต่ปี 2551 โดยเป็นความร่วมมือของบริษัทอาหารและเครื่องดื่มที่ต้องการสนับสนุนนโยบายของภาครัฐ ผู้ปกครอง และภาคส่วนต่างๆ ในการส่งเสริมให้เด็กไทยมีพฤติกรรมการบริโภคที่เหมาะสม อันนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ทั้งนี้ จากการตรวจสอบการโฆษณาทางสื่อต่างๆ พบว่าบริษัทสมาชิกทั้ง 6 แห่ง ปฏิบัติตามข้อตกลงด้วยความโปร่งใสครบถ้วน อย. สนับสนุนบริษัทที่มีความรับผิดชอบต่อสังคม โครงการ Thai Pledge จึงถือเป็นส่วนหนึ่งที่ปกป้องเด็กไทยมิให้หลงใหลไปกับภาพหรือข้อความโฆษณาทางสื่อโทรทัศน์ วิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ และทางเว็บไซต์ และเกิดความต้องการในการบริโภคอันเกินความจำเป็น ทำให้ได้รับสารอาหารที่ก่อให้เกิดโรคอ้วนได้

รอบรู้เรื่องยา



ยาเสื่อมคุณภาพ... สิ่งที่ควรสังเกตก่อนกินยา

ภก.ทรงศักดิ์ วิมลกิตติพงศ์
สำนักงานโครงการพัฒนาร้านยา กองควบคุมยา

นอกจากวันหมดอายุของยาที่เราควรจะสังเกตก่อนที่จะกินยาแล้ว การเสื่อมสภาพของยาก็เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ไม่ควรละเลย เพราะนอกจากจะไม่ได้ผลในการรักษาแล้วยังอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ การเสื่อมสภาพของยาสามารถเกิดได้ก่อนวันหมดอายุตามที่ระบุบนฉลาก ทั้งนี้โดยมากมักเกิดจากการเก็บรักษาที่ไม่ถูกวิธี โดยปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเสื่อมสภาพของยา ได้แก่ แสง ความชื้น และอุณหภูมิ

ตัวอย่างลักษณะของยาที่เสื่อมสภาพแล้วเป็นดังนี้

ยาเม็ด สังเกตว่าเม็ดยาจะแตกร่วน สีเปลี่ยนไป มีจุดด่าง ขึ้นรา เยิ้มเหนียว(ยาเม็ดเคลือบ) หรือมีกลิ่นผิดไปจากเดิม

ยาแคปซูล สังเกตว่าแคปซูลจะบวมพองออก หรือจับกัน ผงยาในแคปซูลเปลี่ยนสี เช่น ยาเตตราซัยคลินที่เสียแล้ว ผงยาจะเปลี่ยนจากสีเหลืองเป็นสีน้ำตาล ซึ่งเป็นอันตรายต่อไตมาก

ยาน้ำแขวนตะกอน เช่น ยาลดกรด ยาคาลาไมน์ทาแก้คัน หากเสื่อมสภาพตะกอนจะจับกันเป็นก้อน เกาะติดกันแน่น เขย่าแล้วไม่กระจาย

ตัวดังเดิม มีความเข้มข้น กลิ่น สี หรือรสเปลี่ยนไป

ยาน้ำเชื่อม เช่น ยาแก้ไอ หากหมดอายุ ยาจะมีลักษณะขุ่นมีตะกอน ผงตัวยาละลายไม่หมด สีเปลี่ยน มีกลิ่นบูดเปรี้ยวหรือรสเปรี้ยว

ยาพวกอีมัลชั่น ปกติเมื่อตั้งทิ้งไว้จะแยกเป็นชั้น และเมื่อเขย่าจะเข้ากันดี แต่ถ้ายาเสื่อมแล้วจะไม่เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน

ยาหยอดตา ถ้าเสื่อมจะเปลี่ยนจากน้ำใสๆ เป็นน้ำขุ่น หรือหยอดแล้วมีอาการแสบตามากกว่าปกติ

