

อย. Report

ปีที่ 3 ฉบับที่ 35 ประจำเดือนสิงหาคม 2555

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครอง และส่งเสริมการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และสมประโยชน์ มุ่งสู่สังคมสุขภาพดี

www.fda.moph.go.th



06

ระวัง! อันตราย
จาก 'น้ำมันทอดซ้ำ'
เพื่อความปลอดภัย
ปฏิบัติตามข้อแนะนำ
ในการใช้น้ำมันทอด
อาหาร



10

"ระบบคุณภาพ"
หนทางรอดของ
การเข้าสู่ AEC
ปี 2015
โอกาสของผู้บริโภค
ที่มีตัวเลือกเข้าถึง
สินค้าและบริการ...



12

ทำอะไร
เมื่อถูกยุงกัด
เมื่อถูกยุงกัดให้รีบ
ล้างน้ำสบู่และ
ใช้ผ้าเย็นหรือเจลเย็น
ประคบลดบวม



เผยโฉม สุดยอด 32 สถานประกอบการดี จริยธรรมเด่น

"รางวัล อย.ควอลิตี้ อวอร์ด"

ประจำปี 2555



FDAthai



Fda Thai
Fda Thai_Pr



คุ้มครอง ห่วงใย ใส่ใจคุณภาพ
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา



“รางวัล อย.ควอลิตี้ อวอร์ด” ประจำปี 2555

อย. Report ฉบับนี้ ขอเชิดชูและสนับสนุนคนดี โดย อย.ได้จัดพิธีมอบรางวัล อย.ควอลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555 ให้แก่สถานประกอบการที่ทำดี โดดเด่นทางด้านจริยธรรม รวม 32 ราย เพื่อเป็นขวัญกำลังใจแก่ผู้ประกอบการที่ตั้งใจทำดี คำนึงถึงความปลอดภัย และประโยชน์ของผู้บริโภคเป็นสำคัญ อย.Report ก็ขอแสดงความยินดีกับผู้ประกอบการทุกรายที่ได้รับรางวัล และขอให้รักษาความดีนี้ไว้เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้ประกอบการรายอื่นต่อไป พร้อมนำบรรยากาศชื่นมื่นภายในงานมาฝากกัน ติดตามได้ในเล่มจ้า...

และในปีนี้อย. ได้เพิ่มโครงการพิเศษ “ฟื้นฟู ฟื้นฟูไทย สู้น้ำท่วม” โดยมอบประกาศนียบัตรให้แก่สถานประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพด้านต่าง ๆ มากถึง 486 ราย ด้วยกัน เพื่อเป็นกำลังใจในการฟื้นฟูกิจการหลังน้ำท่วม ซึ่ง อย.หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะเป็นแรงบันดาลใจได้ไม่มากนักน้อย ขอให้สู้ต่อไป....

ติดตามความคืบหน้าการเดินทางให้ความรู้ก่อนบังคับใช้จริงของ Primary GMP มาตรฐานอาหารแปรรูป ที่ อย. เร่งผลักดัน เพื่อให้อาหารพื้นเมืองของฝากทั่วไทยมีคุณภาพมาตรฐาน จัดไปแล้ว 2 ครั้ง เมื่อวันที่ 6 กรกฎาคม 2555 และ 23-24 กรกฎาคม 2555 ที่ผ่านมา

พบกับ e-magazine ใหม่ใหม่ ไฉไลสุดๆ กับความรู้ที่ไม่มีวันหยุดนิ่งของเรื่องราวผลิตภัณฑ์สุขภาพสุดอินเทรนด์ คลิ๊กด่วน www.oryor.com พลัดแล้วจะเสียใจ ชอบก็กด like ไซ้ก็กด love ... **คอลัมน์กินเป็นใช้เป็น** มีคำแนะนำดี ๆ เช่นเคย “ระวัง! อันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ” **เก็บข่าว..เล่าเรื่อง** มีหลายเรื่องที่น่าสนใจ เช่น การจำหน่ายเครื่องมือแพทย์ หากไม่มีหนังสือรับรองประกอบการนำเข้า จะมีความผิดและถูกจำคุกสูงสุดถึง 5 ปี การดำเนินคดีกับ “โรงแล้เจี๊ตา” ย่านสมุทรสาคร ลักลอบนำปลาปักเป้ามาผลิตอาหารแปรรูป เรื่องแปร่งสีฟันสำหรับเด็ก ที่พบว่ามีการสีฟันจำนวนหนึ่งไม่ระบุช่วงอายุที่เหมาะสมในการใช้แปร่งสีฟันไว้บนฉลาก เป็นต้น

เรื่องน่ารู้ยังไม่หมดเพียงเท่านี้... ใครที่เข้าใจว่า ถ้ามีอาการเจ็บคอ เป็นหวัด ซ้ำยาแก้ไอเสบบากินทีเดียวก็หาย อ่านด่วนใน **ถามมา ตอบไป** จะได้รับความกระจ่างอย่างแน่นอน.... **รอบรู้เรื่องยา** พบกับเรื่อง “ระบบคุณภาพ” หนทางรอดของการเข้าสู่ AEC ปี 2015 **เกร็ดเล็กนารู้** พบกับเรื่อง ทำอย่างไร เมื่อถูกขู่กัก และ**มุมเครือข่าย** พบกับ กิจกรรม อย.น้อย ทาง Facebook

เรื่องดี ๆ ทั้งหลายเหล่านี้บรรจุนั่นอยู่ใน อย. Report ฉบับนี้ ซึ่งกองบรรณาธิการภูมิใจนำเสนอ รักคนอ่านเสมอ

กองบรรณาธิการ

วัตถุประสงค์ อย. Report

1. เพื่อเผยแพร่ความรู้ข่าวสารและการดำเนินงานต่างๆ ของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
 2. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมความเคลื่อนไหว รวมทั้งผลงานเด่นเกี่ยวกับงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ
 3. เพื่อเป็นสื่อกลางให้แก่เครือข่ายงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพในการถ่ายทอดประสบการณ์และการดำเนินงาน
 4. เพื่อเผยแพร่สารานุกรม รวมถึงแง่คิดที่น่าสนใจ
- เจ้าของ
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ที่ปรึกษา

รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ

นางยุพา เตียงธวัช

กองบรรณาธิการ

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| นางสาวจิตรา เอื้อจิตรบำรุง | นางสาวทิพาร มณีเย็น |
| นายศุภภาณุจร โภคย์ | นางศิริกุล อ่าพันธ์ |
| นางผุสดี เวชพิพัฒน์ | นายบุญฤทธิ์ คงทอง |
| นางสุวนีย์ สุขแสนนาน | นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว |
| นายวัชรินทร์ เครือเนียม | นางสาวนิตดา เทียบโพธิ์ |
| นางสาวภาณิฉ ภัทรภานนท์ | นางสาวรมิตา ธนธวัช |

03 Hot Issue

เผยโฉม ชุดยอด 32 สถานประกอบการดี จริยธรรมเด่น “รางวัล อย.ควอลิตี้ อวอร์ด” ประจำปี 2555

04 มิติมาโซว์

Primary GMP มาตรฐานอาหารแปรรูป อาหารพื้นเมืองของฝากทั่วไทย สร้างมูลค่า นำพาความปลอดภัยสู่ผู้บริโภค

05 อย. ดอกคอม

e-Magazine ใหม่ใหม่ของ WWW.ORYOR.COM

06 กินเป็นใช้เป็น

ระวัง! อันตรายจาก ‘น้ำมันทอดซ้ำ’

08 เก็บข่าว...เล่าเรื่อง

ข่าวฮอต ข่าวเด่น ในแวดวงอาหารและยา

09 Q&A ถามมาตอบไป

เป็นหวัด เจ็บคอ ต้องกินยาแก้ไอเสบหรือไม่?

