

จอย.Report

ปีที่ 3 ฉบับที่ 34 ประจำเดือนกรกฎาคม 2555

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครอง และส่งเสริมการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และสมประโยชน์ มุ่งสู่สังคมสุขภาพดี

www.fda.moph.go.th



06

**รู้จัก
รับมือ...
น้ำกัดเท้า**
วิธีดูแลเพื่อป้องกัน
น้ำกัดเท้า
อยากรู้ต้อง
ติดตาม....



**“เภสัชกรชุมชน”
ผู้ช่วยแก้ปัญห
เกี่ยวกับการใช้ยา**
คุณเป็นผู้เลือกเองว่า...
จะไว้วางใจใคร...ในการ
ดูแลความปลอดภัย
ด้านยาให้คุณ

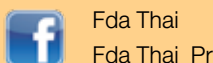


12

**รู้จัก รู้ระวัง...
เห็ดพิษ!!!**
วิธีสังเกต
ลักษณะ
ของเห็ดพิษ



“พลังแผ่นดิน เอาชนะยาเสพติด”



คุ้มครอง ห่วงใย ใส่ใจคุณภาพ
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

นายกรณ์ทิพย์ เภยาเสพติด

รวมมูลค่าเกือบ 7 พันล้านบาท



“พลังแผ่นดิน เอาชนะยาเสพติด”

ออย. Report ฉบับนี้ มีเนื้อหาอะไรกันบ้าง ? ... ผ่านไปหมด ๆ กับปฏิบัติการ “พลังแผ่นดิน เอาชนะยาเสพติด” ที่รัฐบาลให้ความสำคัญเป็นวาระแห่งชาติ โดย ออย. ร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้ง 3 เหล่าทัพ จัดพิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางครั้งที่ 41 ณ ศูนย์บริหารสาราณูปโภคและสิ่งแวดล้อม นิคมอุตสาหกรรม บางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา งานนี้นายกรัฐมนตรี นางสาวยิ่งลักษณ์ ชินวัตร นำทีมเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง น้ำหนักรวม 2,755 กิโลกรัม มูลค่า 6,978 ล้านบาท ท่ามกลางสักขีพยานกว่า 500 คน ซึ่งจะเห็นได้ว่ารัฐบาลมีความมุ่งมั่นในการเอาชนะยาเสพติดอย่างจริงจัง

ต่อไปกิจกรรมที่สำคัญไม่แพ้กันเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพของคนไทยที่มาจาก การบริโภคอาหาร หวาน มัน เค็ม อย่างไม่เหมาะสม อันเป็นสาเหตุสำคัญของโรคเบาหวาน ความดัน ด้วยความห่วงใย ออย. ร่วมกับภาคเอกชน รมรณรงค์อ่านฉลากหวาน มัน เค็ม เดินสายสัญจรให้ความรู้แก่ผู้บริโภคอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจในการอ่านฉลากและปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง ออย. Report จึงขอเป็นสื่อกลางนำภาพกิจกรรมดี ๆ นี้ มาฝากกัน

พลาดไม่ได้... ร่วมเป็นชุมชนสุขภาพดีผ่าน ORYOR.COM พบกับการ์ตูน 3 ตอน ใหม่ล่าสุด จะน่ารักน่าติดตามแค่ไหน อย่าลืมหามเข้าไปชมกันได้นะคะทางเว็บไซต์ WWW.ORYOR.COM ใน ออย. Animation

เก็บข่าว...เล่าเรื่อง สารพันข่าวมากมายระวังอันตรายจากยาหยอดตา ยาหอม และยาแผนโบราณ ที่ไม่มีเลขทะเบียนตำรับยา อาจได้รับยาที่ไม่ได้คุณภาพมาตรฐานและการผลิตไม่ถูกสุขลักษณะ และข่าว ออย. จัดพิธีมอบเกียรติบัตรสถานประกอบการอาหารแปรรูป อาหารพื้นเมือง ของฝากที่ได้มาตรฐาน GMP ชั้นพื้นฐาน (Primary GMP) จำนวน 65 ราย นอกจากนี้ ยังมีข่าวอีกหลายข่าวเกี่ยวกับการดำเนินงานของ ออย. เช่น การชี้แจงข่าวเกี่ยวกับน้ำบาดาลรักษาโรคเบาหวาน ข่าวยาแก้ไอที่จับได้เป็นจำนวนมากในพื้นที่ภาคใต้ หากใครตกข่าวก็สามารถอ่านข่าวฉบับเต็ม ๆ ได้ที่ www.fda.moph.go.th

คอลัมน์ถามมา ตอบไป กับเรื่องน่าสนใจ “กาแฟลดน้ำหนัก ทำให้รูปร่างดีจริงหรือ?” ออยากรู้ต้องติดตาม... กินเป็นใช้เป็น “รู้จัก รับผิดชอบ...น้ำกัดเท้า” เชื้อโรคที่มาักับน้ำ น่ากลัวจริงค่ะ โดยเฉพาะผู้ป่วยโรคเบาหวาน หากมีแผลติดเชื้อแล้วละก็รับรองหายยากกว่าคนปกติแน่นอน ดังนั้น ต้องตระหนักให้มากและดูแลป้องกันอย่างถูกวิธี รอบรู้เรื่องยากกับ “เภสัชกรชุมชน” ผู้ช่วยแก้ปัญหาเกี่ยวกับการใช้ยา” มีปัญหาปรึกษาเภสัชกร แน่นนอนกว่าท้ายนี้ก่อนจากกัน ช่วงนี้ฝนตกบ่อยๆ รมหรืออุปกรณ์ป้องกัน มีไว้อย่าให้ร่างกายรักษาสุขภาพให้ดี ด้วยความรักและห่วงใย แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า See you again

กองบรรณาธิการ

วัตถุประสงค์ ออย. Report

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

ที่ปรึกษา

รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ

นางยุพา เตียงรวัช

กองบรรณาธิการ

- นางสาวจิตรา เอื้อจิตรบำรุง
- นางศุภกาญจน์ ไกศย์
- นางผุสดี เวชพิพัฒน์
- นางสุวนีย์ สุขแสนนาน
- นายวัชรินทร์ เครือเนียม
- นางสาวปภาณีภัทรภานนท์
- นางสาวทิพากร มีใจเย็น
- นางศิริกุล อ่าพันธ์
- นายบุญฤทธิ์ คงทอง
- นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว
- นางสาวนิตินา เทียบโพธิ์
- นางสาวมิตา ธนธนวัฒน์

นางสาวกรมล พิพัฒน์ภูมิ

นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์

นางสาวชญาพร เพชรบุญยัง

สถานที่ติดต่อ

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

กระทรวงสาธารณสุข อาคารเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

โทรศัพท์ : 0 2590 7114, 0 2590 7117 โทรสาร : 0 2591 8474

e-mail address : fdanews@fda.moph.go.th

ພິພັດ

สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

03 Hot Issue

“พลังแผ่นดิน เอาชนะยาเสพติด” นายกนำทีมเผาเสพติด รวมมูลค่าเกือบ 7 พันล้านบาท

04 มีดีมาโซว

กิจกรรมสัญจรรณรงค์อ่านฉลากหวาน มัน เค็ม

05 ออย. ดอกคอม

ร่วมเป็นชุมชนสุขภาพดีผ่าน WWW.ORYOR.COM

06 กินเป็นใช้เป็น

รู้จัก รับผิดชอบ...น้ำกัดเท้า

08 เก็บข่าว...เล่าเรื่อง

ข่าวฮอต ข่าวเด่น ในแวดวงอาหารและยา

09 Q&A ถามมาตอบไป

“กาแฟลดน้ำหนัก” ทำให้รูปร่างดีจริงหรือ?