ยาขี้ผึ้งและครีม หากเสื่อมสภาพเนื้อยาแข็งหรืออ่อนกว่าเดิม เนื้อไม่เรียบ แห้งแข็ง หรือสีของยาเปลี่ยนไป

ดังข้างต้น จึงเป็นสิ่งที่เราควรตระหนักอ่านฉลาก และสังเกตให้รอบคอบก่อนที่จะใช้ยาว่ายานั้นหมดอายุหรือไม่ เสื่อมสภาพแล้วหรือไม่ มีสีกลิ่น หรือลักษณะที่ผิดปกติไปหรือไม่ ทั้งนี้หากไม่แน่ใจแนะนำว่าให้ทิ้งไปดีกว่า เพื่อไม่ให้เกิด *“ โรคยาทำ ”* ตามมา...

แต่หากไม่แน่ใจอย่างไร... แนะนำปรึกษาเภสัชกรร้านยาคุณภาพใกล้ๆบ้านท่านดีกว่าครับ

นึกถึง “ **ยา** ” .... ปรึกษาเภสัชกร

(ต่อจากหน้า 9)

น้ำปลา 1 ลิตร จะมีโทษปรับไม่เกิน 2 หมื่นบาท

อีก 3 วันต่อมา ยังได้เข้าตรวจสอบโรงงานน้ำปลาแก้วจินดาอุตสาหกรรม ตั้งอยู่เลขที่ 32 ถ.ทวีชัย ต.ตาคลี อ.ตาคลี จ.นครสวรรค์ พบสถานที่ผลิตไม่เป็นไปตามหลักเกณฑ์ GMP และพบผลิตภัณฑ์น้ำปลาแท้ ตรา ปลาไส้ตันชมจันทร์ ใช้ฉลากรุ่นเก่า แสดงเลข อย. แบบเดิม คือ แสดงเลข อย. นว-ฉผนป 9/41 และพบน้ำเกลือปรุงอาหาร ตราดอกบัวคู่ แสดงเลขที่ตั้งไม่ตรงตามข้อเท็จจริง รวมทั้งพบผลิตภัณฑ์น้ำปลาผสมที่อาจมีคุณภาพไม่ได้มาตรฐาน ได้แก่ น้ำปลาผสม ตราปลาทับทิม และน้ำปลาผสม ตราปลาไส้ตันชุมพร รวมมูลค่าของกลางกว่า 1 ล้านบาท จึงได้แจ้งข้อหาสถานที่ผลิตอาหารไม่เป็นไปตามหลักเกณฑ์จีเอ็มพีที่บังคับใช้เป็นกฎหมาย มีโทษปรับไม่เกิน 1 หมื่นบาท ผลิตอาหารโดยแสดงฉลากไม่ถูกต้อง มีโทษปรับไม่เกิน 3 หมื่นบาท และหากผลตรวจวิเคราะห์พบค่าไนโตรเจนทั้งหมด ซึ่งแสดงถึงส่วนประกอบที่เป็นคุณค่าทางอาหารขาดเกินกว่าร้อยละ 30 จากเกณฑ์ต่ำสุดของมาตรฐานที่กำหนดให้ไม่น้อยกว่า 4 กรัม / น้ำปลา 1 ลิตร สำหรับน้ำปลาผสม หรือไม่น้อยกว่า 9 กรัม/ น้ำปลา 1 ลิตร สำหรับน้ำปลาแท้ จะจัดเป็นอาหารปลอม มีโทษจำคุกตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 10 ปี และปรับตั้งแต่ 5 พันบาท ถึง 1 แสนบาท รวมทั้ง หากพบวัตถุกันเสียกรดเบนโซอิกไม่เป็นไปตามเกณฑ์เงื่อนไขที่กำหนดจะมีโทษปรับไม่เกิน 2 หมื่นบาท

ถามมา-ตอบไป

ช่วงฤดูฝนที่มีฝนตกชุกแบบนี้ อย.รีพอร์ตจึงขอหยิบยกคำถามเกี่ยวกับเรื่อง “ยา” มาฝากกัน เพื่อส่งต่อความห่วงใยจาก อย. ถึงท่านผู้อ่านทุกท่านค่ะ