10 รอบรู้เรื่องยา

“ระบบคุณภาพ” หนทางรอดของการเข้าสู่ AEC ปี 2015

12 เกร็ดเล็กนารู้

ทำอย่างไร เมื่อถูกขู่กัก

13 มุมเครือข่าย

การดำเนินกิจกรรม ผ่าน Social Media (Facebook อย.น้อย)

15 อย.แฉ็ซึ้น

ภาพกิจกรรมของ อย.

นางสาวกรมล พิพัฒน์ภูมิ นางสาวนระรัตน์ แสนสุข

นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์ นายทวชา เพชรบุญยัง

สถานที่ติดต่อ

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

กระทรวงสาธารณสุข อาคารเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

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

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

ພິພັດ

สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

เผยโฉม สุดยอด 32 สถานประกอบการดี จริยธรรมเด่น “รางวัล อย.คວอลิตี้ อวอร์ด” ประจำปี 2555



เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2555 ที่ผ่านมา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้จัดพิธีมอบรางวัล อย. ควอลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555 อย่างยิ่งใหญ่ ให้แก่สถานประกอบการที่โดดเด่นด้านกระบวนการผลิตและจริยธรรมจากทั่วประเทศรวม 32 ราย เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจแก่ผู้ประกอบการที่ตั้งใจทำดี คำนึงถึงความปลอดภัยและประโยชน์ของผู้บริโภคเป็นสำคัญ ซึ่งปีนี้จัดต่อเนื่องเป็นปีที่ 4 แล้ว โดยได้รับเกียรติจาก นพ.สุรวิทย์ คนสมบูรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานในพิธีมอบรางวัล ที่ห้องแกรนด์ บอลรูม โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน กรุงเทพฯ บรรยากาศของงานเป็นไปอย่างชื่นมื่น ท่ามกลางความ

ปลาบปลื้มยินดีของผู้ประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ได้รับรางวัลรวม 32 ราย และแขกผู้มีเกียรติที่มา ร่วมแสดงความยินดีอย่างคับคั่ง ทั้งผู้บริหารกระทรวงสาธารณสุข ผู้บริหาร อย. เจ้าหน้าที่ อย. เครือข่ายคุ้มครองผู้บริโภค ด้านสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุข จังหวัด สมาคมต่าง ๆ และสถานประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพ รวมทั้งสิ้น 404 ราย

สถานประกอบการที่ได้รับรางวัล อย. ควอลิตี้ อวอร์ด ปี 2555 ในประเภทต่าง ๆ จำนวน 32 ราย มีดังนี้

ด้านอาหาร จำนวน 12 ราย ได้แก่

1. โครงการส่วนพระองค์ สวนจิตรลดา กรุงเทพฯ
2. บริษัท ซี.พี.ค้าปลีกและการตลาด จำกัด จ.ปทุมธานี
3. บริษัท ไทยยูเนี่ยนโพรเซสโปรดักส์ จำกัด (มหาชน) จ.สมุทรสาคร
4. บริษัท แปซิฟิกแปรรูปสัตว์น้ำ จำกัด จ.สงขลา
5. บริษัท พิบูลย์ชัยน้ำพริกเผาไทยแม่ประนอม จำกัด กรุงเทพฯ
6. บริษัท เพอร์ซิเดนท์ เบเกอรี่ จำกัด (มหาชน) กรุงเทพฯ
7. บริษัท แพ้ชั้นฟู้ด จำกัด จ.นครปฐม

Primary GMP มาตรฐานอาหารแปรรูป อาหารพื้นเมือง ของฝากทั่วไทย สร้างมูลค่า นำพาความปลอดภัยสู่ผู้บริโภค



กับเรื่องดี ๆ มาชีโวอีกแล้วค่ะ เรื่องนี้เป็นข่าวดีสำหรับผู้บริโภคทุกคน และผู้ประกอบการผลิตอาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่ายทุกราย เพราะสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 2 ฉบับ ได้แก่ ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 342) พ.ศ. 2555 เรื่อง วิธีการผลิต เครื่องมือเครื่องใช้ในการผลิต และเก็บรักษาอาหารแปรรูปพร้อมจำหน่าย (Primary GMP) กำหนดให้ผู้ผลิตอาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่ายต้องปฏิบัติตาม และประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 343) พ.ศ. 2555 เรื่อง ฉลาก (ฉบับที่ 3) กำหนดให้อาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่ายที่ผ่านมาตรฐาน Primary GMP สามารถแสดงเลขสารบบอาหาร (เลข อย.) ได้ ซึ่งจะมีผลบังคับใช้กับผู้ประกอบการผลิตอาหารแปรรูปฯ รายใหม่ในวันที่ 7 พฤศจิกายน 2555 และให้เวลาผู้ประกอบการผลิตอาหารแปรรูปฯ รายเก่าในการพัฒนาปรับปรุงสถานที่ผลิตให้เป็นไปตามข้อกำหนด 3 ปี

เหตุที่บอกว่าเป็นข่าวดีก็เพราะการออกประกาศฯ ทั้ง 2 ฉบับ เป็นมาตรการในการกำกับดูแลอาหารแปรรูปฯ ให้มีคุณภาพ ปลอดภัย สำหรับผู้บริโภค และยังเป็นการยกระดับคุณภาพของผลิตภัณฑ์ให้สามารถแข่งขันในตลาดโลกได้ ซึ่งที่มาของประกาศฯ ทั้ง 2 ฉบับนี้ มาจากการที่ อย. เล็งเห็นว่าอาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะประเภทพร้อมจำหน่าย ซึ่งมีทั้งอาหารพื้นเมือง สินค้าอาหารหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ (OTOP) ซึ่งเป็นของฝากที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย และเป็นแหล่งรายได้ของชุมชน แต่กฎหมายที่ใช้กำกับดูแลสุลักษณะด้านสถานที่ผลิตอาหาร ยังไม่ครอบคลุมอาหารกลุ่มดังกล่าว จึงอาจทำให้ผู้บริโภคไม่ได้รับความปลอดภัยในการบริโภค ประกอบกับกรอบข้อตกลงอาเซียน ซึ่งนำไปสู่การรวมกลุ่มประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (AEC) ใน ปี พ.ศ. 2558 จะส่งผลให้มีสินค้าจากต่างประเทศเข้ามาในประเทศไทยมากขึ้น หากผู้ประกอบการอาหารแปรรูปฯ ไม่ปรับปรุงคุณภาพ มาตรฐานการผลิต จะทำให้ไม่สามารถแข่งขัน

