

# ออย. Report

ปีที่ 4 ฉบับที่ 38 ประจำเดือนพฤศจิกายน 2555

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครอง และส่งเสริมการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และสมประโยชน์ มุ่งสู่สังคมสุขภาพดี

www.oryor.com



## 06 พฤติกรรมกับสิ่งร้าย

การ"ติดอาวุธทางปัญญา" ให้แก่ผู้บริโภค อย่างน้อยที่สุดก็ให้ข้อมูลที่ทราบว่ามีพิษ...



10

## "วิตามินซี" ไม่ใช่ขนมเด็ก

ปริมาณของวิตามินซีที่ร่างกายควรได้รับต่อวัน จำแนกตามช่วงอายุ....



12

## ระวัง! อาหารกล่องโฟม

แฟงอันตรายเพื่อความปลอดภัย ควรใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารให้เหมาะสมกับสภาพของอาหาร

**อย. หลงเชื่อ! ไม่โฆษณาผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางอวดอ้างสรรพคุณรักษา**

คุณเคยได้พบเห็นกับบ้างไหม..... โฆษณาเครื่องสำอาง ที่บอกว่าจะสามารถรักษา หรือรักษาโรคต่างๆ

**อย. ขอยกตัวอย่างให้เห็นกันชัด ๆ**

โฆษณาผลิตภัณฑ์ครีมบอว์นอวต "สองงานออยด์" ที่เผยแพร่ทางสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเอกสาร แผ่นพับ ใบปลิว โบ้ตแวกในกล่อง ฉลากข้างกล่องผลิตภัณฑ์ และการโฆษณาทางสื่ออินเตอร์เน็ต รวมทั้งใช้บุคคลในวงการแพทย์ หรือนักวิจัย บรรยายสรรพคุณว่า ผลิตภัณฑ์ "สองงานออยด์" มีส่วนผสมของสารสกัดจากเมล็ดลำไย สามารถช่วยรักษาโรคเชื้อรา เชื้อแบคทีเรีย เชื้อไวรัส ภูมิแพ้ และอาการปวดข้อได้

**อย. ขอบอก "การโฆษณาในลักษณะนี้เป็นการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณเกินจริง และเป็นกระทำที่ผิดกฎหมาย"**

เพราะผลิตภัณฑ์ "สองงานออยด์" จัดแจ้งไว้บนเครื่องสำอาง ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์ที่ใช้เพื่อความสวยงาม หรือความสะอาดในชีวิตประจำวันเท่านั้น ผลิตภัณฑ์ประเภทนี้ไม่มีสรรพคุณในการบำบัด บรรเทา รักษา หรือป้องกันโรคใด ๆ การโฆษณาดังกล่าวเป็นการใช้ข้อความที่โอ้อวด เป็นเท็จ เป็นจริง ทำให้ผู้บริโภคเกิดความเข้าใจผิด ซึ่ง อย. จะได้เร่งดำเนินการตามกฎหมาย

**ฉะนั้น! ผู้บริโภคอย่าได้หลงเชื่อการโฆษณาที่อวดอ้างเกินจริง**

เพราะจะเสียโอกาสในการรักษาโรคอย่างถูกต้อง สิ้นเปลืองเงินทองไปโดยเปล่าประโยชน์

**อย. ขอแจ้งเตือน....**

ผู้ประกอบ อย. ได้เฝ้าระวังผลิตภัณฑ์ที่...  
...ซึ่งจะช่วยให้...