Q : พี่สาวของดิฉันเวลาเป็นหวัด เจ็บคอ มักจะไปซื้อยาแก้อักเสบที่ร้านขายยากิน แล้วก็กินไม่เคยครบตามกำหนดที่เภสัชกรที่ร้านขายยาบอก คือหายเมื่อไหร่ก็หยุดกินเมื่อนั้น จึงอยากถามว่า ถ้ากินยาแก้อักเสบในลักษณะนี้บ่อย ๆ จะเป็นอันตรายหรือไม่คะ แล้วถ้าเราเป็นหวัด มีน้ำมูก ไอ หรือเจ็บคอ จำเป็นไหมที่ต้องกินยาแก้อักเสบทุกครั้ง?

A : **“ยาปฏิชีวนะ”** หรือหลายคนมักเรียกว่า “ยาแก้อักเสบ” นั้น อันที่จริงแล้ว “ไม่ถูกต้อง” เพราะยาปฏิชีวนะไม่สามารถรักษาได้ทุกการอักเสบ เนื่องจากการอักเสบเกิดได้จากหลายสาเหตุด้วยกัน ได้แก่ การอักเสบจากการติดเชื้อแบคทีเรีย การอักเสบจากการติดเชื้อไวรัส การอักเสบจากการไม่ติดเชื้อ เช่น กล้ามเนื้ออักเสบ ปวดข้อ ซึ่ง “ยาปฏิชีวนะ” จะใช้รักษาอาการอักเสบที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรียเท่านั้น และอีกหนึ่งความเข้าใจที่ผิด ๆ คือ คิดว่าเมื่อเป็นหวัด มีอาการเจ็บคอ น้ำมูกไหล เสียงแหบ มีเสมหะต้องกินยาปฏิชีวนะ ซึ่งไม่ถูกต้อง เพราะอาการเหล่านี้อาจเป็นอาการของโรคหวัดที่เกิดจากเชื้อไวรัส แต่ยาปฏิชีวนะใช้สำหรับฆ่าเชื้อแบคทีเรีย จึงใช้รักษาไม่ได้ผล

เรามาทำความรู้จักยาปฏิชีวนะกันอย่างลึกซึ้งดีกว่าค่ะ...ยาปฏิชีวนะ(Antibiotics) เป็นยาที่ใช้รักษาโรคที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งยากลุ่มนี้จะมีหลายชนิดด้วยกัน เช่น เพนนิซิลลิน อะม็อกซิซิลลิน เตตร้าซัยคลิน อิริทโทรมัยซิน โคทรัยม็อกซาโซล ซัลฟา เป็นต้น โดยแต่ละชนิดใช้รักษาแบคทีเรียต่างชนิดกัน ฉะนั้น หากไม่สบายมีอาการเจ็บคอมากและมีไข้สูง โดยไม่มีอาการหวัดหรือไอ มีจุดสีขาวที่ต่อมทอนซิล หรือคลำบริเวณขากรรไกรแล้วพบต่อมน้ำเหลืองโต กดเจ็บ ควรไปพบแพทย์ เพื่อรับการวินิจฉัยโรคและเชื้อที่เป็นสาเหตุ ซึ่งแพทย์จะเลือกใช้ยาปฏิชีวนะที่ออกฤทธิ์แคบ และเจาะจงต่อเชื้อเพื่อป้องกันปัญหาเชื้อดื้อยา และลดอันตรายจากยาที่ออกฤทธิ์กว้าง อีกทั้งเพื่อรับการรักษาหรือใช้ยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมทั้งชนิด ขนาด และระยะเวลาที่รักษา ที่สำคัญไม่ควรหาซื้อยามากินเองอย่างเด็ดขาด เพราะหากใช้ยาปฏิชีวนะไม่เหมาะสม อาจเกิดอันตรายได้ อาทิ