ในตลาดได้ อย. จึงได้มีมาตรการดี ๆ เช่นนี้ออกมาบังคับใช้

แต่ก่อนที่จะมีผลบังคับใช้จริง อย. ได้เดินทางไปจัดอบรมเกี่ยวกับการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์ Primary GMP แก่ผู้ประกอบการอาหารแปรรูปฯ ณ โรงแรมริชมอนด์ เมื่อวันที่ 6 กรกฎาคม 2555 และได้จัดอบรมเจ้าหน้าที่ผู้ตรวจประเมินสถานที่ผลิต ได้แก่ เจ้าหน้าที่ อย. เจ้าหน้าที่ สสจ. ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น ในวันที่ 23-24 กรกฎาคม 2555 ที่ผ่านมา เพื่อให้เจ้าหน้าที่สามารถนำความรู้ไปถ่ายทอดอบรม และกระตุ้นผู้ประกอบการในพื้นที่รับผิดชอบให้ดำเนินการตามกฎหมายได้อย่างถูกต้อง

หากคุณผู้อ่านเป็นผู้ประกอบการอาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่าย หรือสนใจจะประกอบธุรกิจอาหารแปรรูปฯ สามารถสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์ Primary GMP ได้ที่ อย. หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศนะคะ จะได้ผลิตอาหารที่มีคุณภาพและปลอดภัย เป็นที่เชิดหน้าชูตาของชุมชน และประเทศชาติค่ะ



e-Magazine โฉมใหม่ของ

WWW. ORYOR .com

กลุ่มเผยแพร่ความรู้



ซึ่งเป็นรูปแบบใหม่ของการเผยแพร่ความรู้ในรูปแบบแมกกาซีนออนไลน์ ที่ได้รวบรวมเนื้อหาสาระไว้อย่างน่าสนใจ เริ่มต้นคอลัมน์ด้วย Product In trend โดย ไข่ไล ที่จะมาพูดคุยเรื่องราวของผลิตภัณฑ์สุขภาพที่กำลังได้รับความนิยม, Biggest Interview เป็นการสัมภาษณ์ผู้บริหาร อย. กับประเด็นร้อนร้อนในช่วงนั้น, ข่าวเด่นประเด็นดัง คู่วิดีโอคลิปกับประเด็นข่าวที่น่าสนใจ, อย. Channel นำเสนอการ์ตูนแอนิเมชันน่ารัก ๆ ชูต ชุมชนสุขภาพดีกับ อย., อ่านเพลิน ๆ มาอ่านคอลัมน์การ์ตูนน่ารักแฝงสาระกัน, สืบเนื่องจากข่าว นำเสนอข่าวสด ๆ ร้อน ๆ ของ อย. และคอลัมน์สุดท้ายกับ อย. แฟนคลับ มาร่วมเล่นเกมหรือพูดคุยกับทีมงานกันได้นะคะ

๓ อนนี่ใครที่เข้าชมเว็บไซต์.. www.oryor.com คงได้เห็น “อย. e-Magazine” เมนูใหม่ที่เรากำลังตั้งใจและภูมิใจนำเสนอกันแล้วนะคะ

ฉบับนี้เป็นฉบับแรก เพื่อน ๆ คนไหนไม่อยากจะพลาดและไม่อยากตกเทรนด์ผลิตภัณฑ์สุขภาพ รีบคลิกเลยคะ www.oryor.com หรือสามารถเข้ามาให้กำลังใจหรือติชมกันได้ ทาง www.facebook.com/oryorfan มาคลิก LIKE กันเยอะ ๆ นะคะ



Tip : อย่าเสียเวลาทางอินเทอร์เน็ต เพราะจะได้ข่าปลอมทั้งเสียอันตรายและไปปล้นสมองคนทำผิดกฎหมาย



ระวัง! อันตราย ‘น้ำมันทอดซ้ำ’

หลายคนมักคิดว่า น้ำมันทอดอาหารใช้ทอดซ้ำได้หลายครั้ง สีน้ำมันดำเมื่อไหร่แล้วค่อยเปลี่ยนใหม่ หากใครที่คิดแบบนี้ ขอให้รีบเปลี่ยนความคิดเสียใหม่ เพราะการใช้น้ำมันทอดอาหารซ้ำกันหลาย ๆ ครั้งจะก่อให้เกิดสารประกอบที่เป็นอันตรายต่อร่างกายอย่างร้ายแรง

อันตรายจาก “น้ำมันทอดซ้ำ”...

น้ำมันที่ผ่านการทอดซ้ำหลาย ๆ ครั้ง จะมีคุณค่าทางโภชนาการลดลง และมีคุณภาพเสื่อมลง ทั้งสี กลิ่น รสชาติ และมีความหนืดมากขึ้น ที่สำคัญจะก่อให้เกิดสารประกอบโพลาร์สะสมในน้ำมันทอดอาหาร ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการทำงานของเซลล์ โดยจะเป็นสารก่อกลายพันธุ์ที่ทำให้เกิดมะเร็งผิวหนังในสัตว์ทดลอง ส่วนไอรอะเหยจจากน้ำมันทอดอาหาร หากสูดดมเป็นเวลานานอาจมีอันตรายต่อสุขภาพทำให้เกิดโรคมะเร็งที่ปอด และพบว่ามีสารกลายพันธุ์ในไอรอะเหยของน้ำมันทอดอาหาร ซึ่งก่อให้เกิดเนื้องอกในตับปอด และมะเร็งเม็ดเลือดขาวในหนูทดลอง ซึ่งการเกิดโรคมะเร็งในสัตว์ทดลองนี้

ก็มีความเสี่ยงที่จะเกิดในมนุษย์ได้เช่นกัน

ดังนั้น เพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภค จึงควรปฏิบัติตามข้อแนะนำเบื้องต้นในการใช้น้ำมันทอดอาหาร โดย...

- ไม่ควรใช้น้ำมันทอดซ้ำเกิน 2 ครั้ง
- ควรใช้น้ำมันที่ทนความร้อนสูง เช่น น้ำมันปาล์ม ในการทอดอาหาร
- ชับน้ำบริเวณผิวหนังอาหารดิบก่อนทอด เพื่อชะลอการเสื่อมของน้ำมัน
- ไม่ควรทอดอาหารด้วยไฟแรงเกินไป และควรรักษาระดับน้ำมันในกระทะให้เท่าเดิมเสมอ
- หมั่นกรองอาหารทิ้งระหว่างและ

หลังการทอดอาหาร

- เปลี่ยนน้ำมันทอดอาหารบ่อยขึ้น หากทอดอาหารที่มีส่วนผสมของเกลือหรือเครื่องปรุงรส
- เก็บน้ำมันที่ผ่านการทอดอาหารไว้ในภาชนะสแตนเลส หรือแก้วปิดฝาสนิท

นอกจากนี้ การเลือกซื้อน้ำมันพืชสำหรับประกอบอาหารก็เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญ เนื่องจากในปัจจุบันพบการลักลอบนำน้ำมันพืชใช้แล้วมาผ่านกระบวนการทำให้ น้ำมันใส แล้วนำมาบรรจุปีบขายอีกครั้งหนึ่ง ดังนั้นผู้บริโภคจึงควรเลือกซื้อน้ำมันพืชที่ฉลากมีเลขสารบบอาหาร 13 หลัก อยู่ในกรอบเครื่องหมาย ออย. และมี

รายละเอียดของวัตถุดิบที่นำมาผลิต สถานที่ผลิต และวันผลิต และต้องไม่มีสิ่งแปลกปลอมในน้ำมันพืช เช่น ผงสีดำ หรือ ตะกอน ชุ่นขาว สำหรับคุณแม่บ้านขอแนะนำให้มีน้ำมันพืชสองแบบเพื่อใช้ในการประกอบอาหาร คือ น้ำมันสำหรับใช้ทอดอาหาร และน้ำมันสำหรับใช้ผัดอาหาร โดยพิจารณาเลือกได้ ดังนี้