# อย่าหลงเชื่อผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางอวดอ้างรักษาโรค

FDAthai Fda Thai Fda Thai\_Pr

คุ้มครอง ห่วงใย ใส่ใจคุณภาพ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา



**ออย.** Report ฉบับนี้ พบกับเรื่องน่าสนใจในเล่ม เริ่มจาก ออย่าหลงเชื่อ “ลองกานออยด์” อดอ้างรักษาโรค ผู้บริโภคอย่างเรา ๆ ต้องใช้วิจารณญาณนะคะ... **มีตีมาโซว์** เผยโฉมสถานประกอบการผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ได้รางวัล ออย.ควอลิตี้ อวอร์ด ปี 2555 กับสถานประกอบการผลิตภัณฑ์สุขภาพด้านอาหาร ซึ่งได้มีการเสนอมาอย่างต่อเนื่อง ครั้งนี้นับเป็นตอนที่ 3 แล้ว มี 3 บริษัท ด้วยกัน คือ บริษัท เพอร์ซิเดนท์ เบเกอรี่ จำกัด (มหาชน) ผู้คว่ำรางวัล ออย.ควอลิตี้ อวอร์ด 3 ปีซ้อน ต่อมาคือ บริษัท แพชั่นฟู้ด จำกัด และ บริษัท วันไทย อุตสาหกรรมอาหาร จำกัด

พบกับ e-Magazine นิตยสารสำหรับผู้บริโภคคู่มือเลือกซื้อเลือกบริโภค ผลิตภัณฑ์สุขภาพฉบับ online ที่ ออย. เลือกสรรเนื้อหาสาระที่น่าสนใจสอดแทรกเกมความรู้ให้ผู้อ่านมีส่วนร่วม พร้อมของรางวัลเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อเป็นกำลังใจ... สำหรับคอลัมน์กินเป็นใช้เป็น ฉบับนี้ รู้สึกเป็นเกียรติอย่างยิ่งและขอต้อนรับ ว่าที่ ร.ต. วิศิษฐ์ ประวีณวงศ์วุฒิ นักเขียนกิตติมศักดิ์ เจ้าบทเจ้ากลอนของเรา ที่เคยฝากผลงานไว้ในจุลสารสัมพันธ์ ก่อนที่จะปรับเปลี่ยนมาเป็น ออย.Report ในปัจจุบัน เริ่มแรกด้วยเรื่อง “พฤติกรรม กับ สิ่งร้าย” หากตั้งใจในลิสลา ท่านสัญญาว่าจะมีตอนต่อไปอย่างแน่นอน กอง บก. ขอขอบคุณล่วงหน้าค่ะ

**เก็บข่าวเล่าเรื่อง...** เปิดศักราชปีงบประมาณ พ.ศ.2556 นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ ออย.ประเดิมงานปราบปราม จับล็อตใหญ่แหล่งผลิต ขายส่ง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ยา เครื่องสำอางเถื่อน มูลค่ากว่า 2.7 ล้านบาท ตามมาติด ๆ ด้วยการแถลงข่าวบุกทำลายแหล่งผลิตและจำหน่ายน้ำหมักชีวภาพโดยไม่ได้รับอนุญาตและโฆษณาโอ้อวดรักษาโรคต่าง ๆ เช่น เบาหวาน ความดัน หัวใจ และ อดอ้างเสริมสมรรถภาพทางเพศ รวมทั้งยังใช้เป็นยาหยอดตา ซึ่งอย่างหลังนี้อาจทำให้ตาบอดได้ ต่อด้วยการแถลงข่าวการบุกจับคลินิกสายใต้ใหม่แพทย์แผนไทย และ แถลงข่าวจับกุมผู้ลักลอบผลิตเครื่องสำอางยี่ห้อหมอยันยี ซึ่งเป็นเครื่องสำอางปลอม แอบอ้างชื่อ หากสนใจเนื้อหาข่าวฉบับเต็มสามารถเข้าไปอ่านได้ที่เว็บไซต์ [www.fda.moph.go.th](http://www.fda.moph.go.th) คลิกข่าวประชาสัมพันธ์ และคลิกบทแถลงข่าว