- การแพ้ยา ที่มีตั้งแต่อาการเล็กน้อย เช่น ผื่น คัน จนรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต เช่น รู้สึกแน่นหน้าอกและช็อคได้
- อาการข้างเคียง ตั้งแต่อาการเล็กน้อย เช่น คลื่นไส้ ท้องเดิน ไปจนถึงอาการรุนแรง เช่น ตับอักเสบตาบอด
- เชื้อดื้อยา ทำให้ต้องเปลี่ยนไปใช้ยาปฏิชีวนะอื่นที่แพงขึ้น มีผลข้างเคียงหรืออันตรายมากขึ้น สุดท้ายยาอะไรก็รักษาไม่หาย ที่สำคัญเชื้อที่ดื้อยานั้นสามารถติดต่อสู่คนรอบข้างได้ทางการไอ จาม กิน และสัมผัส ซึ่งเป็นอันตรายร้ายแรงมากต่อสังคม
- ติดเชื้อแทรกซ้อน เช่น เชื้อราทำให้มีตกขาว เป็นฝ้าขาวในช่องปาก หรือติดเชื้อแบคทีเรียที่รักษายากทำให้ป่วยหนัก ต้องเข้ารักษาในโรงพยาบาล

สุดท้ายขอฝากเรื่องการใช้ยาปฏิชีวนะที่ถูกต้องกันสักนิด คือ เมื่อจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร โดยกินยาให้ครบตามขนาดและตามกำหนดอย่างเคร่งครัด, อย่าแบ่งอย่าให้ผู้อื่น เพราะจะทำให้ได้รับยาไม่ครบตามขนาด, อย่าเก็บไว้กินครั้งต่อไป เพราะยาอาจหมดอายุ และอย่าใช้ยาปฏิชีวนะตามที่คนอื่นแนะนำ อาจเป็นอันตรายกับเราได้ค่ะ รู้ประโยชน์และโทษของยาปฏิชีวนะกันแล้วอย่าลืมนำไปบอกต่อคนรอบข้างเพื่อส่งต่อความห่วงใยกันด้วยนะคะ และหากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่าเก็บไว้ในใจ ส่งจดหมายมาถามเราที่ **กลุ่มประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000** เรารอคำถามของทุกท่านอยู่ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ

การมีส่วนร่วมของประชาชน ในการดำเนินงานของ อย.

กลุ่มบริโภคสัมพันธ์
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

ฉบับนี้ เราจะมาพูดต่อในประเด็นกิจกรรมที่เกิดจากการมีส่วนร่วมของคณะทำงานภาคประชาชน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๓ ภายใต้โครงการการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้ประชาชนและชุมชนมีความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ซึ่งได้กล่าวไว้ในฉบับที่แล้ว

สำนักงานฯ โดยคณะทำงานพัฒนาการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานของ อย. ได้ร่วมกับคณะทำงานภาคประชาชนพิจารณาสื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับ เรื่อง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ที่ อย. จัดทำไว้ ซึ่งจากการสำรวจพบว่ามีทั้งสิ้น ๓๐ รายการ ประกอบด้วยสื่อประเภทสารคดีโทรทัศน์ สารคดีวิทยุ บทความเผยแพร่/Fact sheet แผ่นพับ หนังสือ และ โปสเตอร์ ในการนี้ได้รับข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงและพัฒนาสื่อ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการเผยแพร่ความรู้ พร้อมทั้งเห็นชอบให้จัดประชุมสัมมนา เรื่อง รอบรู้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เพื่อเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารแก่เครือข่ายประชาชน โดยสาระสำคัญที่ได้รับจากงานสัมมนา มีดังนี้