ชนิดของน้ำมัน	ข้อแนะนำการใช้
น้ำมันปาล์มโอเลอิน น้ำมันมะพร้าว	ทอดอาหาร แบบนี้้ำมันท่วม
น้ำมันปาล์มโอเลอิน	ทอดอาหารใช้ไฟแรง และใช้ระยะเวลาสั้น
น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด	ผัดอาหาร
น้ำมันดอกคำฝอย	
น้ำมันเมล็ดดอกทานตะวัน	
น้ำมันรำข้าว	
น้ำมันมะกอก	
น้ำมันงา	

เอกสารอ้างอิง :

- แผ่นพับเรื่อง อันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ ผลิตโดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
- แผ่นพับเรื่อง ภัยร้าย...น้ำมันทอดซ้ำ ผลิตโดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
- คู่มือการดำเนินงานอาหารปลอดภัยจากการใช้น้ำมันทอดซ้ำ ผลิตโดย หน่วยตรวจสอบเคลื่อนที่เพื่อความปลอดภัยด้านอาหาร สำนักอาหาร
- <http://www.chaoprayanews.com/wp-content/uploads/2012/05/633>
- http://www.tnews.co.th/html/picture/tnews_1315995789_868



อย.เตือนผู้ประกอบการจำหน่ายเครื่องมือแพทย์ ไม่ว่าจะเป็น เครื่องนวดตัว เครื่องสลายไขมัน เครื่องกระตุ้นผิวด้วยกระแสไฟฟ้า ฯลฯ หากไม่มีหนังสือรับรองประกอบการนำเข้า จะมีความผิดและถูกจำคุกสูงสุดถึง 5 ปี



6 มือเร็ว ๆ นี้ อย. แกลงข่าวการบุกจับ บริษัท ศรียาแกลลอรี่ จำกัด ตั้งอยู่เลขที่ 731 พี.เอ็ม.ทาวเวอร์ ชั้น 23 ดินแดง กรุงเทพฯ ตรวจพบเครื่องมือแพทย์ที่ไม่แจ้งรายการละเอียดและไม่มีหนังสือรับรองประกอบการนำเข้า ได้แก่ เครื่องบำบัดด้วยแสงความเข้มสูง (IPL) เครื่องนวดตัวด้วยสัญญาณภาค เครื่องกระตุ้นผิวด้วยกระแสไฟฟ้า เพื่อลดริ้วรอย เครื่องสลายไขมันด้วยระบบคลื่นวิทยุและอัลตราโซนิค รวมทั้งพบเครื่องสำอางลักลอบนำเข้าจากต่างประเทศ ไม่มีฉลากภาษาไทย ไม่ได้จัดแจ้งรายการละเอียดและไม่ได้ขออนุญาตนำเข้า ยี่ห้อ Sariya Gallery ได้แก่ เซรั่มเข้มข้น อ่างลดริ้วรอยทุกชนิด (Beauty Concentrate Eye/Face Serum) , โลชั่นซาคุระ (Sakura Veil-Lotion) , โลชั่นกุหลาบ (Rose Petal Lotion) , ผงมาร์ค , แผ่นมาร์คหน้า และครีมบำรุงผิว พร้อมทั้งพบผลิตภัณฑ์เสริมเซลล์ วิตามินซี โบท็อกซ์ ผลิตภัณฑ์โกรท แพคเตอร์ มูลค่าของกลางกว่า 3 ล้านบาท แจ้งข้อหาโทษสูงสุดทั้งจำและปรับ ขอให้ผู้บริโภคซื้อเครื่องสำอาง

จากร้านค้าที่มีหลักแหล่งแน่นอน มีฉลากภาษาไทยครบถ้วน เพื่อความปลอดภัยสำหรับการแถลงข่าวครั้งนี้ น.พ.รังสรรค์ พิรกิจ เป็นประธาน และได้รับความสนใจจากสื่อมวลชนจำนวนมากรายงานข่าวเผยแพร่ ทางหนังสือพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์

เก็บข่าว...เล่าเรื่อง ยังนำข่าว น่าสนใจมาเล่าสู่กันฟังต่อค่ะ...เริ่มด้วยข่าว อย. ดำเนินคดีทั้งโทษจำและปรับกับ “โรงแล้เจีดา” ตั้งอยู่ที่สมุทรสาคร หลังพบผลิตอาหารแปรรูปโดยไม่ได้รับอนุญาต พร้อมทั้งลักลอบผลิต (แล้) ปลาปักเป้าสายพันธุ์ *L.spadiceus* และ *L.lunaris* ซึ่งเนื้อปลาแล้ พบสารพิษเตโตรโดท็อกซิน (Tetrodotoxin :TTX) ปริมาณ 2.89 มิลลิกรัม/กิโลกรัม รวมทั้งผลิตผลิตภัณฑ์ปลาเส้นโรยงาจากเนื้อปลาปักเป้า ทั้งแบบดิบและอบแห้ง พบสารพิษเตโตรโดท็อกซิน ปริมาณ 2.79 มิลลิกรัม/กิโลกรัม ทั้งนี้ ปริมาณค่าความปลอดภัยของสารพิษเตโตรโดท็อกซินที่ประเทศญี่ปุ่นและเกาหลีกำหนดมีค่าไม่เกิน 2 มิลลิกรัม/กิโลกรัม ขอให้ผู้บริโภคสังเกตว่า หากเป็นเนื้อปลาแล้ที่เป็นปลาปักเป้า ลักษณะเนื้อจะนุ่มคล้ายสันในไก่ อย่าเสี่ยงซื้อมาบริโภคเด็ดขาด ส่วนปลาเส้นและลูกชิ้น ควรซื้อที่อยู่ในภาชนะบรรจุ แสดงฉลากระบุแหล่งผลิตชัดเจนและมีเครื่องหมาย อย. ...เก็บข่าว ขอแจ้งให้ทราบว่า ขณะนี้ อย.

ได้เร่งรัดบังคับใช้กฎหมายให้เภสัชกรอยู่ปฏิบัติหน้าที่ตลอดเวลาเปิดทำการ ซึ่งจากการสุ่มตรวจร้านขายยาในเขตกรุงเทพฯ ช่วง 9 เดือนที่ผ่านมา จำนวน 498 แห่ง พบเภสัชกรไม่อยู่ปฏิบัติหน้าที่ 16 ราย จำหน่ายยาอันตราย ในขณะที่เภสัชกรไม่อยู่ปฏิบัติหน้าที่ 8 ราย ไม่จัดทำบัญชีชื่อ-ขายให้เป็นไปตามกฎหมาย 48 ราย จึงขอความร่วมมือจากผู้บริโภคให้ซื้อยาจากร้านขายยาในขณะที่มีเภสัชกรปฏิบัติหน้าที่... ปิดท้ายกับข่าวเรื่องแปรงสีฟันสำหรับเด็กพบว่า มีแปรงสีฟันจำนวนหนึ่งที่ไม่ได้ระบุช่วงอายุที่เหมาะสมในการใช้แปรงสีฟันของเด็กไว้บนฉลาก ดังนั้น เพื่อเป็นการคุ้มครองเด็กให้ได้รับความปลอดภัยและเลือกใช้แปรงสีฟันได้เหมาะสมกับวัย คณะกรรมการว่าด้วยฉลากของ สคบ. จึงได้ออกประกาศฉบับที่ 33 (พ.ศ.2555) เรื่อง ให้แปรงสีฟันเป็นสินค้าที่ควบคุมฉลาก โดยกำหนดช่วงอายุเด็กซึ่งใช้แปรงสีฟันได้อย่างเหมาะสม เช่น เริ่มมีฟันถึง 3 ปี หรือ 3 ปี ถึง 6 ปี หรือ 6 ปี ถึง 12 ปี และนิยามคำว่า “แปรงสีฟัน” หมายถึง อุปกรณ์ ที่ใช้แปรงฟันเพื่อขจัดคราบจุลินทรีย์ หรือเศษอาหารออกจากฟัน ทำจากพลาสติกหรือวัสดุอื่นที่มีคุณสมบัติ เทียบเท่า ทั้งนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม เก็บข่าว จึงนำมาเล่าให้ทราบ หากต้องซื้อแปรงสีฟันให้บุตรหลาน ควรสังเกตฉลากด้วยค่ะ