**ถามมาตอบไป** รู้จักใช้ “ทีนัท” เสี่ยงแพ้ ปากบวม **รอบรู้เรื่องยา** กับเรื่อง “วิตามินซี” ไม่ใช่ขนมเด็ก นับเป็นเรื่องใกล้ตัวมาก ๆ กับลูกดิฉันเอง เพราะเมื่อพาเขาไปหาหมอที่คลินิกหรือโรงพยาบาลก็จะได้รับวิตามินซีติดมือกลับมาด้วย หรือไม่บางครั้งก็รับเข้าให้ซื้อจากร้านขายยา เราก็เห็นว่าไม่น่าจะเป็นอันตรายอะไร แต่พอได้อ่านบทความเรื่องนี้ก็ทำให้ลูกคิดได้ว่า ตอนนี้ไปต้องควบคุมการรับประทานให้อยู่ในปริมาณที่พอเหมาะ รวมถึงเด็กทั้งหลายก็ต้องอยู่ในความดูแลของผู้ปกครองด้วยนะคะ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้ากับเนื้อหาที่ ๆ สวัสดิ์ค่ะ

### กองบรรณาธิการ

#### วัตถุประสงค์ ออย. Report

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

#### ที่ปรึกษา

- รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา  
**บรรณาธิการ**  
 นางยุพา เตชะรังวิชัย  
**กองบรรณาธิการ**  
 นางสุลดี เวชพิพัฒน์      นางสาวทิพากร มีใจเย็น  
 นายศุภกาญจน์ โภคย์      นางศิริกุล อำพันธ์  
 นางสาวจิตรา เอื้อจิตรบำรุง      นายบุญฤทธิ์ คงทอง  
 นางสาวนีย์ สุขแสนนาน      นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว  
 นายวัชรินทร์ เครือเนียม      นางสาวนิตยา เทียบโพธิ์  
 นางสาวภาภาณี กัทธภานนท์      นางสาวมิตา อนุวัฒน์

นางสาวกรมล พิพัฒน์ภูมิ      นางสาวนระรัตน์ แสนสุข  
 นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์      นายทวาท 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](mailto:fdanews@fda.moph.go.th)  
**พินพท์**  
 สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

# อย่าหลงเชื่อผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง อวดอ้างรักษาโรค

ข้อมูลจากศูนย์เฝ้าระวังและรับเรื่องร้องเรียนผลิตภัณฑ์สุขภาพ อย. ได้สรุปผลการดำเนินการเรื่องร้องเรียนและการเฝ้าระวังโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพทางวิทยุและโทรทัศน์ดาวเทียม ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2554 – 31 กรกฎาคม 2555 ว่ามีเรื่องร้องเรียนจากการโฆษณาทางวิทยุ 45 ครั้ง และโทรทัศน์ดาวเทียม 19 ครั้ง ส่วนการเฝ้าระวังโฆษณาทางวิทยุ พบปัญหาโฆษณาเกินจริงทางวิทยุ 78 ครั้ง และโทรทัศน์ดาวเทียม 219 ครั้ง ซึ่งส่วนใหญ่พบปัญหาการโฆษณาโอ้อวดสรรพคุณผลิตภัณฑ์เสริมอาหารอ้างรักษาโรค บำรุงสุขภาพ มาเป็นอันดับหนึ่ง

จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าปัญหาการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณเกินจริงของผลิตภัณฑ์สุขภาพยังคงเป็นปัญหาที่สำคัญที่ต้องเตือนกันอยู่เสมอสำหรับผลิตภัณฑ์ที่ผิดฝาผิดตัว จดแจ้งเป็นผลิตภัณฑ์อย่างหนึ่ง แต่กลับโฆษณาสรรพคุณเป็นผลิตภัณฑ์อีกอย่างหนึ่งไปซะอย่างนั้น นำไปสู่การร้องเรียนและตรวจสอบการโฆษณาที่ อย. ให้ความสำคัญและเฝ้าระวังเพื่อการคุ้มครองผู้บริโภค ล่าสุด...พบโฆษณาผลิตภัณฑ์ครีมนวดผิวกาย “ลองกานอยด์” ที่เผยแพร่ทางสื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเอกสาร แผ่นพับ ใบปลิว ใบแทรกในกล่อง ฉลากข้างกล่องผลิตภัณฑ์ และการโฆษณาทางสื่ออินเทอร์เน็ต รวมทั้งใช้บุคคลในวงการแพทย์ หรือนักวิจัย บรรยายสรรพคุณว่าผลิตภัณฑ์ “ลองกานอยด์” มีส่วนผสมของสารสกัดจากเมล็ดลำไย