จากสถานการณ์ปัจจุบันที่มุ่งเน้นส่งเสริมให้บริโภคอาหารที่ประกอบด้วยสารอาหารหลัก ๕ กลุ่ม คือ โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรท เกลือแร่ และวิตามิน พบว่าสารอาหาร ๓ กลุ่มใหญ่(Macronutrients) คือ โปรตีน ไขมัน และคาร์โบไฮเดรท นั้น โดยทั่วไปผู้บริโภคจะได้รับในปริมาณที่พอเพียง ส่วนสารอาหาร ๒ กลุ่มเล็ก (Micronutrients) ได้แก่ วิตามินและเกลือแร่ มักจะได้รับในปริมาณที่ไม่เพียงพอ โดยสารอาหาร ๒ กลุ่มนี้ ร่างกายจำเป็นจะต้องได้รับในปริมาณไม่ต่ำกว่าที่แนะนำให้บริโภคในแต่ละวัน{Recommended daily intake (RDI) หรือ allowance (RDA)} ทั้งนี้การได้รับวิตามินและเกลือแร่ ไม่เพียงพอเกิดจากสาเหตุหลายประการ เช่น กินอาหารที่มีวิตามินและเกลือแร่น้อยเกินไป หรือวิตามินและเกลือแร่สูญสลายระหว่างการเก็บรักษา การปรุงอาหาร หรือบางสภาวะร่างกายมีความต้องการปริมาณของวิตามินและเกลือแร่มากกว่าในเวลาปกติ เช่น หญิงในภาวะตั้งครรภ์จะมีความต้องการกรดโฟลิก และ แคลเซียมมากกว่าภาวะปกติมาก

ทั้งนี้ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคในแต่ละวัน (RDA/RDI) ซึ่งเป็นค่าขั้นต่ำสุดที่ประชากรส่วนใหญ่ควรได้รับในแต่ละวัน หากบริโภคสารอาหารต่างๆ ต่ำกว่าค่าดังกล่าว ร่างกายอาจเกิดภาวะการขาดสารอาหารแต่ละชนิด (deficiency) และก่อให้เกิดภาวะทุพโภชนาการ(malnutrition) อย่างไรก็ตามเราสามารถกินอาหารที่มีปริมาณสารอาหารสูงกว่าค่าที่แนะนำนี้ได้จนถึงระดับที่มีการประเมินว่ายังปลอดภัย คือค่าสูงสุดที่ไม่ทำให้เกิดอาการข้างเคียง หรืออาการเป็นพิษใดๆ ซึ่งค่าดังกล่าวนี้ได้จากการประเมินความเสี่ยงในการบริโภคตามหลักวิทยาศาสตร์ที่ถูกต้อง(Risk Assessment) ตัวอย่างเช่น ค่าสูงสุดในการบริโภคที่ได้จากการประเมินความเสี่ยงของวิตามินซี จะเท่ากับ ๒๐๐๐ มิลลิกรัม ต่อวัน เป็นต้น

โดยที่ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นอาหารที่กินเพื่อเสริมอาหารหลักไม่ใช่กินแทนอาหารหลักเหมาะสำหรับคนทั่วไปที่มีสุขภาพปกติไม่ใช่สำหรับผู้ป่วย แต่ในปัจจุบันมีผู้ประกอบการบางรายขาดความรับผิดชอบ นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็งของผู้บริโภคที่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพ มาเป็นข้อมูลสำหรับทำการตลาด โดยปัญหาที่พบ คือ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจำนวนมากดำเนินธุรกิจโดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยคุ้มค่าของผู้บริโภค ไม่มีงานวิจัยที่บ่งชี้ความปลอดภัยของผลิตภัณฑ์(evidence based) รองรับ รวมถึงไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของ อย. และทางการ เป็นเหตุให้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ดีปฏิบัติถูกต้อง ต้องได้รับผลกระทบด้วย

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร มาพร้อมกับความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์โภชนาการ การพัฒนาเศรษฐกิจสังคมที่รวดเร็ว ความต้องการความสะดวกสบาย การถอยห่างจากวิถีแห่งธรรมชาติ และความตื่นกลัวของมนุษย์ โดยเฉพาะการกลัวแก่และกลัวตาย

(อ่านต่อหน้า 14)

เกร็ดเล็กน่ารู้

มา "วิดพื้น" กันเถอะ

"วิดพื้น"ไม่ใช่ "วัดพื้น" นะครับ คำแรกเกิดจากความตั้งใจ แต่คำหลังไม่ตั้งใจจะให้เกิดขึ้นแล้วเสียฟอร์ม