10 รอบรู้เรื่องยา

“เภสัชกรชุมชน” ผู้ช่วยแก้ปัญหาเกี่ยวกับการใช้ยา

12 เกร็ดเล็กนารู้

รู้จัก รู้ระวัง...เห็ดพิษ!!!

13 มุมเครื่องมือ

ควินหลงภาพการอบรมครูและนักเรียนถนนน้ำ ออย. น้อย

15 ออย.แอ็คชั่น

ภาพกิจกรรมของ ออย.

“พลังแผ่นดิน เอานะยาเสพติด”

นายกนำทีมเผายาเสพติด รวมมูลค่าเกือบ 7 พันล้านบาท



เมื่อวันที่ 29 มิถุนายน 2555 ที่ผ่านมา กระทรวงสาธารณสุข โดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ร่วมกับ สำนักงาน ปปส. สำนักงาน ตำรวจแห่งชาติ สำนักงานอัยการสูงสุด กองทัพบก กองทัพเรือ กองทัพอากาศ กรมประชาสัมพันธ์ กรมศุลกากร และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง จัดพิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง ครั้งที่ 41 อย่างยิ่งใหญ่ ณ ศูนย์บริหารสาราณูปโภคและสิ่งแวดล้อม นิคมอุตสาหกรรมบางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา โดยมีนางสาว ยิ่งลักษณ์ ชินวัตร นายกรัฐมนตรี พร้อมด้วยนายวิทยา บุรณศิริ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข

นพ.ไพจิตร วราชาติ ปลัดกระทรวงสาธารณสุข และ นพ.พิพัฒน์ ยิ่งเสรี เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เป็นประธานในพิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางครั้งที่ 41 ตามแผนปฏิบัติการวาระแห่งชาติ “พลังแผ่นดิน เอานะยาเสพติด” โดยมีทูตานุทูต จากประเทศต่าง ๆ อาทิ ออสเตรเลีย ญี่ปุ่น มาเลเซีย โปแลนด์ รัสเซีย เป็นต้น ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง อสม. รวมทั้งสื่อมวลชน ทั้งไทยและต่างประเทศร่วมเป็นสักขีพยาน รวมผู้ร่วมงานในพิธีดังกล่าวกว่า 500 คน ภายในงานมีการถ่ายทอดสดผ่านสถานีโทรทัศน์ NBT เพื่อให้ประชาชน

ได้รับชมการดำเนินงานเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางอย่างโปร่งใส ไม่ให้หวนกลับมาทำร้ายประชาชนได้อีก

ยาเสพติดให้โทษของกลางที่เผาทำลายในครั้งนี้ เป็นยาเสพติดให้โทษของกลางที่เก็บรักษาที่ อย. นำหนัก



รวมทั้งสิ้น 2,755 กิโลกรัม จาก 1,023 คดี รวมมูลค่ากว่า 6,978 ล้านบาท

กิจกรรมสัญจรรณรงค์อ่านฉลากหวาน มัน เค็ม



กระทรวงสาธารณสุข ออกประกาศ กำหนดให้อาหาร 5 ชนิด ได้แก่ มันฝรั่งทอดหรืออบกรอบ ข้าวโพดคั่วทอดหรืออบกรอบ ข้าวเกรียบหรืออาหารขบเคี้ยวชนิดอบพอง ขนมปังกรอบหรือแครกเกอร์ หรือบิสกิต และเวเฟอร์สอดไส้ แสดงค่าพลังงาน น้ำตาล ไขมัน และโซเดียม ในรูปแบบจีดีเอ (GDA: Guideline Daily Amounts) บนฉลากด้านหน้าบรรจุภัณฑ์ หรือที่เรียกว่า “ฉลากหวาน มัน เค็ม”

มี ดีมาโซว์ฉบับเดือนกรกฎาคมนี้ ขอแนะนำกิจกรรมดี ๆ ของ อย. นั่นคือ กิจกรรมสัญจรฉลากหวาน มัน เค็ม ให้ความรู้เกี่ยวกับการอ่านฉลากกับประชาชน

ที่มาที่ไปของกิจกรรมนี้ มาจากนโยบายกระทรวงสาธารณสุขที่ห่วงใยสุขภาพของประชาชน และตระหนักถึงภาวะโภชนาการ และการเกิดโรคเรื้อรังบางชนิด โดยเฉพาะโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ที่อาจเกิดมาจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม อย่างไม่เหมาะสม และได้ออกประกาศ กำหนดให้อาหาร 5 ชนิด ได้แก่ มันฝรั่งทอดหรืออบกรอบ ข้าวโพดคั่วทอดหรืออบกรอบ ข้าวเกรียบหรืออาหารขบเคี้ยวชนิดอบพอง

ขนมปังกรอบหรือแครกเกอร์ หรือบิสกิต และเวเฟอร์สอดไส้ แสดงค่าพลังงาน น้ำตาล ไขมัน และโซเดียม ในรูปแบบจีดีเอ (GDA: Guideline Daily Amounts) บนฉลากด้านหน้าบรรจุภัณฑ์ หรือที่เรียกว่า “ฉลากหวาน มัน เค็ม” เพื่อเป็นเครื่องมือให้ประชาชนใช้ในการเลือกซื้อเลือกบริโภคอาหารให้เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ สามารถวางแผนการบริโภคอาหารได้อย่างสมดุล

และเพื่อให้ความรู้กับประชาชนเกี่ยวกับการอ่านฉลากหวาน มัน เค็ม อย. ได้ร่วมมือกับภาคเอกชน ได้แก่ กลุ่มอุตสาหกรรมอาหาร สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย บริษัท เอก-ชัย ดีสทริบิวชั่น ซิสเทม จำกัด

และบริษัท เซ็นทรัลพัฒนา จำกัด (มหาชน) จัดกิจกรรมสัญจรฉลากหวาน มัน เค็ม ณ ห้างเทสโก้ โลตัส จ.พระนครศรีอยุธยา จ.ลพบุรี เซ็นทรัลพลาซ่า สาขาแจ้งวัฒนะ พิษณุโลก ชลบุรี ขอนแก่น เชียงใหม่แอร์พอร์ต และเชียงราย โดยภายในงานมีการจัดบูธนิทรรศการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในเรื่องฉลากโภชนาการที่ถูกต้อง การเสวนาให้ความรู้เรื่อง “การกินอย่างฉลาด ต้องอ่านฉลากหวาน มัน เค็ม อย่างไร” เกม และการแสดงของศิลปิน ดารา ให้ผู้ที่มาร่วมงานได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์และความบันเทิงอย่างครบครัน มีดีมาโซว์ได้ประมวลภาพกิจกรรมมาให้ชมกันค่ะ



ร่วมเป็นชุมชนสุขภาพดีผ่าน

WWW. ORYOR .com

กลุ่มเผยแพร่ความรู้

อย. Animation ตอนใหม่ มาแล้วจ้า !!!!