คณิตา เทียบโพธิ์
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

เป็นหวัด เจ็บคอ ต้องกินยาแก้อักเสบหรือไม่?

ใครที่เข้าใจว่า... ถ้ามีอาการเจ็บคอ เป็นหวัด
ช้อยาแก้อักเสบมากินเดี๋ยวก็หาย โปรดอ่านด่วน!
“ถามมา ตอบไป” มีข้อเท็จจริงมาฝาก...



Q ● เมื่อไหร่ที่ฉันรู้สึกเจ็บคอ และเป็นหวัด มักจะไปซื้อ ยาแก้อักเสบ จากร้านขายยามากิน และ ตัวดิฉันเองเป็นคนที่ไม่เคยครบตามขนาดและเวลาที่กำหนด คือหายเมื่อไหร่ก็หยุดกินเมื่อนั้น น้องสาวก็เตือนว่า กินยาแบบนี้อันตรายมาก แต่ดิฉันไม่เชื่อ จึงรบกวนถาม อย. ว่า ถ้ากินยาแก้อักเสบแบบนี้บ่อย ๆ จะเป็นอันตรายหรือไม่คะ แล้วถ้าเป็นหวัด และเจ็บคอ จะต้องกินยาแก้อักเสบทุกครั้งหรือไม่

A : หลายคนมักเข้าใจผิดคิดว่า “ยาปฏิชีวนะ” คือ “ยาแก้อักเสบ” และสามารถรักษาอาการเจ็บคอจากโรคหวัดได้ ซึ่งอันที่จริงแล้วไม่ถูกต้องนัก เพราะยาปฏิชีวนะรักษาไม่ได้ทุกการอักเสบ เนื่องจากยาปฏิชีวนะ (Antibiotic) เป็นยารักษาโรคที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งยาในกลุ่มนี้จะมีหลายชนิดด้วยกัน เช่น เพนนิซิลลิน อะม็อกซิซิลลิน เตตราไซคลิน อิริโทรมัยซิน โคลทริม็อกซาโซล ซัลฟา เป็นต้น โดยแต่ละชนิดใช้รักษาแบคทีเรียต่างชนิดกัน ฉะนั้น หากต้องใช้ยาปฏิชีวนะรักษาอาการเจ็บป่วยที่เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย จะต้องใช้ยารักษาให้ตรงกับเชื้อที่เป็นสาเหตุ ไม่ใช่จะใช้ยาชนิดใดก็ได้ สำหรับกรณีที่มีอาการเจ็บคอมาก และมีไข้สูง โดยไม่มีอาการหวัดหรือไอ มีจุดสีขาวที่ต่อมทอนซิล หรือคลำบริเวณขากรรไกรแล้วพบต่อมน้ำเหลืองโต กดเจ็บ

แนะนำให้ไปพบแพทย์ เพื่อรับการวินิจฉัยโรคและเชื้อที่เป็นสาเหตุ ซึ่งแพทย์จะเลือกใช้ยาปฏิชีวนะที่ออกฤทธิ์แคบ และเจาะจงต่อเชื้อเพื่อป้องกันปัญหาเชื้อดื้อยา และลดอันตรายจากยาที่ออกฤทธิ์กว้าง อีกทั้งเพื่อรับการรักษา หรือใช้ยาปฏิชีวนะที่เหมาะสมทั้งชนิด ขนาด และระยะเวลาที่รักษา ที่สำคัญไม่ควรหาซื้อยามากินเองอย่างเด็ดขาด เพราะหากใช้ยาปฏิชีวนะไม่เหมาะสม อาจเกิดอันตรายได้อาทิ

- ➔ **การแพทย์** ที่มีตั้งแต่อาการผื่น คัน จนรุนแรงถึงขั้นแน่นหน้าอก และช็อกเสียชีวิตได้
 - ➔ **อาการข้างเคียง** เช่น คลื่นไส้ ท้องเดิน ไปจนถึงอาการรุนแรง อย่างตับอักเสบหรือตาบอด
 - ➔ **เชื้อดื้อยา** ทำให้ต้องเปลี่ยนไปใช้ยาปฏิชีวนะอื่นที่แพงขึ้น มีผลข้างเคียงหรืออันตรายมากขึ้น สุดท้ายไม่มียาใดรักษาให้หายได้ ที่สำคัญเชื้อที่ดื้อยานั้นสามารถติดต่อสู่คนรอบข้างได้ทางการไอ จาม กิน และสัมผัส ซึ่งเป็นอันตรายร้ายแรงมากต่อสังคม
 - ➔ **ติดเชื้อแทรกซ้อน** เช่น เชื้อรา ทำให้มีตกขาว เป็นฝ้าขาวในช่องปากหรือติดเชื้อแบคทีเรียที่รักษายาก ทำให้ป่วยหนัก จนต้องเข้ารับรักษาในโรงพยาบาล
- ที่สำคัญ ขอบอกเป็นข้อมูลไว้ก่อนนะคะว่า อาการเจ็บคอหรือคออักเสบ

เกิดขึ้นได้จาก 3 สาเหตุสำคัญ คือ ติดเชื้อไวรัส ซึ่งพบบ่อยที่สุด ติดเชื้อแบคทีเรีย พบได้น้อยกว่าร้อยละ 20 และสาเหตุอื่น ๆ เช่น ภูมิแพ้ การใช้เสียงมาก สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เป็นต้น ดังนั้น หากมีอาการเจ็บคอ ซึ่งพบบ่อยว่าเกิดจากเชื้อไวรัส แล้วรีบไปซื้อยาปฏิชีวนะมากินก็เป็นการรักษาที่เปล่าประโยชน์ เป็นการใช้อย่างไม่เหมาะสมอย่างยิ่งคะ

อ่านมาถึงตรงนี้... หลายคนเกิดความสงสัยขึ้นว่า หากจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะจะต้องใช้อย่างไรจึงจะปลอดภัย? ไม่ต้องกังวลคะ เรานำเรื่องนี้มาฝากด้วย... เมื่อจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร โดยกินยาให้ครบตามขนาดและตามกำหนดอย่างเคร่งครัด, อย่าหวังดีแบ่งยาให้ผู้อื่น เพราะจะทำให้ได้รับยาไม่ครบตามขนาดทั้งคู่, อย่าเก็บไว้กินครั้งต่อไป เพราะยาอาจหมดอายุ และอย่าใช้ยาปฏิชีวนะตามที่คนอื่นแนะนำ เพราะอาจเป็นอันตรายกับเราได้ค่ะ