"วิดพื้น" ภาษาอังกฤษเรียกว่า "push up" เป็นการออกกำลังที่สุดยอด ไม่ต้องอาศัยอุปกรณ์อะไร ไม่ต้องใส่อะไร ก็ยังทำได้(ทำคนเดียวนะครับ) เป็นการใช้น้ำหนักของตนเองเพื่อสร้างกล้ามเนื้อที่สวยงามให้กับตนเอง

การ "วิดพื้น" ไม่ใช่การสร้างกล้ามเนื้อแค่ร่างกายส่วนบนแต่ได้ตั้งแต่นิ้วเท้าขึ้นมาถึงคอเลยทีเดียว ถ้าเราทำได้อย่างถูกต้อง อันนี้โฆษกของสภาออกกำลังกายอเมริกา หรือ American Council on Exercise เขาบอก แล้วไม่ใช่การออกกำลังกายสำหรับท่านชาย สุภาพสตรีควรอย่างยิ่งต้องทำ เพราะจะช่วยกระตุ้นในการเสริมสร้างกระดูก โดยเฉพาะท่านที่เข้าสู่วัยที่มีค่า (วัยทอง) ได้ผลเหมือนกับการเล่นยกน้ำหนักเลย เวลาหกล้มโดยสัญชาติญาณเรามักจะใช้มือยันพื้น ถ้ากระดูกไม่แข็งแรงอาจหักได้ง่าย แต่ถ้าฝึก "วิดพื้น" รับรองช่วยได้เยอะเลย

วิธีวิดพื้นที่ถูกต้องคือ ตัวต้องตรง ดันตัวเองขึ้นจากพื้นแล้วค่อยๆ ลดแขนลงให้หน้าอกห่างจากพื้นประมาณ 1-2 นิ้ว แล้วก็ดันตัวเองขึ้นใหม่ แรกๆ ก็ทำน้อยครั้งก่อน (เพราะแรงไม่ค่อยมี) แล้วค่อยเพิ่มจำนวนขึ้น คนที่มักทำผิด คือ แทนที่จะใช้กำลังจากแขนดันตัวขึ้น กลับเอาท้องช่วย ลองนึกภาพคนที่เล่นโยคะท่างู ซึ่งยกลำตัวตั้งแต่ท้องขึ้นไป ในขณะที่ท้องลงมาแนบอยู่กับพื้น ถ้าเริ่มหัดวิดพื้น โดยที่กล้ามเนื้อแขนยังไม่ค่อยมีแรง แรกๆ ก็ให้หัวเข่าติดพื้นก่อนก็ได้เวลาดันตัวขึ้น วิธีนี้จะลดแรงแขนลงไปได้ถึงครึ่งหนึ่งเลยทีเดียว หรือจะวิดพื้นแบบเฉียงๆ ก่อนก็ได้ โดยใช้กำแพง โต๊ะ เก้าอี้ หรือ อะไรก็ได้สำหรับเป็นที่วางมือที่สำคัญตัวต้องตรงเอาไว้เสมอ ไม่ทราบว่าอย่างนี้ยังคงเรียกว่า "วิดพื้น" อยู่หรือเปล่า หรือต้องเรียกว่า "วิดโต๊ะ" "วิดเก้าอี้" หรือ "วิดกำแพง" แทน

คนที่มีปัญหาข้อมืออาจใช้วิธีกำมือแทนการแบมือกับพื้น แต่ควรจะหาเบาะนุ่มๆ มารองกำปั้นไว้ซะก่อน กระดูกกดทับกับพื้นแข็งๆ มันก็เจ็บเหมือนกันนะ จะบอกให้ แต่ถ้าทำแล้วยังมีปัญหาเรื่องการเจ็บที่ข้อมือก็แนะนำให้ไปออกกำลังด้วยวิธีอื่นเถอะ