สำหรับน้อง ๆ หนู ๆ ที่รอคอย Animation ตอนใหม่ ไม่ต้องรออีกต่อไปแล้ว นะคะ เว็บไซต์ WWW.ORYOR.COM ไม่ทำให้แฟนคลับผิดหวังอยู่แล้ว...มาคราวนี้ ขอแนะนำการ์ตูน 3 ตอนใหม่ล่าสุด

จากชุด “ชุมชนสุขภาพดีกับ อย.” ได้แก่ “เชื้อไม่ได้กับครีมหน้าใส ขาวทันใจ” “กาแฟลดความอ้วน ไม่ได้ช่วยให้ผอม” และ “ฉลากหวาน มัน เค็ม อ่านง่ายได้ประโยชน์” ซึ่งยังคงนำทีมโดยมีตัวละครเอกตัวเดิม อย่าง “ผู้ใหญ่บ้านแน่นปึก” ผู้มีความรู้แน่นปึกทั้งเรื่องอาหารและยา มาให้ข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพแก่คนในชุมชน “พยาบาล อารีย์” พยาบาลสาวใจดีที่คอยดูแลสุขภาพของคนในชุมชน และยังมี “เจ้าแกละ” เด็กแก่น แสนรู้ ช่างสังเกต ไม่เพียงเท่านี้ ยังมีชาวบ้านและ เด็ก ๆ ในชุมชนทั้งดาวเรือง หนูหิ้น กระเจี๊ยบ หมู อาจิว เขียวเปา ที่ทำให้เกิดเรื่องราวสนุกสนานต่าง ๆ มากมาย

ทั้งหมดนี้จะน่ารัก น่าติดตามกันขนาดไหน อย่าลืมคลิกเข้าไป ชมกันให้ได้นะคะ ทางเว็บไซต์ WWW.ORYOR.COM ใน อย. Animation.....แล้วมาร่วมเป็นสมาชิกชุมชนสุขภาพดีกับพวกเรากันค่ะ

อย. Academy
ตามหาคนสุขภาพดี

ภารกิจ เครื่องสำอาง ไม่มี อย.

คุณซี

นำแสดงโดย คุณซี นิสิต

ผู้แต่งฉีก น้า พววิ

หน้า 1 หน้า 2 หน้า 3

ภารกิจในคณะให้ทุกคนเลือก เครื่องสำอางที่อยากใช้ตอนเช้า แต่ผมขอเรียนว่าเครื่องสำอาง ในคณะนี้ไม่มีอะไรช่วย ทุกคนนะครับ

ถ้าเลือกให้ ใช้ปลอดภัย ก็เลือกในบ้าน นี้เลยครับ

ว้าว ของนอกทั้งนั้นเลย

ลงทุนมาก ปลื้ม

ทำไมถึงเลือกขวดเดียวกันทุกคนเลย ขวดนั้น ไม่มีเครื่องหมาย อย. นะครับ

เพราะเครื่องสำอาง ทุกชนิดตามกฎหมายใหม่ ไม่ต้องมี อย. บนฉลากใจครับ

แกทอลคือ เป็นหลอดเขียว ที่มีฉลากภาษาไทย

และมี รายละเอียดสำคัญบนฉลาก ด้วยนะค่ะ

ถูกต้องครับ เครื่องสำอางทุกชนิดต้องมีเครื่องหมาย อย. วิธีเลือกให้ปลอดภัยก็ต้องเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีฉลากภาษาไทยระบุส่วนประกอบสำคัญ ที่อยู่ผู้ผลิต/นำเข้า และคำนวณ/เดือน/ปีทีผลิต และคำนวณอย่างชัดเจน หรือถ้าไม่แน่ใจ ก็โทรถาม สายด่วน อย. 1556 ได้ครับ สำหรับเครื่องสำอางที่ปลอดภัยก็มีขวดนั้น ขวดเดียวแหละครับ ยิ่งใจก็แบ่งกันไว้เนะครับ

ป้าไธเอีย นึกว่าจะสปอร์ต ชื่อของมาแจก

Tip : ก่อนซื้อเครื่องสำอาง ควรอ่านข้อมูลบนฉลากอย่างละเอียด อย่าหลงเชื่อคำโฆษณาเกินจริง อาจทำให้เสียใจได้



รู้จัก รับมือ... น้ำกัดเท้า

นับตั้งแต่ต้นเดือนมิถุนายนที่ผ่านมา พายุฝนฟ้าคะนองก็เริ่มมาเยือน ทำให้หลายพื้นที่ต้องเผชิญกับภัยน้ำท่วมอย่างฉับพลัน หลายคนต้องเดินลุยน้ำที่ท่วมถึงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จนทำให้ผิวหนังเกิดการระคายเคืองและเป็นแผลติดเชื้อตามมา หรือที่เรียกว่า “น้ำกัดเท้า” อาการคัน ปวดแสบปวดร้อนที่เท้าอันแสนจะทรมาน...

“น้ำกัดเท้า” เกิดจาก....

“น้ำกัดเท้า” เกิดจากการระคายเคืองของผิวหนังที่ต้องแช่น้ำเป็นระยะเวลานาน โดยเฉพาะน้ำที่สกปรกจะส่งผลให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย ซึ่งในระยะแรกของการเกิดน้ำกัดเท้าจะยังไม่มีการติดเชื้อ แต่หากไม่ทำความสะอาดเท้าหลังจากเดินลุยน้ำก็จะทำให้เกิดการระคายเคือง และคันมากขึ้น ผิวหนังเปื่อย เกิดแผลถลอก และมีการติดเชื้อแบคทีเรียตามมา โดยจะมีอาการปวด บวม หรือเป็นแผลหนองได้ และหากเท้าที่เปียกน้ำอยู่ในภาวะอับชื้นอย่างต่อเนื่อง จะทำให้แผลติดเชื้อราได้ ซึ่งจะทำให้เกิดอาการคันมากขึ้น ผิวหนังลอก เป็นขุย เป็นสะเก็ด และมีกลิ่นเหม็น ทั้งนี้ การติดเชื้อราอาจเกิดร่วมกับการติดเชื้อแบคทีเรียได้เช่นกัน

วิธีดูแลเพื่อป้องกัน ‘น้ำกัดเท้า’



1. ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับน้ำ หรือแช่น้ำเป็นระยะเวลานาน หรือหากจำเป็นควรใส่รองเท้าบูทหรือถุงพลาสติกกันน้ำ หรือทาปิโตรเลียมเจลลี่ (Petroleum jelly) หรือขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) หรืออาจใช้น้ำมันทาเคลือบเท้าก่อนสัมผัสน้ำ
2. หลังสัมผัสน้ำต้องล้างเท้าด้วยสบู่ให้สะอาดแล้วเช็ดให้แห้ง โดยเฉพาะซอกนิ้วเท้า เนื่องจากเป็นแหล่งหมักหมมสิ่งสกปรกและความอับชื้นได้ดี



หรือใช้น้ำส้มสายชู ประมาณ 2 ซ้อนโต๊ะ ผสมน้ำสะอาด 2 ลิตร แช่เท้า ก่อนล้างเท้าอีกรอบให้สะอาด โดยเน้นซอกเล็บ-ง่ามนิ้ว แล้วเช็ดเท้าให้แห้ง

3. หากพบบริเวณเท้ามีแผล ควรทำความสะอาดแผลด้วยแอลกอฮอล์ และทาด้วยยาฆ่าเชื้อโพวิโดนไอโอดีน



ทำอย่างไร เมื่อมีอาการ “น้ำกัดเท้า”

ในกรณีที่เริ่มมีอาการน้ำกัดเท้า...