สามารถช่วยรักษาโรคข้อเข่าเสื่อม นิ้วล็อก รูมาตอยด์ และอาการปวดข้อได้

## ขอแจ้งให้ทราบว่า

.....  
การโฆษณาในลักษณะนี้เป็นการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณเกินจริงและเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายเพราะผลิตภัณฑ์ “ลองกานอยด์” จดแจ้งไว้เป็นเครื่องสำอาง ซึ่งเครื่องสำอางเป็น

ผลิตภัณฑ์ที่ใช้เพื่อความสวยงาม หรือความสะอาดในชีวิตประจำวันเท่านั้น ผลิตภัณฑ์ประเภทนี้ไม่มีสรรพคุณในการบำบัด บรรเทา รักษา หรือป้องกันโรคใด ๆ การโฆษณาดังกล่าวเป็นการใช้ข้อความที่โอ้อวด เป็นเท็จเกินจริง ทำให้ผู้บริโภคเกิดความเข้าใจผิดโดยเมื่อเร็ว ๆ นี้ เจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับตำรวจ ปคบ. ได้เคยตรวจจับผลิตภัณฑ์ลองกานอยด์ที่อวดอ้างสรรพคุณดังกล่าว และยึดของกลาง พร้อมดำเนินคดีแล้ว แต่ก็ยังพบการกระทำฝ่าฝืนกฎหมายในเรื่องโฆษณาอีก ซึ่ง อย. จะดำเนินคดีปรับอีกเช่นกันโทษฐานโฆษณาขายยาโดยไม่ได้รับอนุญาต มีโทษปรับไม่เกิน 1 แสนบาท และหากพบยังฝ่าฝืนโฆษณาซ้ำอีก จะนำเข้าคณะกรรมการเพื่อพิจารณาเพิกถอนทะเบียนผลิตภัณฑ์ เครื่องสำอาง

# “รางวัล อย. คิวอลิตี้ อวอร์ด ปี 2555”

## สถานประกอบการด้านอาหาร ตอนที่ 3

มีดีมาโซว์ฉบับนี้ยังคงนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสถานประกอบการด้านอาหารที่ได้รับรางวัล อย. คิวอลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555 ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นสถานประกอบการที่มีทั้งมาตรฐานการผลิตที่ดีและมีความรับผิดชอบต่อสังคม เริ่มจาก....

สถานประกอบการแรก **บริษัท เพรซิเดนท์ เบเกอรี่ จำกัด (มหาชน)** ผู้คว้ารางวัล อย. คิวอลิตี้ อวอร์ด 3 ปีซ้อน เป็นบริษัทสายอาหารในเครือสหพัฒน์ฯ ดำเนินธุรกิจผลิตขนมปังและเบเกอรี่ “เพรซิเดนท์ เบเกอรี่” มีการควบคุมคุณภาพมาตรฐานการผลิตให้เป็นไปตามกระบวนการผลิตที่ดี ตั้งแต่การคัดสรรวัตถุดิบและการควบคุมคุณภาพระหว่างกระบวนการผลิต และเป็นอีกหนึ่งสถานประกอบการที่ดำเนินกิจกรรมเพื่อสังคมอย่างต่อเนื่องทั้งในด้านอาหารและโภชนาการ ได้จัดกิจกรรมให้ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลโภชนาการและ GDA ต่อผู้บริโภค ด้านสาธารณสุขประโยชน์ ได้ร่วมกิจกรรมสาธารณสุขมากมาย ด้านการศึกษาได้ให้ความรู้แก่เยาวชน โดยมีการทำบ้านที่กความร่วมมือกับ อย. ให้ความรู้ด้านโภชนาการ และฉลากโภชนาการในรูปแบบ School Tour จำนวน 200 โรงเรียนทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด และด้านสิ่งแวดล้อม มีการใช้ก๊าซ NGV เป็นเชื้อเพลิงในโรงงานและรถขนส่ง