ได้ความรู้เรื่อง ยาปฏิชีวนะกันไปเต็ม ๆ แล้ว อย่าลืมนำไปบอกต่อคนรอบข้าง เพื่อส่งต่อความห่วงใยกันด้วยนะคะ และหากท่านผู้อ่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ สามารถส่งจดหมายมาถามเราที่ กลุ่มประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000



“ระบบคุณภาพ”

หนทางรอดของการเข้าสู่

AEC ปี 2015

“ระบบคุณภาพ” เป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะตัดสินว่าการก้าวเข้าสู่การเป็นประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน จะเป็น วิกฤต หรือ โอกาส ของผู้ประกอบการธุรกิจ แต่สำหรับผู้บริโภคแล้วจะเป็นโอกาสที่มีตัวเลือกมากขึ้น ที่จะเข้าถึงสินค้าและบริการที่มีคุณภาพในราคาที่เหมาะสม



เข้ามาอยู่ด้วย และต่อไปก็จะมีการเจรจา “อาเซียน+6” จะมีประเทศจีน เกาหลีใต้ ญี่ปุ่น ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ และ อินเดีย พร้อมทั้งจะก้าวสู่การเป็นกลุ่มเศรษฐกิจที่เข้มแข็งในอันดับต้นๆ ของโลก



ในปี 2015 หรือ พ.ศ.2558 ประเทศไทยพร้อมกับชาติสมาชิกอาเซียนรวม 10 ประเทศ ซึ่งมีประชากรรวมกันประมาณ 500 ล้านคน กำลังจะผนึกกำลังร่วมกัน ก้าวสู่การเป็น “ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน” หรือ ASEAN Economic Community หรือ AEC โดยภายในชาติสมาชิกอาเซียนจะมีการเคลื่อนย้ายสินค้า บริการ การลงทุน แรงงานฝีมือ และเงินทุนที่เสรี และในอนาคต AEC จะเป็น “อาเซียน+3” โดยจะเพิ่มประเทศ จีน เกาหลีใต้ และญี่ปุ่น



ในการรวมกลุ่มกันนี้ “ระบบยา” ของประเทศไทย จึงจำเป็นที่จะต้องมีการเตรียมการปรับตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำ “ระบบคุณภาพ” มาใช้ในกระบวนการผลิต และการบริการ

ในมิติของ “ผลิตภัณฑ์ยา” ซึ่งเป็นสินค้าที่จะต้องมีการเคลื่อนไหวเสรีในระหว่างชาติสมาชิก จึงจำเป็นที่จะต้องมีการเจรจา รวมถึงการปรับปรุงกฎระเบียบ หลักเกณฑ์ต่างๆ ในการขึ้นทะเบียนยา ของชาติสมาชิกให้สอดคล้องกัน เป็นที่ยอมรับในมาตรฐานสินค้าซึ่งกันและกัน เพื่อรองรับการเคลื่อนไหวของสินค้าอย่างเสรี โดยในช่วงวันที่ 2-6 กรกฎาคม 2555



ที่ผ่านมา อย. ได้เป็นเจ้าภาพในการจัดประชุม “คณะกรรมการอาเซียนด้านยาแผนปัจจุบัน ครั้งที่ 19 ภายใต้คณะกรรมการที่ปรึกษาด้านคุณภาพและมาตรฐาน” (The 19th ASEAN Consultative Committee on Standards and Quality - Pharmaceutical Product Working Group (The 19th ACCSQ - PPWG Meeting) ณ โรงแรมเดอะสุโกศลกรุงเทพฯ (สยามซีดี) ถ.ศรีอยุธยา กรุงเทพฯ เพื่อปรับกฎระเบียบหลักเกณฑ์และข้อกำหนดต่าง ๆ เกี่ยวกับการขึ้นทะเบียนตำรับยาภายในภูมิภาคอาเซียนให้สอดคล้องกัน โดยมีผู้เข้าร่วมประชุมเป็นเจ้าหน้าที่ภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการออกกฎระเบียบหลักเกณฑ์ ข้อกำหนดในการขึ้นทะเบียนยา นักวิชาการ ผู้เชี่ยวชาญ ผู้ประกอบการด้านยา ตลอดจนภาคเอกชนที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศ และชาติสมาชิกอาเซียน รวม 450 คน

ซึ่งที่ผ่านมาคณะกรรมการอาเซียนครั้งนี้ได้บรรลุข้อตกลงสำคัญเกี่ยวกับชุดเอกสารที่ใช้ในการยื่นขึ้นทะเบียนตำรับยา อันได้แก่ ASEAN Common Technical Dossier (ACTD), ASEAN Common Technical Requirement (ACTR) และ Technical Guidelines ต่าง ๆ เป็นต้น

ในมิติของ “งานบริการ” โดยเฉพาะการให้บริการของร้านยา สภาเภสัชกรรม สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา สมาคมเภสัชกรรมชุมชน (ประเทศไทย) และกรมเจรจาการค้าระหว่างประเทศ ได้มีการจัดประชุม



วิชาการ “การพัฒนาคุณภาพร้านยาแห่งชาติ ครั้งที่ 2” เนื่องในสัปดาห์เภสัชกรรม 2555 ขึ้น ในวันที่ 24 มิถุนายน 2555 ณ โรงแรมนารายณ์ กรุงเทพฯ ในหัวข้อ “ความร่วมมือสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน(AEC) : ทางรอดหรือทางเลือก” เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เภสัชกร และผู้ประกอบการร้านยาได้ตระหนัก และเห็นถึงความสำคัญของระบบคุณภาพ ที่จะทำให้การดำเนินกิจการร้านยาสามารถก้าวต่อไปได้อย่างมั่นคง ด้วยการทำให้การประกอบวิชาชีพ(Professional Practice) นำสู่


ความสำเร็จในการดำเนินกิจการ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยด้านยาที่ผู้บริโภคจะได้รับเป็นสำคัญ โดยในการประชุมวิชาการครั้งนี้ได้มีการถอดบทเรียนความสำเร็จของ “เดอะกิลด์” หรือ The Pharmacy Guild of Australia ซึ่งเป็นการรวมกลุ่มของ “เภสัชกรชุมชน” หรือ “เภสัชกรร้านยา” ที่สามารถแสดงให้เห็นรัฐบาลออสเตรเลียยอมรับ และนำร้านยาที่เป็นสมาชิกของ “เดอะกิลด์” ซึ่งครอบคลุมกว่าร้อยละ 90 ของร้านยาในประเทศออสเตรเลีย เข้าร่วมดูแลสุขภาพภายใต้หลักประกันสุขภาพของประเทศได้

การรวมอาเซียนเป็นตลาดเดียวกันเท่ากับว่าเราจะมีลูกค้าเพิ่มขึ้นจากประมาณ 64 ล้านคน (ประชากรไทย) เป็นเกือบ 500 ล้านคน (ประชากรประเทศกลุ่มประเทศอาเซียน) แต่ขณะเดียวกันเราก็จะต้องพบกับคู่แข่งที่จะมาจากต่างชาติด้วยเช่นกัน “ระบบคุณภาพ” จึงเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะตัดสินว่าการก้าวเข้าสู่การเป็นประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนจะเป็นวิกฤต หรือ โอกาส ของผู้ประกอบการ แต่สำหรับผู้บริโภคแล้วจะเป็นโอกาสที่มีตัวเลือกมากขึ้น ที่จะเข้าถึงสินค้าและบริการที่มีคุณภาพในราคาที่เหมาะสม



ทำอย่างไร เมื่อถูกยุงกัด



ช่วงฤดูฝนแบบนี้ ปัญหาที่มักกวนใจคุณแม่บ้านคงจะหนีไม่พ้นเรื่อง ‘ยุง’ เพราะฤดูนี้เป็นฤดูแห่งการเพาะพันธุ์และแพร่พันธุ์ของยุงจริง ๆ ไม่ว่าจะนั่งที่ไหน เวลาใด ยุงก็ยังมีมารุมตอมรุมกัด กริดเลือกนารู้ฉบับนี้จึงนำวิธีแก้คันหลังยุงกัดมาฝาก ไปดูกันเลย... 