⇒ ให้ นำน้ำต่างทับทิมมาละลายน้ำ แล้วนำมาแช่เท้าเพื่อฆ่าเชื้อโรค ต้านแบคทีเรียและเชื้อรา



⇒ ใช้ ขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) ทาบริเวณที่เป็นวันละ 3 ครั้ง เพื่อบรรเทาอาการคัน ยับยั้งการเจริญของ

แบคทีเรียและป้องกันการเกิดเชื้อรา เนื่องจากขี้ผึ้งวิทฟิลด์มีคุณสมบัติในการต้านเชื้อรา ยับยั้งการเติบโตของแบคทีเรีย และสามารถเกาะติดผิวหนังได้ดี ไม่ถูกชะล้างโดยง่าย



⇒ ใช้ยาครีมสเตียรอยด์เพื่อบรรเทาอาการคัน แต่ในยาดังกล่าวไม่มีฤทธิ์ในการฆ่าเชื้อราและเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งหากใช้ไม่ถูกต้องหรือต่อเนื่องนานเกินไปอาจทำให้เชื้อราลุกลาม และอาจเกิดอาการข้างเคียงของสเตียรอยด์ได้

ในกรณีที่น้ำกัดเท้า มีแผลถลอกและติดเชื้อแบคทีเรียหรือเชื้อรา...

⇒ ให้ นำใบพลูที่ล้างน้ำสะอาดแล้วมาตำ จากนั้นนำมาพอกแผลน้ำกัดเท้า จะบรรเทาอาการน้ำกัดเท้า เนื่องจากในใบพลูมีน้ำมันหอมระเหย



(Betel oil) ที่ช่วยบรรเทาอาการคันและฆ่าเชื้อโรคบางชนิดได้

⇒ ใช้ยาครีมต้านเชื้อรา ยาชนิดนี้เป็นยากุ่มใหม่ที่มีคุณสมบัติในการต้านเชื้อราไม่ต่างจากขี้ผึ้งวิทฟิลด์ (Whitfield's ointment) แต่ด้วยยาสามารถล้างออกได้ง่ายด้วยน้ำ จึงไม่เหมาะหากต้องสัมผัสน้ำเป็นประจำ

ในกรณีผู้ที่มีอาการน้ำกัดเท้ารุนแรง มีแผลเปื่อย มีหนอง บวมแดง มีการติดเชื้อแบคทีเรีย หรือมีการติดเชื้อราที่เล็บ **โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยโรคเบาหวาน** ควรรีบปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรเพื่อรับการดูแลและรักษาอย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง :

- Fact Sheet เรื่อง น้ำกัดเท้า สิ่งพึงระวังเมื่อต้องลุยน้ำ(ท่วม) โดย ภก.ทรงศักดิ์ วิมลกิตติพงษ์ สำนักงานโครงการพัฒนาร้านยา สำนักยา
- สารพันความรู้ เรื่อง ดูแลแผลน้ำกัดเท้า โรคบาทาฮิดพิซน้ำท่วม เข้าถึงข้อมูลได้จาก : http://www.truelookpanya.com/true/sarapan_detail.php?cms_id=8965
- สารพันความรู้ เรื่อง สูตรยาแก้ “น้ำกัดเท้า” เวอร์ชันง่าย เข้าถึงข้อมูลได้จาก : http://www.truelookpanya.com/true/sarapan_detail.php?cms_id=9161
- <https://lh4.googleusercontent.com/-Cuulx1gVNC8/Tqqz4UmJDI/AAAAAAAC11/OIIZ-3gY5ql/DSC1260.jpg>
- <http://www.google.com/imgres?q=ลุยน้ำท่วม&hl=th&biw=1048bil=800&tbn=isch&tbnid=vS7DW9lgfea5>
- <http://www.thaigoodview.com/node/119528>
- [http://www.mahidol.ac.th/muthai/laters54/flood_annouce/faculty/pharmacy/IMG_8436%20\(Small\).jpg](http://www.mahidol.ac.th/muthai/laters54/flood_annouce/faculty/pharmacy/IMG_8436%20(Small).jpg)
- <http://www.thaigoodview.com/file/u433/athletesfootsole.jpg>
- <http://www.imgoteam.com/wp-content/uploads/2012/02/imgoteam2.jpg>
- [http://www.dst.or.th/userfiles/steroid_cream\(1\).jpg](http://www.dst.or.th/userfiles/steroid_cream(1).jpg)
- http://202.143.171.195/library_nikhom/popup.php?name=knowledge&file=readknowledge&id=50

ระวังอันตรายจากยาหยอดตา ยาหอม และยาแผนโบราณ ที่ไม่มีเลขทะเบียนตำรับยา อาจได้รับยาที่ไม่ได้คุณภาพ มาตรฐานและการผลิตไม่ถูกสุขลักษณะ



เก็บข่าว...เล่าเรื่อง ขอเริ่มต้นด้วยข่าวการตรวจจับแหล่งลักลอบผลิตยาแผนโบราณเถื่อน ย่านท่าเตียน โดย ออย. ร่วมกับตำรวจ ปคบ. เข้าตรวจสอบบ้านเลขที่ 85 ถ.มหาราช แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพฯ พบการผลิตยาแผนโบราณโดยไม่ได้รับอนุญาต ได้แก่ ยาหยอดตาสูตรเย็น, ยาหอมชนะเลิศร้อยแปดจำพวก (สมุนไพรมะนาว) (เบอร์ 3), ยาหอมบำรุงหัวใจห้าร้อยจำพวก (ยาแผนโบราณ) (เบอร์ 2), ยามหาโยธา วัดโพธิ์ ต.๓๓, ยาหอมบำรุงหัวใจ (สูตรผสม) (ยาแผนโบราณวัดโพธิ์) (เบอร์ 79), ยาหอมมหากาลังราชสีห์ (สมุนไพรมะนาว) (เบอร์ 27), ยาหอมชนะเลิศกำลังช้างสาร (สมุนไพรมะนาววัดโพธิ์) (เบอร์ 32), ยาหอมบำรุงหัวใจ วัดโพธิ์ เบอร์ 130 และยาหอมอินทจักร์เทพอารักขาเก้าร้อยจำพวก บำรุงหัวใจ (แผนโบราณ) (เบอร์ 28) ซึ่งยาหอมดังกล่าวส่วนใหญ่โฆษณาโอ้อวดสรรพคุณรักษาสารพัดโรค โดย ออย. ได้จัดแถลงข่าวให้สาธารณชนทราบแล้ว มีการนำ

ของกลางมูลค่ากว่า 400,000 บาท มาโชว์ให้สื่อมวลชนได้เก็บภาพทำข่าว ซึ่งได้รับความสนใจจากสื่อทุกแขนง มารายงานข่าวจำนวนมาก