สถานประกอบการรายที่ 2 ได้แก่ **บริษัท แฟชั่นฟู้ด จำกัด** เปิดดำเนินการเมื่อวันที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2531 ต่อมาได้ขยายกิจการและผลิตสินค้าชนิดใหม่เครื่องหมาย แฟชั่นฟู้ด (Fashion Food Co.,Ltd.) และเอส (YES) ก่อนเพิ่มสายการผลิตบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป โดยใช้เครื่องหมายการค้าเอฟเอฟ (FF) ออกสู่ตลาดในเดือนสิงหาคม ปี 2544 เป็นต้นมา แฟชั่นฟู้ดมีการควบคุมคุณภาพมาตรฐานผลิตภัณฑ์ตั้งแต่เริ่มการรับวัตถุดิบ ขั้นตอนการผลิตไปจนถึงการจัดเก็บและขนส่ง โดยมีหน่วยงานต่าง ๆ ที่มีความรู้และเชี่ยวชาญในการปฏิบัติงานและตรวจสอบคุณภาพทุกขั้นตอน นอกจากนี้ ยังดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์สังคมอย่างต่อเนื่อง โดยส่งเสริมกิจกรรมของนักศึกษามหาวิทยาลัยต่าง ๆ ที่มีการจัดทำกิจกรรมเพื่อสังคม ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ ส่งเสริมทางด้านวัฒนธรรมและด้านสิ่งแวดล้อม เป็นต้น



และ **บริษัท วันไทยอุตสาหกรรมอาหาร จำกัด** จัดตั้งขึ้น เมื่อวันที่ 5 ตุลาคม พ.ศ.2514 เริ่มดำเนินการผลิตตั้งแต่วันที่ 29 พฤษภาคม พ.ศ. 2515 โดยร่วมทุนกับบริษัท อายิโนะโมะไต้ ประเทศญี่ปุ่น ผลิตบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ภายใต้เครื่องหมายการค้าจดทะเบียน “ย่าย่า” มีการควบคุมคุณภาพมาตรฐาน โดยยึดถือนโยบายหลัก 3 ประการเป็นหัวใจในการบริหารงาน คือ Quality การควบคุมคุณภาพ Safety ความปลอดภัย และ Environment การร่วมดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม นอกเหนือไปจากการดำเนินงานอย่างมีคุณภาพแล้ว ยังให้ความสำคัญกับการดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์สังคม โดยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชนรอบข้าง เช่น วัด โรงเรียน ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนองค์กรการกุศล โดยการบริจาคทรัพย์สินและสิ่งของ รวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนทั่วไป เข้ามาเยี่ยมชมโรงงานเพื่อให้ความรู้



ฉบับหน้ามีดีมาโซว์จะพาไปรู้จักกับสถานประกอบการด้านอาหาร 4 รายสุดท้ายที่ได้รับรางวัล อย. คิวอลิตี้ อวอร์ด ประจำปี 2555 อย่าลืมนัดติดตามนะค่ะ 

# e-Magazine ฉบับล่าสุดกับ

[WWW.ORYOR.COM](http://WWW.ORYOR.COM)

กลุ่มเผยแพร่ประชาสัมพันธ์

ในช่วงที่ผ่านมา โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่โอ้อวดเกินจริงได้ถูกร้องเรียนเข้ามาที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาเป็นจำนวนมากที่สุด โดยโฆษณาผลิตภัณฑ์ส่วนใหญ่ มักอ้างว่าสามารถทำให้ผิวขาวขึ้น ช่วยลดความอ้วน ลดไขมันส่วนเกิน หรือรักษาโรคร้ายแรงต่าง ๆ ได้