อันดับแรกควรรู้ก่อนว่า ‘ยุง’ ชอบกัดใคร?... หลายคนมักสงสัยว่าทำไมยุงถึงชอบมารุมกัดแต่ตัวเอง คนที่นั่งอยู่ข้าง ๆ ทำไมไม่ถูกกัดบ้าง จากข้อสงสัยนี้ได้นำไปทำการวิจัยได้ข้อสรุปว่า ยุงมักจะบินไปกัดคนที่มึนเหงื่อมาก และคนที่มือปรางใหญ่ ซึ่งรวมถึงคนที่ห้องด้วย เนื่องจากคนกลุ่มนี้มีการปล่อยแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์จากกระบวนการเผาผลาญของร่างกายออกมามาก จึงเป็นปัจจัยที่ดึงดูดให้ยุงเข้ามากัดได้

ทำไมยุงกัดแล้วต้องคัน?... เนื่องจากระหว่างที่ยุงกำลังดูดเลือดนั้น ยุงจะปล่อยของเหลวที่คนเรียกว่า น้ำลายยุง ออกมาทำปฏิกิริยาเพื่อป้องกัน



เลือดแข็งตัว ซึ่งจะช่วยหยุดเลือดได้ง่าย ในบางคนจะเกิดอาการแพ้

และรู้สึกคันทำให้บริเวณที่ถูกยุงกัดเป็นตุ่ม บวม และแดง

สำหรับวิธีแก้คันและป้องกันการเกิดแผลบวมแดงนั้น ทำได้ไม่ยากเพียงแค่ว่า... เมื่อถูกยุงกัดให้รีบล้างน้ำและถูสบู่บริเวณที่ถูกกัด แล้วใช้ผ้าเย็นหรือเจลเย็นประคบลดบวมและรอยแดง หากยังมีอาการคันให้ใช้วิธีลูบเบาๆ แทนการเกาบริเวณที่ถูกกัด เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อแบคทีเรียที่ติดมากับเล็บจนอาจกลายเป็นแผลอักเสบได้

- แหล่งที่มา : http://www.truelookpanya.com/true/sarapan_detail.php?cms_id=8850
- <http://www.babyandmommyshop.com>
- <http://www.werihuzz.com/2012/06/29/สาเหตุที่เกิดอาการคัน>
- <http://www.clipmass.com/movie/1217706002322589>



การดำเนินกิจกรรมผ่าน Social Media (Facebook อย.น้อย)



กิจกรรม อย. น้อย ทาง facebook อย. ได้มีการเริ่มดำเนินการตั้งแต่ต้นปีงบประมาณ พ.ศ. 2555 และแผนในปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 นี้ ทาง อย. ได้มีกิจกรรมที่น่าสนใจหลายกิจกรรมด้วยกัน ได้แก่

1. “กิจกรรมฟอင့်ด้วยภาพ”

เป็นกิจกรรมส่งเสริมภาพถ่ายเกี่ยวกับฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพที่พบเห็นว่าไม่ถูกต้อง (สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ทุกคน ทุกเพศทุกวัย) ให้ผู้ที่สนใจส่งภาพ (ฉลากอาหาร ยา เครื่องสำอางที่ไม่ถูกต้อง) พร้อมคำชี้แจงด้วยว่าไม่ถูกต้องอย่างไร พบเจอที่ใด ส่งมาที่ Facebook อย. น้อย เพื่อลุ้นรับรางวัล เดือนละ ๕ รางวัล จับรางวัลทุกวันจันทร์แรกของเดือน กิจกรรมนี้จะเริ่มในเดือนตุลาคม 2555 นี้

2. “การตอบคำถามประจำสัปดาห์”

กิจกรรมร่วมสนุกตอบปัญหาเกี่ยวกับ อย. และผลิตภัณฑ์สุขภาพ (สามารถร่วมกิจกรรมได้ทุกคนค่ะ)

ลุ้นรับรางวัลประจำทุกสัปดาห์ ๆ ละ 2 รางวัล ประกาศรายชื่อผู้ได้รับรางวัล และเปลี่ยนคำถามทุกวันจันทร์ เริ่มตั้งแต่เดือนตุลาคม 2555

3. “การประกวดคลิปวิดีโอเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ” (เฉพาะนักเรียน อย. น้อย นะคะ)

คลิปการแสดง/ละคร/เพลงเชิงชวนให้เกิดพฤติกรรมกรรมากรบรโภค ผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ดี ความยาวไม่เกิน 3 นาที เกี่ยวกับเรื่อง

- ⇒ การหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารรสจัด (หวาน มัน เค็ม)
- ⇒ การอ่านฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร ยา เครื่องสำอาง) ก่อนซื้อหรือใช้
- ⇒ การหลีกเลี่ยงการบริโภค

อาหารขยะ หรือบริโภคแต่น้อย

- ⇒ หลีกเลี่ยงการบริโภค น้ำอัดลม หรือบริโภคแต่น้อย
- ⇒ น้ำมันทอดซ้ำ
- ⇒ การโฆษณาโอ้อวดเกินจริง
- ⇒ ฉลากหวาน มัน เค็ม (GDA)

กิจกรรมในข้อ 3 นี้ จะเริ่มประชาสัมพันธ์ กิจกรรมเดือน พฤษภาคม 2556 และให้ส่งคลิปมาที่ Facebook อย.น้อย ในเดือนมิถุนายน-กรกฎาคม 2556 จากนั้นจะคัดเลือกคลิปจากผลการกด Like ใน Facebook มากที่สุด ตามลำดับไม่เกิน 10 เรื่อง และนำมาแสดงให้นักเรียนที่มาร่วมงานมหกรรม อย.น้อย ปี'56 ช่วยกันโหวต

**○ ต่อจากหน้า 1**

8. บริษัท วันไทยอุตสาหกรรม
การอาหาร จำกัด กรุงเทพฯ

9. บริษัท สกายไลน์ เฮลท์แคร์
จำกัด จ.ปทุมธานี

10. บริษัท เสริมสุข จำกัด
(มหาชน) จ.ชลบุรี

11. บริษัท อิมพีเรียลเยนเนอร์ล
ฟูดส์อินดัสทรี จำกัด จ.สมุทรปราการ

12. บริษัท เอฟแอนด์เอ็น
ยูไนเต็ด จำกัด กรุงเทพฯ

ด้านยา จำนวน 6 ราย ได้แก่

1. บริษัท ฟาร์ม่า อินโนวา จำกัด
จ.ปทุมธานี

2. บริษัท ยูนิชั่น จำกัด
จ.ฉะเชิงเทรา

3. บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์
คอสเมติก จำกัด จ.ราชบุรี