สำหรับข่าวใหญ่อีกข่าวที่จะนำเสนอในฉบับนี้ให้ผู้อ่าน ออย.Report ทราบนั่นก็คือ ข่าว ออย.จัดพิธีมอบเกียรติบัตรสถานประกอบการอาหารแปรรูป อาหารพื้นเมือง ของฝากที่ได้มาตรฐาน GMP ชั้นพื้นฐาน (Primary GMP) จำนวน 65 ราย ประกอบด้วยกลุ่มผู้ผลิตขนมหม้อแกง กะหรี่ปั๊พ โรตีสายไหม ข้าวแต่น้ำแดงโม น้ำพริกไข่เค็มดิบ และมะพร้าวแก้ว ซึ่งมีพิธีมอบรางวัลเมื่อวันที่ 7 มิถุนายน 2555 ที่ผ่านมา ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ งานนี้ได้รับเกียรติจากนายวิทยา บุรณศิริ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธาน ซึ่งการกำหนดให้อาหารแปรรูปในภาชนะบรรจุพร้อมจำหน่ายต้องปฏิบัติตามมาตรฐาน Primary GMP เพื่อสร้างความเชื่อถือและยกระดับผลิตภัณฑ์อาหาร เตรียมความพร้อมเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (AEC) หากผู้บริโภคจะซื้อของฝาก ของพื้นเมืองตามแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ อย่าลืมสังเกตเลขสารบบอาหาร (เลข ออย.) บนฉลากกันด้วยนะคะ...นอกจากนี้ยังมีข่าวอีกหลายข่าวเกี่ยวกับการดำเนินงานของ ออย. มาบอกเล่าให้ทราบค่ะ

ได้แก่ ออย. ได้ออกข่าวชี้แจงกรณีมีข่าว น้ำบาดาลที่มีแร่ธาตุวานาเดียมสามารถรักษาโรคเบาหวาน และซีลีเนียมช่วยให้กระดูกแข็งแรง เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ นั้น ซึ่งที่จริงแร่ธาตุทั้ง 2 ชนิดมีอยู่ในอาหารที่บริโภคอยู่แล้ว หากได้รับปริมาณมากเกินไป อาจส่งผลเสียต่อร่างกายได้ ที่สำคัญการบริโภคน้ำแร่จากน้ำบาดาลที่ไม่ได้มาตรฐาน อาจมีการปนเปื้อนของสารหนู แคดเมียม โครเมียม ตะกั่ว ปรอท และจุลินทรีย์ก่อโรค จึงฝากเตือนมายังผู้บริโภคอย่าคาดหวังการบริโภคน้ำที่มีแร่ธาตุดังกล่าว หากมีปัญหาสุขภาพไปพบแพทย์ดีกว่าค่ะ...ปิดท้ายกับข่าว ยาแก้ไอที่จับได้เป็นจำนวนมากในพื้นที่ภาคใต้ พบเป็นยาที่ส่งตรงมาจากผู้ผลิตยาในสวนกลางและจำหน่ายไปยังร้านค้าย่อย ทำให้เกิดปัญหาการนำไปใช้ในทางที่ผิด ทั้งนี้ ออย.ได้คุมเข้มให้ผู้ผลิตและนำเข้ายา จำหน่ายยาแก้ไอไปยังร้านขายยาไม่เกิน 300 ขวด/แห่ง/เดือน ดังนั้น ออย. จึงตรวจสอบบริษัทยาที่กระทำผิดกฎหมายทันที เบื้องต้นสั่งให้หยุดผลิตยาน้ำแก้ไอและอายัดผลิตภัณฑ์ยาไว้ทั้งหมด พร้อมประสานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องขยายผลตรวจสอบในเชิงลึกต่อไป...

ดนิตา เทียบโพธิ์
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

“กาแฟลดน้ำหนัก” ทำให้รูปร่างดีจริงหรือ?



‘กาแฟลดน้ำหนัก’ ทางเลือกใหม่ของสาว ๆ ที่อยากจะมีรูปร่างดีเหมือนพรีเซนเตอร์ในโฆษณา โดยที่ไม่รู้ว่ามีอันตรายแฝงมา ถ้าอยากรู้ว่าในกาแฟลดน้ำหนักแฝงอันตรายอะไรมาติดตามอ่านกันเลย...

Q • น้องสาวของดิฉัน วัน ๆ
• ไม่ค่อยจะกินอะไรเลยเห็น
กินแต่กาแฟลดน้ำหนัก น้องบอกว่า
กินแล้ว อิ่มไม่ค่อยหิวข้าว ดิฉันเองก็
เริ่มสนใจจะซื้อมากินบ้าง แต่ไม่แน่ใจ
ว่าจะมีอันตรายหรือไม่ จึงรบกวน
ขอคำแนะนำจาก ออย. ด้วยค่ะ

A • ในปัจจุบันเรามักจะเห็น
• โฆษณาผลิตภัณฑ์ กาแฟ
สำเร็จรูปจำนวนมากที่อวดอ้างสรรพคุณ
ว่ามีผลในการลดน้ำหนัก โดยใช้ผู้แสดง
แบบเป็นผู้หญิงอ้วน หรือผู้หญิงรูปร่างดี
เพื่อทำให้เข้าใจผิดว่าผลิตภัณฑ์ของตน
มีผลในการลดน้ำหนัก ซึ่งการโฆษณา
ดังกล่าวเป็นการกล่าวอ้าง และโอ้อวด
สรรพคุณเกินจริง เพื่อจูงใจให้ตัดสินใจ
ซื้อผลิตภัณฑ์ **ในความเป็นจริง...กาแฟ**
ไม่มีคุณสมบัติในการควบคุมน้ำหนัก
และกาแฟจัดเป็นอาหารไม่ใช่ว่า จึงไม่มี
สรรพคุณในการรักษา หรือบำบัดโรคอ้วนได้
โดยธรรมชาติของกาแฟจะมีสารกาเฟอีน
ซึ่งมีฤทธิ์กระตุ้นหัวใจและระบบประสาท
ส่วนกลาง ช่วยให้สมองที่เฉื่อยตื่นตัว
มากขึ้น สร้างความกระปรี้กระเปร่า
ช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลาย โดยหลังจาก
ดื่มกาแฟเพียง 5 นาที กาเฟอีนจะ

แพร่กระจายไปทั่วร่างกาย และมีผล
ทำให้ร่างกายเผาผลาญพลังงานมากขึ้น
10% แต่หากดื่มกาแฟในปริมาณมาก ๆ
อาจเกิดอันตรายต่อร่างกาย หรือในทาง
กลับกัน อาจทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นจาก
การเติมน้ำตาล ครีม หรือนมในกาแฟได้
และที่สำคัญยังไม่มีรายงานวิจัยทาง
วิทยาศาสตร์ที่น่าเชื่อถือที่สนับสนุนว่า
การบริโภคกาแฟสามารถลดหรือควบคุม
น้ำหนักได้

ที่ผ่านมา ออย. ได้รับการร้องเรียน
จากผู้บริโภคถึงการได้รับผลข้างเคียง
และอันตรายจากการบริโภคกาแฟ
ลดน้ำหนัก ผลการตรวจสอบพบว่า
กาแฟที่โฆษณาอวดอ้างลดความอ้วน
มักมีการลักลอบใส่ยาไซบูทรามิน หรือ
ยาลดความอ้วน ซึ่งเป็นยาที่ ออย.
ยกเลิกทะเบียนตำรับแล้ว เนื่องจาก
พบว่ามีความเสี่ยงสูงในผู้ป่วยโรคหัวใจ
และหลอดเลือด ผู้ป่วยที่ควบคุม
ความดันโลหิตไม่ดี ผู้ป่วยโรคหลอดเลือด
สมองตีบ โรคตับ โรคไต ผู้ที่มีโรคต่อหิน
รวมทั้งหญิงตั้งครรภ์และให้นมบุตรด้วย
โดยอาการข้างเคียงจากการได้รับยา
ดังกล่าวคือ ปากแห้ง ปวดศีรษะ
นอนไม่หลับ ท้องผูก ทำให้เกิด
ความดันโลหิตสูง หัวใจเต้นเร็ว และ