เหล่านี้ เพียงแค่คลิกเว็บไซต์ [www.oryor.com](http://www.oryor.com) ก็จะได้พบกับ อย. e-Magazine นิตยสารสำหรับผู้บริโภคในการเลือกซื้อ เลือกรับประทานผลิตภัณฑ์สุขภาพฉบับล่าสุด ซึ่งได้รวบรวมข้อมูล ผลิตภัณฑ์ที่กำลังเป็นปัญหาอยู่ในขณะนี้ กับ “คอลัมน์ข่าวเด่น ประเด็นดัง เรื่อง เครื่องสำอางโอ้อวดครีมขาวนมมหัศจรรย์ แก้ไขเสื่อม...อย่าหลงเชื่อ” และ “เรื่อง กาแฟลดความอ้วน...เชื่อได้จริงหรือ?? ในคอลัมน์ Product In trend” และพลาดไม่ได้กับ อินตราจจากไซบูทรามิน ใน Biggest Interview ไม่เพียงแต่สาระเท่านั้นนะคะ ยังมีเกมพร้อมของรางวัลมาให้ได้ร่วมสนุกกันด้วย แต่จะเป็นรางวัลอะไร สนุกแค่ไหน...คลิกเลยคะ

ฉบับนี้เป็นฉบับที่ 2 แล้ว เพื่อน ๆ อย่าลืมเข้ามาอ่าน และให้กำลังใจทีมงานกันนะคะ พวกเราตั้งใจอย่างมากที่จะให้ แฟนคลับ อย.คอม ได้รับทั้งสาระความรู้และความบันเทิงง่าย ๆ เพียงแค่คลิก [www.oryor.com](http://www.oryor.com) เพื่อน ๆ ก็จะไม่พลาดเรื่องเด็ดผลิตภัณฑ์สุขภาพแล้วคะ

สำหรับเพื่อน ๆ คนไหนที่ไม่อยากตกเป็นเหยื่อผลิตภัณฑ์สุขภาพที่โฆษณาอวดอ้าง





# พฤติกรรม กับ **สิ่งเร้า**

การ “ติดตามดูทางปัญญา” ให้แก่ผู้บริโภค อย่างน้อยที่สุดก็ให้ผู้คนทราบว่า โฆษณาอันไหน ควรเชื่อ คนไหนโอ้อวดเกินจริง และยังใช้เป็นข้อมูล ในการตัดสินใจ เลือกซื้อ เลือกบริโภค แต่เป้าหมาย ที่วาดหวังมากกว่านั้นคือ ความพยายามที่จะให้ เกิดการ “ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม” การบริโภค ด้วยซ้ำไป



**ก**องพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค เป็น หน่วยงานในสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ซึ่งพัฒนามาจากงานเดิม คือ “กองเผยแพร่และควบคุมการโฆษณา”

ในอดีตที่ผ่านมา การโฆษณาสินค้าอุปโภค บริโภค มิได้มีกลยุทธ์มากมายเช่นปัจจุบัน สื่อ (media) ต่าง ๆ ที่ใช้ในการโฆษณาก็มีเพียงสื่อวิทยุ โทรทัศน์ และสิ่งพิมพ์ ซึ่งง่ายต่อการควบคุม กำกับ กฎหมายต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการควบคุมการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพ จึงมีเพียงการตรวจติดตามจากสื่อต่าง ๆ ดังกล่าว แต่หากผลิตภัณฑ์ใดที่มีผลกระทบต่อสุขภาพมาก เช่น ยา เครื่องมือแพทย์ ก็จะมีการควบคุมเข้มงวดกว่าผลิตภัณฑ์อื่น โดยบังคับให้ต้องนำข้อความ เรื่องราว หรือภาพต่าง ๆ