4. บริษัท ไปโอแลป จำกัด
จ.สมุทรปราการ

5. บริษัท องค์การเภสัชกรรม-
เมอร์ริเออร์ชีววัตถุ จำกัด จ.ฉะเชิงเทรา

6. บริษัท อ้วยอันไอสด จำกัด
กรุงเทพฯ

ด้านเครื่องสำอาง จำนวน 5 ราย
ได้แก่

1. บริษัท พรอคเตอร์ แอนด์
แกมเบล แมนูแฟคเจอร์ริง (ประเทศไทย)
จำกัด จ.ฉะเชิงเทรา

2. บริษัท เพน ราชเทวี กรุ๊ป
จำกัด (มหาชน) จ.ปทุมธานี

3. บริษัท ไมลอทท์ แลบบอรา
ทอรีส์ จำกัด จ.สมุทรปราการ

4. บริษัท อินเตอร์เนชั่นแนล

แลบบอราทอรีส์ จำกัด จ.สมุทรปราการ

5. บริษัท เอส แอนด์ เจ
อินเตอร์เนชั่นแนล เอนเตอร์ไพรส์
จำกัด (มหาชน) จ.ชลบุรี

ด้านเครื่องมือแพทย์ จำนวน 3 ราย
ได้แก่

1. บริษัท ชัวร์เท็กซ์ จำกัด
จ.สุราษฎร์ธานี

2. บริษัท เอ็ม.อี.นิคคิโซ จำกัด
จ.ฉะเชิงเทรา

3. บริษัท เอ็ม.อี.เมดิเทค จำกัด
กรุงเทพฯ

ด้านวัตถุดิบที่ใช้ในบ้านเรือน
จำนวน 2 ราย ได้แก่

1. บริษัท เซอร์วิวด เคมิคอล
จำกัด (มหาชน) จ.ฉะเชิงเทรา

2. บริษัท ลัดดา จำกัด กรุงเทพฯ

ผลิตภัณฑ์สุขภาพชุมชน จำนวน
4 ราย ได้แก่

1. วิสาหกิจชุมชนมันเกรียบ
สามเหลี่ยมทองคำ จ.เชียงราย

2. วิสาหกิจชุมชนเกษตรกร
บ้านหนองคู จ.ศรีสะเกษ

3. วิสาหกิจชุมชนกลุ่มผู้ผลิต
พืชสมุนไพรบ้านเกาะลอย จ.จันทบุรี

4. วิสาหกิจชุมชนบ้านขนม
ปั้นขลิบเมืองเก่าชัยบุรี จ.พัทลุง

อย.ขอแสดงความยินดีกับ
สถานประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์
สุขภาพที่ได้รับรางวัลทั้ง 32 ราย ขอให้
รักษาความดีนี้ไว้และเป็นแบบอย่างที่ดี
แก่สถานประกอบการรายอื่นต่อไป

พิเศษในปีนี้อย.ได้เพิ่มโครงการ
“ฟื้นฟู ฟื้นฟูไทย สู้ภัยน้ำท่วม” โดย

มอบประกาศนียบัตรให้แก่สถาน
ประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพ
ด้านต่าง ๆ รวมทั้งสิ้น 486 ราย ได้แก่
ด้านอาหาร จำนวน 404 ราย ยา จำนวน
4 ราย เครื่องสำอาง จำนวน 2 ราย
เครื่องมือแพทย์ จำนวน 58 ราย และ
วัตถุดิบที่ใช้ในบ้านเรือน จำนวน
18 ราย เพื่อเป็นกำลังใจในการที่
สถานประกอบการแต่ละแห่งได้ฟื้นฟู
กิจการหลังน้ำท่วมให้กลับมาผลิต
ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีคุณภาพ
มาตรฐานด้วยความรับผิดชอบต่อสังคม
อย.หวังเป็นอย่างยิ่งว่า โครงการดี ๆ เช่นนี้
จะเป็นความหวังและกำลังใจให้แก่
สถานประกอบการผลิตผลิตภัณฑ์
สุขภาพในการประกอบการอย่างมี
คุณธรรมและจริยธรรม นอกจากนี้ ยังจะ
ส่งผลดีไปถึงผู้บริโภคให้ได้บริโภค
ผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพมาตรฐาน
และปลอดภัยอีกด้วย

○ ต่อจากหน้า 13

เหลือเพียง 3 รางวัล รางวัลที่ 1, 2 และ
3 จะได้รับเงินรางวัล 5,000 บาท,
3,000 บาท และ 2,000 บาท ตามลำดับ
สุดท้ายนี้ น้อย ๆ อย.น้อย
สามารถติดตามข่าวสารต่าง ๆ และ
ประมวลภาพงาน “มหกรรม อย.น้อย’55”
ในวันที่ 14 – 16 สิงหาคม 2555
ณ โรงแรม ทีเค พาเลส แจ้งวัฒนะ
กรุงเทพฯ ได้ที่ www.oryornoi.com
www.facebook.com/oryornoi



ประชุมวิชาการงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ ปี 2555

นายวิทยา บุรณศิริ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานการประชุมวิชาการงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ ประจำปี ๒๕๕๕ เรื่อง “Quality Health Product to be SMART toward AEC 2015” ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 19-20 กรกฎาคม 2555



ประชุมคณะกรรมการอาเซียนด้านยาแผนปัจจุบัน ครั้งที่ 19

นพ.สุวิทย์ คนสมบูรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานการประชุม The 19th MEETING OF THE ASEAN CONSULTATIVE COMMITTEE FOR STANDARDS AND QUALITY (ACCSQ) PHARMACEUTICAL PRODUCT WORKING GROUP (PPWG) ณ โรงแรมเดอะสุโกศลกรุงเทพฯ (สยามซิตี้) กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 3 กรกฎาคม 2555

อย. Primary GMP

ภญ.ศรินวล กรกชกร รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมเจ้าหน้าที่ผู้ตรวจประเมินสถานที่ผลิตอาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่ายตามมาตรฐาน Primary GMP ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 23-24 กรกฎาคม 2555



พิธีมอบรางวัล อย. คิวลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555

นพ.สุรวิทย์ คนสมบูรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานในพิธีมอบรางวัล อย. คิวลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555 ให้แก่สถานประกอบการดี จริยธรรมเด่น ด้านกระบวนการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพจากทั่วประเทศ จำนวน 32 ราย ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 18 กรกฎาคม 2555



บุกจับแหล่งลักลอบนำเข้าเครื่องมือแพทย์และเครื่องสำอางผิดกฎหมาย

นพ.นรังสรรค์ พิรกิจ รองเลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วย พ.ต.อ. พฤทธิพงษ์ ประยูรศิริ ผกก. 4 บก.ปคบ. ร่วมกันแถลงข่าว หลังเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับ ตำรวจ ปคบ. บุกจับแหล่งลักลอบนำเข้าเครื่องมือแพทย์และเครื่องสำอางผิดกฎหมาย ย่านดินแดง ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคาร 4 ตึก อย. เมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม 2555