ในบางรายอาจถึงขั้นเสียชีวิต นอกจากนี้
ยังมีผลิตภัณฑ์กาแฟสำเร็จรูปที่โฆษณา
อวดอ้างสรรพคุณในด้านความงาม
โดยฉลากจะระบุส่วนประกอบ ว่ามี
ไฟเบอร์ คอลลาเจน แอลคาร์นิทีน หรือ
โคโรเมียม ซึ่งขณะนี้ยังไม่มีข้อมูลการ
ศึกษาวิจัยทางวิชาการยืนยันว่าสาร
ดังกล่าวมีผลในการลดน้ำหนัก หรือ
ทำให้ผิวสวย หรือเพิ่มความงาม

อย่างไรก็ตาม ออย. ได้มีการเฝ้าระวัง
อย่างสม่ำเสมอ โดยการสุ่มเก็บตัวอย่าง
ผลิตภัณฑ์ในท้องตลาด เพื่อเป็น
การคุ้มครองผู้บริโภคให้ได้รับอาหาร
ที่ปลอดภัย สำหรับวิธีควบคุมหรือ
ลดน้ำหนักที่ดี คือ การควบคุมอาหาร
ควบคู่กับการออกกำลังกายอย่าง
สม่ำเสมอ และควรรับประทานอาหาร
ให้ครบ 5 หมู่ วิธีนี้นอกจากจะช่วย
ลดน้ำหนักแล้ว ยังทำให้ร่างกายแข็งแรง
อีกด้วย อย่าลืมนะคะ.... หากท่านผู้อ่าน
มีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ
สามารถส่งจดหมายมาถามเราที่
กลุ่มประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพ
ผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการ
อาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์
อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 แล้วพบกันใหม่
ฉบับหน้าค่ะ

“เภสัชกรชุมชน” ผู้ช่วยแก้ปัญหา เกี่ยวกับการใช้ยา



ในปัจจุบันโดยเฉพาะในเขตเมืองเรามักจะเห็นร้านขายยาเปิดอยู่ทั่วไปตามตรอกซอกซอย และร้านเหล่านี้ก็จะเปิดทำการในช่วงที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในชุมชนนั้น ตัวอย่างเช่น หากเปิดในตลาดก็มักจะเปิดตั้งแต่เช้ามืด หากเปิดในอาคารสำนักงานหรือห้างสรรพสินค้าก็จะเปิดร้านในช่วงที่มีคนมาใช้บริการ เป็นต้น แต่เราเคยสังเกตไหมว่า ผู้ที่ให้บริการแก่เรานั้นคือใคร? เราสามารถฝากชีวิตของเราไว้ด้วยได้หรือไม่...

“เภสัชกร” จึงเป็นทางเลือกของผู้ที่ตระหนักในความปลอดภัยด้านยา และด้วยความที่เภสัชกรมีความใกล้ชิดและเข้าใจในบริบทของชุมชนนั้น ๆ จึงมีอีกชื่อหนึ่งที่เราเรียกกันโดยสากลว่า “เภสัชกรชุมชน (Community Pharmacist)” นั่นเอง



บทบาทของเภสัชกรชุมชนในร้านยาจะไม่มุ่งเน้นที่การขายเป็นหลัก แต่จะมุ่งให้ผู้ป่วยเกิดการใช้ยาอย่าง



เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทของผู้มารับบริการ และชุมชนนั้น ๆ โดยคำนึงถึงผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง และที่สำคัญคือการช่วยแก้ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับยา (Drug Related Problems : DRP) ให้กับผู้ป่วย

“ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับยา”

สามารถจำแนกได้ 9 ข้อ ดังนี้

1. ผู้ป่วยไม่ได้รับยาที่ควรจะได้ เพื่อการรักษา (Untreated indications)

2. ผู้ป่วยได้รับยาที่ไม่เหมาะสมสำหรับโรค / อาการที่เป็น / สภาวะร่างกายของผู้ป่วย / หรือปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง (Improper drug selection)

3. ผู้ป่วยได้รับยาในขนาดยาน้อยเกินไป (Subtherapeutic dosage)

4. ผู้ป่วยได้รับยาในขนาดยามากเกินไป (Overdosage)

5. ผู้ป่วยเกิดอาการข้างเคียง / อาการไม่พึงประสงค์จากการใช้ยา (Adverse drug reactions)

6. ผู้ป่วยเกิดอันตรกิริยาระหว่างยา หรือ “ยาตีกัน” (Drug interactions)

7. ผู้ป่วยไม่สามารถได้รับยาตามปริมาณที่ควรจะได้เพื่อการรักษา อันเนื่องมาจากภาวะร่างกายของผู้ป่วยเอง



ที่เกี่ยวกับการใช้ยา โดยมี “แฟ้มประวัติผู้ป่วย(Patient Profile)” เป็นเครื่องมือที่จะช่วยติดตาม และแก้ปัญหาได้อย่างเป็นระบบ ช่วยลดผลข้างเคียงต่าง ๆ ที่เกิดจากการใช้ยาไม่ถูกต้อง ทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และผลการรักษาเป็นที่น่าพอใจ

ด้วยเหตุนี้ อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ชาวออสเตรเลียเกิดความตระหนักที่จะรับยาจาก “เภสัชกร” เท่านั้น และจะไม่เลือกรับบริการจากร้านยาที่ไม่มีเภสัชกร อุปรมาว่า “ถ้าเปิด

/ สภาวะทางจิตใจที่ไม่ปกติ / ปัจจัยทางสังคม หรือปัจจัยทางเศรษฐกิจ (Failure to receive medication)

8. ผู้ป่วยได้รับยาที่ไม่มีข้อบ่งชี้ทางวิชาการว่าสามารถรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วยได้ (Medication use without indication)

9. ปัญหาจากยาในลักษณะอื่น ๆ (Miscellaneous) เช่น การสั่งยาซ้ำซ้อน (repeated drug) การขาดคำแนะนำที่เพียงพอ (Inadequate instruction) ปัญหาการติดยา (Drug addiction) ปัญหาความไม่ชัดเจนในการสั่งใช้ยา (Unclear order) เป็นต้น

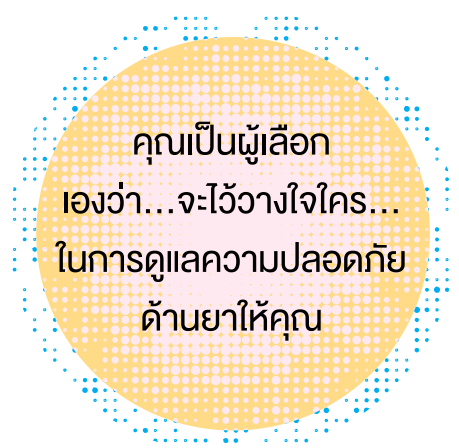
ในปัญหาที่เกี่ยวกับการใช้ยาข้างต้นนั้น สามารถแสดงให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่า การได้รับยาจากบุคคลที่ไม่มีความรู้ อาจจะต้องเสี่ยงกับอันตรายที่คาดไม่ถึงจากยาได้นานปีการ



ประเทศออสเตรเลียได้มีการประมาณการว่าในปีหนึ่งๆ มีชาวออสเตรเลียประมาณ 70,000-105,000 คนที่ต้องเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลจากปัญหาที่เกี่ยวกับการใช้ยา (ข้อมูลจาก National Medication Safety and Quality Scoping Study ปี 2009)

ซึ่งการแก้ไขปัญหานี้รัฐบาลได้ทุ่มงบประมาณให้ “เภสัชกรชุมชน” ในร้านยาลงไปแก้ปัญหาเพื่อส่งเสริมให้เกิดการใช้ยาอย่างถูกต้อง และลดปัญหา

ร้านตัดผม แล้วไม่มีช่างตัดผม ก็ไม่มีประโยชน์ที่จะมาใช้บริการ”



รู้จัก รู้ระวัง...เห็ดพิษ !!!