เขามีคำแนะนำในการวิดพื้นเพื่อให้ได้ประโยชน์ คือ แรกๆ อาจให้อกห่างพื้นมากหน่อย แล้วค่อยให้หน้าอกใกล้พื้นมากขึ้น เมื่อแข็งแรงพอ อย่าหักโหม หรือ "บ้าพลัง" อาจทำให้บาดเจ็บได้ เริ่มจากทำน้อยๆ ก่อน ทำที่หน้ากระจกจะช่วยให้เห็นว่าตัวตรงดีหรือยัง ถ้าอยากเอาแค่กล้ามเนื้อดูแน่น ไม่ต้องล่ำบึ้กก็ใช้หัวเข่าหรือใช้วิธีวิดพื้นแบบเฉียงๆ กับกำแพง แต่ถ้าจะเอากล้ามเนื้อเป็นมัด ก็ต้องวิดที่พื้น ให้หน้าอกห่างพื้น 1-2 นิ้ว ขณะย่อแขนลง

แต่ขอบอกนิดว่าการออกกำลังด้วยการ "วิดพื้น" จะได้ประโยชน์กับกล้ามเนื้อและกระดูกเท่านั้น แต่ถ้าจะเอาเรื่องหัวใจด้วย ก็ต้องออกกำลังกายอย่างอื่นด้วย เช่น การเดิน การวิ่ง การเล่นกีฬา เป็นต้น

(ต่อจากหน้า 13)

คนทั่วไปกินผลิตภัณฑ์เสริมอาหารโดยมุ่งหมายเพื่อบำรุงสุขภาพ ป้องกันและรักษาโรค ลดน้ำหนัก เสริมพลัง/ความจำ ของสมอง และเสริมความงาม

สาเหตุหลักที่ผู้บริโภคกินผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร คือ ไม่มีเวลากินอาหาร ไม่สามารถกินอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ ไม่มีเวลาออกกำลังกาย พักผ่อนไม่พอ อยู่ท่ามกลางมลพิษ ความรู้สึกกลัวแก่ เจ็บ ตาย และความเครียดรุมเร้า ส่งผลให้เจ็บป่วย สุขภาพไม่แข็งแรง อ้วน ผอม โทรม อย่างไรก็ตามไม่สามารถสรุปได้ชัดเจนว่า ใครควรกินผลิตภัณฑ์เสริมอาหารแต่หากมีกำลังทรัพย์พอเพียง และต้องการกินผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ควรพิจารณาถึงเหตุผลที่ต้องกิน หาข้อมูลเชิงประจักษ์ หาผลิตภัณฑ์ที่เหมาะสมและน่าเชื่อถือ ควบคู่กับการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย และไม่ควรกินผลิตภัณฑ์เสริมอาหารติดต่อกันนานๆ

ในประเด็นการโฆษณาเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เสริมอาหารว่าสามารถเชื่อถือได้หรือไม่นั้น ให้สังเกตว่าเป็นสื่อโฆษณาที่ได้รับอนุญาตหรือไม่ โดยหากเป็นสื่อโฆษณาที่ได้รับอนุญาตแล้วจะแสดงข้อความ "ฆอ. xxx/๒๕๕x" กำกับไว้ด้วย ซึ่งหมายถึงเป็นโฆษณาอาหารที่ผ่านการพิจารณาและได้รับอนุญาตให้ใช้ในการโฆษณาได้ สำหรับประเด็นการโฆษณาที่อ้างว่าเป็นผลิตภัณฑ์อาหารได้รับเครื่องหมาย อย. นั้น ไม่ได้หมายความว่าได้รับอนุญาตข้อความที่ใช้โฆษณาแล้ว แต่เครื่องหมาย อย. (เลขสารบบ อย. ๑๓ หลัก) เป็นเครื่องหมายที่ต้องการสื่อให้ผู้บริโภคทราบว่า เป็นผลิตภัณฑ์อาหารที่มีการปฏิบัติตามกฎหมายในเบื้องต้นแล้ว เช่น มีการแสดงฉลากตามกฎหมาย หรือผลิตภัณฑ์ได้มาตรฐานตามกฎหมาย เป็นต้น