ในช่วงต้นฤดูฝนของทุก ๆ ปี เรามักจะได้ยินข่าวเกี่ยวกับการเสียชีวิตของชาวบ้าน ที่เก็บเห็ดพิษจากป่า มากินอยู่บ่อย ๆ จนทำให้หลายคนที่ชื่นชอบรับประทานเห็ด ต้องรู้สึกพลาดกลัวที่จะซื้อเห็ดมาปรุงอาหารเลยทีเดียว ด้วยเหตุนี้ กริถเล็คนำรู้จึงนำวิธีสังเกตลักษณะของเห็ดพิษมาฝากกัน...

เห็ดพิษ ส่วนใหญ่จะเจริญงอกงามในป่า มีลักษณะก้านสูง ลำต้นโป่งพอง โดยเฉพาะที่ฐานก้านวงแหวน จะเห็นชัดเจน สีผิวของหมวกเห็ดมีหลายสี เช่น สีมะนาวถึงสีส้ม สีขาวถึงสีเหลือง ส่วนมากผิวของหมวกเห็ดจะมีเยื่อหุ้มดอกเห็ดหรือเป็นสะเก็ดติดอยู่ ส่วนครีบมักมีสีขาว สีแดง หรือสีเขียวอมเหลือง และจะแยกออกจากกันชัดเจน สปอร์จะมีขนาดใหญ่ มีสีขาวและสีอ่อน มีลักษณะใส ๆ รูปไข่กว้าง

สำหรับเห็ดพิษที่มีพิษร้ายแรงถึงขั้นทำให้เสียชีวิตได้ อาทิ เห็ดตับเต่าบางชนิด เห็ดระโงกหิน เห็ดไข่ห่านตีนดำ



เห็ดสมองวัว เห็ดน้ำหมึก เห็ดหิ่งห้อย เห็ดเกล็ดดาว เป็นต้น ซึ่งพิษของเห็ดเหล่านี้ สามารถทำลายเซลล์เกือบทุกส่วนของร่างกาย โดยเริ่มจากทางเดินอาหาร ผิดปกติ อาเจียน ท้องเดิน เป็นตะคริว ความดันโลหิตต่ำ ไปจนถึงมีอาการตับบวมโต เจ็บบริเวณตับและตับไม่ทำงานตามปกติและเสียชีวิตในที่สุด

ฉะนั้นทางที่ดี ควรเลือกซื้อเห็ดที่เป็นที่รู้จัก อาทิ เห็ดโคน เห็ดเผาะ

เห็ดหูหนู เป็นต้น และควรซื้อเห็ดจากแหล่งที่เชื่อถือได้จะดีที่สุดค่ะ

ที่มา : ศูนย์ข้อมูลพิษวิทยา เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับเห็ดพิษ

(http://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc_toxic/a_tx_1_001c.asp?info_id=321)

http://www.bugaboo.tv/watch/17852/เห็ดพิษคร่าชีวิตชาวเขายกครัว_1_2.html

<http://www.thairath.co.th/content/region/8565>

http://www.khaosod.co.th/view_newsonline.php?new

<http://www.bedo.or.th/lcdb/biodeversty/view3.aspx?id=7646>



ควันหลงภาพการอบรม ครูและนักเรียนแกนนำ อย. น้อย



“งานมหกรรม อย.น้อย” ที่ชาว อย.น้อย ทุกคน ฝึารอคอยมานานแรมปี !!!!! กิจกรรมครั้งยิ่งใหญ่ในปี 2555 โปรดติดตาม....เร็ว ๆ นี้

สวัสดีชาว อย.น้อย อย. ขอนำภาพควันหลงจากการอบรมครูและนักเรียนแกนนำ อย.น้อย กรุงเทพมหานคร ที่จัดขึ้นเมื่อวันที่ 20 มิถุนายน 2555 ณ ห้องมิราเคิล แกรนด์ ซี ชั้น 4 โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน กรุงเทพมหานคร ครูและนักเรียนแกนนำ อย.น้อย ทุกท่าน ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ขอขอบคุณอีกครั้งค่ะ

ต่อไปเป็นกิจกรรมครั้งยิ่งใหญ่ในปี 2555 นั่นคือ “งานมหกรรม อย.น้อย” ที่ชาว อย.น้อย ทุกคน ฝึารอคอยมานานแรมปี !!!!! วัน เวลา

และสถานที่จัดกิจกรรมนั้นขออุบไว้ก่อนนะคะ ถ้าชัวร์แล้วจะแจ้งให้ทราบโดยเร็วพลันคะ โรงเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมาจากโรงเรียน อย.น้อย ทั่วประเทศประมาณ 152 โรงเรียน ประกอบด้วย ครู 1 คน นักเรียน 2 คน รวม ๆ แล้ว 456 คน และยังมีผู้ร่วมสนุกผ่านทาง Facebook อย.น้อย มากที่สุดจำนวน 20 คน (ว้าว ว้าว ว้าว ไม่ธรรมดา นะคะขอบอก)

กิจกรรม 3 วัน 2 คืน นั้นมีอะไรบ้างลองมาดูกันคะ

วันที่ 1 ช่วงเช้า (เวลาประมาณ

9.00 – 12.00 น.) ผู้เข้าร่วมงานมหกรรม อย.น้อย เดินทางมาถึงสถานที่จัดงาน ลงทะเบียนรับของที่ระลึก จากนั้นเข้าชม ชุมนิทรรศการที่จัดแสดงไว้ เล่นเกมส์ ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ

ช่วงบ่าย (เวลาประมาณ 13.30 – 17.00 น.) จะเป็นกิจกรรมฐานความรู้ของนักเรียน อย.น้อย ส่วนคุณครูจะแยกไปประชุมคณะกรรมการครูแกนนำ อย.น้อย

○ **ต่อจากหน้า 1**



ประกอบด้วย เมทแอมเฟตามีน หรือ ยาบ้า จำนวน 1,936.40 กิโลกรัม หรือ ประมาณ 21.5 ล้านเม็ด มูลค่า 6,454 ล้านบาท ยาไอซ์ จำนวน 147.92 กิโลกรัม มูลค่า 443.78 ล้านบาท



เฮโรอีน จำนวน 58.23 กิโลกรัม มูลค่า ประมาณ 41.59 ล้านบาท เอ็กซ์ตาซี หรือ ยาอี จำนวน 6.2 กิโลกรัม หรือ ประมาณ 24,895 เม็ด มูลค่าประมาณ 24.89 ล้านบาท โคเคน จำนวนรวม 3.98 กิโลกรัม มูลค่าประมาณ 11.96 ล้านบาท โคเคอีน จำนวน 592.21 กิโลกรัม หรือประมาณ 456 ลิตร มูลค่า ประมาณ 1.4 ล้านบาท ผีน จำนวน 5.12 กิโลกรัม มูลค่าประมาณ 136,598 บาท นอกจากนี้ ยังมีกัญชาของกลางที่ กองบัญชาการตำรวจปราบปราม ยาเสพติดนำมาประมวล จำนวน 1,324 กิโลกรัม มูลค่ากว่า 13 ล้านบาท โดยเผาทำลายด้วยวิธีไพโรไลติก อินซิเนอเรชัน (Pyrolytic Incineration) ซึ่งเป็นการเผา ที่อุณหภูมิสูงมาก ไม่ต่ำกว่า 850 องศา

เซลเซียส จะทำให้เกิดการสลายตัวของ โมเลกุลกลายเป็นคาร์บอนในระยะ เวลาอันรวดเร็วและไม่ก่อให้เกิดมลพิษ ในอากาศและสิ่งแวดล้อม

การเผาทำลายยาเสพติด ให้โทษของกลางจะมีคณะทำงานรักษา ความปลอดภัยและทำลายยาเสพติด



ให้โทษของกลางเป็นผู้รับผิดชอบ รักษาความปลอดภัยอย่างเข้มงวดโดยมี เจ้าหน้าที่ควบคุมที่เตาเผาและบริเวณ รอบ ๆ มีกล้องวงจรปิดบันทึกภาพควบคุม ไปด้วยตั้งแต่เริ่มต้นการเผาทำลาย จนการเผาทำลายเสร็จสิ้น ตลอดจน เก็บตัวอย่างซีเมนต์ที่เหลือจากการเผา ทำลายส่งตรวจที่กรมวิทยาศาสตร์ การแพทย์เพื่อพิสูจน์ว่ายังมีสารเสพติด หลงเหลืออยู่หรือไม่ ซึ่งผลการตรวจ ทุกครั้งที่ผ่านมามีพบว่ามียาเสพติด ไต ๆ หลงเหลืออยู่ จากนั้นจะมีการขนถ่าย ซีเมนต์ไปฝังกลบ และมีการทำความสะอาด เตาเผา ตลอดจนบริเวณเตาเผาก่อนจะ มีการใช้งานในการเผาขยะอื่น ๆ ต่อไป จึงวางใจได้ว่ายาเสพติดที่เผาทำลาย ไม่สามารถนำกลับมาใช้ได้

ทราบได้ที่ยังมียาเสพติดอยู่ รัฐบาลไม่ได้นิ่งนอนใจ เพราะปัญหา ยาเสพติดไม่ใช่ของใครคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นปัญหาของเราทุกคนที่ต้อง ร่วมมือกัน ป้องกัน ปราบปราม รวมถึง การทำลายให้หมดสิ้นจากแผ่นดินไทย

○ **ต่อจากหน้า 13**

ช่วงค่ำ ทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ สร้างความสามัคคี ได้พบปะเพื่อน ๆ ต่างโรงเรียน

วันที่ 2 จะเป็นการศึกษาดูงาน นอกสถานที่ นั่นก็คือ พิพิธภัณฑ วิทยาศาสตร์แห่งชาติ (อพวช.) และ หอจดหมายเหตุแห่งชาติเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพล อดุลยเดช อำเภอลองหลวง จังหวัด ปทุมธานี เดินทางไม่ไกลนัก นั่งรถโค้ช คันใหญ่ไปกันเป็นขบวนสวยงาม หลังจากกลับมาจากการไปศึกษาดูงาน นอกสถานที่แล้วนั้น ช่วงเย็นจะมี งานเลี้ยงสังสรรค์ Dinner มื้อค่ำ และ การประกวด Miss Queen ออย.น้อย กันด้วย (ขอบอกว่า งานนี้มีดารามาช่วย สร้างสีสันภายในงานด้วยนะจ๊ะ จะเป็น ใครนั้นมาลุ้นกันในวันงานดีกว่าค่ะ)

วันสุดท้ายของงานมหกรรม ออย.น้อย ในช่วงเช้าจะมีการ Update ความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ โดย วิทยากรผู้เชี่ยวชาญจาก ออย. และต่อด้วย การอภิปรายแลกเปลี่ยนรู้เกี่ยวกับ ศูนย์รับแจ้งข้อมูลผลิตภัณฑ์สุขภาพ ออย.น้อย เป็นอันจบบริบูรณ์ ของ งานมหกรรม ออย.น้อย เดินทางกลับบ้าน โดยสวัสดิภาพ

ที่เล่ามาทั้งหมดเป็นเพียง กำหนดการคร่าว ๆ เท่านั้น อยากให้ถึง วันงานเร็ว ๆ จัง สนุกสนานแน่นอน ขอบอก แล้วพบกันในวันงานมหกรรม ออย.น้อย สวัสดิ์ค่ะ



อบรมสัมมนาผู้ประกอบการวัตถุดิบทราย

นพ.รังสรรค์ พิทักษ์ รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมสัมมนาผู้ประกอบการวัตถุดิบทราย เรื่อง การจำแนกประเภทความเป็นอันตรายและการติดฉลากตามระบบ GHS ณ โรงแรมริชมอนด์ จ.นนทบุรี เมื่อวันที่ 6-7 มิถุนายน 2555



ประชุม GMP ยา

นพ.พงศ์พันธ์ วงศ์มณี รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการประชุมเพื่อพัฒนาและยกระดับมาตรฐานการผลิต(GMP) ยา ครั้งที่ 1 ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 13 มิถุนายน 2555



อบรมครูและนักเรียนแกนนำ อย.น้อย

ภญ.ศรีนวล กรกชกร รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมครูและนักเรียนแกนนำ อย.น้อย กรุงเทพมหานคร ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 20 มิถุนายน 2555





พิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง ครั้งที่ 41

นางสาวยิ่งลักษณ์ ชินวัตร นายกรัฐมนตรี เป็นประธานในพิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง ครั้งที่ 41 ตามแผนปฏิบัติการวาระแห่งชาติ พลังแผ่นดินเอาชนะยาเสพติด รวมมูลค่าของกลางกว่า 6,900 ล้านบาท น้ำหนักรวมกว่า 4,000 กิโลกรัม ณ ศูนย์บริหารสารเสพติดและสิ่งเสพติด นิคมอุตสาหกรรมบางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ 29 มิถุนายน 2555



แถลงข่าว บุกทำลายแหล่งผลิตยาแผนโบราณเถื่อนรายใหญ่ ย่านท่าเตียน

น.พ.พงศ์พันธ์ วงศ์มณี รองเลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วย พ.ต.อ. พุทธิพงษ์ ประยูรศิริ ผกก. 4 บก.ปคบ. ร่วมกันแถลงข่าว หลังเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับ ตำรวจ ปคบ. บุกทำลายแหล่งผลิตยาเสพติด ยาหอม และยาแผนโบราณรายใหญ่ ย่านท่าเตียน ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคาร 4 ตึก อย. เมื่อวันที่ 13 มิถุนายน 2555