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ

(ต่อจากหน้า 1)

เรื่องนี้จึงร้อนถึงเจ้ากระทรวงหมออย่างท่านจุรินทร์ ลักษณวิศิษฏ์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เกรงว่าคนไทยจะได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย จนทำให้มีไอคิวต่ำกว่าต่างชาติ จึงสั่งการเป็นนโยบายอย่างชัดเจนและจริงจัง เพื่อขจัดปัญหานี้ให้หมดไปจากคนไทย โดยให้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาเร่งเครื่องออกกฎหมายบังคับให้เกลือทั้งที่บริโภค

โดยตรง และที่ใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร ไม่ว่าจะเป็นน้ำปลา ซอสปรุงรส ซีอิ๊ว เครื่องปรุงรส อาหาร-กึ่งสำเร็จรูป และขนมกรุบกรอบ ต้องเสริมไอโอดีน ซึ่ง อย. ก็ได้ระดมสรรพกำลังเพื่อสนองนโยบายในเรื่องนี้อย่างเต็มที่ โดยได้ปรับปรุงประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 153 (พ.ศ.2537) เรื่อง เกลือบริโภค ให้มีความครอบคลุม เข้มงวดขึ้น

และสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยกำหนดให้ผู้ประกอบการต้องขออนุญาตผลิตและจดทะเบียนอาหาร โดยมีเลขสารบบอาหารในกรอบเครื่องหมาย อย. บนฉลาก อีกทั้งเกลือทุกชนิดที่ใช้บริโภค และที่ใช้เป็นวัตถุดิบในการผลิต

อาหารต้องมีปริมาณไอโอดีนไม่น้อยกว่า 30 มิลลิกรัมต่อเกลือบริโภค 1 กิโลกรัม และต้องมีข้อความว่า “เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน” บนฉลากอาหาร ยกเว้นเกลือบริโภคที่อยู่ระหว่างนำไปใช้ในกระบวนการเติมไอโอดีน เกลือบริโภคที่นำไปใช้ในอุตสาหกรรมอื่นที่มิใช่อาหาร เกลือบริโภคที่ผลิตเพื่อการส่งออก เกลือบริโภคที่นำไปใช้สำหรับผู้ป่วยเฉพาะโรค หรือใช้กับอาหารที่มีลักษณะเฉพาะตามที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยากำหนด โดยคาดว่าประกาศฯ ฉบับดังกล่าวจะมีผลบังคับใช้เร็ว ๆ นี้

เพียงแค่เราได้รับไอโอดีนให้พียงพอในแต่ละวัน เราก็ไม่ต้องเป็นหนึ่งในกลุ่มเสี่ยงกันแล้วล่ะ

อย. Action

นพ.นรังสันต์ พีรกิจ รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานเปิดโครงการ **“สายสืบผักสด”** โดยเป็นการดำเนินงานร่วมกันระหว่าง อย. กับตำรวจกองบังคับการปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภค(บก.ปคบ.) ณ บริเวณตลาด อตก. เขตจตุจักร กทม. เมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2553

ภญ.วีรวรรณ แตงแก้ว รองเลขาธิการฯ อย. แถลงข่าว หลังจากเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับ ตำรวจสากลและตำรวจกองบังคับการปราบปรามอาชญากรรมทางเศรษฐกิจและเทคโนโลยี (บก.ปศท.) บุกจับสถานที่ผลิตและส่งยาขายข้ามชาติทางอินเทอร์เน็ต ย่านบางคอแหลม กทม. เมื่อวันที่ 31 กรกฎาคม 2553

ค่านิยม

“PROTECT”

P ห่วงใยประชา (People Centric) **R** สร้างศรัทธาความเชื่อมั่น (Reliability) **O** มุ่งมั่นเรียนรู้ (Ongoing Learning)

T เชิดชูทีมงาน (Team work) **E** ยึดหลักคุณธรรม จริยา (Ethic) **C** พร้อมพัฒนาขีดสมรรถนะ (Competency) **T** ไม่ลดละความโปร่งใส (Transparency)