ที่ต้องการเผยแพร่มาให้ อย. พิจารณา ก่อนการโฆษณา ซึ่งก็มีความเหมาะสม สำหรับกฎหมายที่บังคับใช้ในปี 2510 เช่น พ.ร.บ.ยา ถ้าจะใช้ศัพท์ให้ทันสมัย ก็เรียกว่า “พอเอาอยู่” ว่าจั้นเถอะ

แต่กาลเวลาที่ผ่านไปเกือบ กึ่งศตวรรษ ทั้งสื่อต่าง ๆ ที่พัฒนาไป อย่างรวดเร็วเป็นอีกโลกหนึ่งคือโลก ไฮเบอร์ที่ไร้ขอบเขต การกำกับดูแล



ด้วยวิธีเดิม ๆ จึงไร้ผล ประกอบกับการขยายตัวทางเศรษฐกิจ จำนวน ผู้ประกอบการ จำนวนผลิตภัณฑ์เพิ่มขึ้น อย่างมากมายมหาศาล การจะไปบังคับ ให้นำข้อความ เนื้อหา มาตรวจก่อนจึง เป็นไปได้ยากและไม่อาจทำได้ด้วย กำลังคนภาครัฐ การเตรียมการรับมือ กับปัญหาดังกล่าว ได้กระทำควบคู่กัน อย่างต่อเนื่อง นั่นคือการเผยแพร่ความรู้ ข้อเท็จจริง และข้อมูลทางสื่อต่าง ๆ



อันเป็นการ “ติดอาวุธทางปัญญา” ให้แก่ ผู้บริโภค อย่างน้อยที่สุดก็ให้ผู้คนทราบว่า โฆษณาอันไหนควรเชื่อ อันไหนโอ้อวด เกินจริงและยังใช้เป็นข้อมูลในการ ตัดสินใจ เลือกซื้อ เลือกบริโภค แต่ เป้าหมายที่วาดหวังมากกว่านั้นคือ ความพยายามที่จะให้เกิดการ “ปรับเปลี่ยน พฤติกรรม” การบริโภคด้วยซ้ำไป ทั้ง ๆ ที่เราทราบดีว่ามีเรื่องง่ายเลย เพราะ “พฤติกรรม” คือการกระทำหรืออาการ

แสดงออกทางกล้ามเนื้อ ความคิดและ ความรู้สึก เพื่อตอบสนองสิ่งเร้า (ลอก มาจากพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตย) ซึ่งตามความเป็นจริง สิ่งเร้า มีมาก สื่อก็มี ทั่วทุกหนทุกแห่ง การจะต่อต้านสิ่งเร้า จึงยากยิ่งกว่าการต้านแรงดึงดูดของโลก แต่เราก็ต้องพยายามมุ่งมั่น พินฉ่า ทำไป ก่อนที่พฤติกรรมเหล่านั้นจะ แปรเปลี่ยนไปเป็นความคุ้นชิน ดังที่คน ชอบพูดว่า “สันดอนขุดได้ สันดาน ขุดยาก” อะไรทำนองนั้น

ที่พูดมาทั้งหมดนี้เป็นเพียง ด้านเดียว คือความพยายามคุ้มครอง ป้องกันผู้บริโภค ซึ่งจะได้ผลอะไรเลย หากผู้บริโภคยังไม่ตระหนักในการ คุ้มครองตัวเอง และยังคงหลงใหลได้ปลื้ม กับความสุขเล็กๆ น้อย ๆ หรือของแถม ที่แทรกมากับกลยุทธ์ในการทำตลาด แต่ก็ขอให้กำลังใจแก่ทุกคนที่ต้องทำ หน้าที่ตรงนี้ เพราะ “พรุ่งนี้” มิใช่ สำหรับแก้ไขข้อผิดพลาดของวันนี้ มิใช่ เพื่อเสริมความผิดพลาดให้สมบูรณ์ เต็มที่...

ขอตอบท้ายด้วย “บทดอกสร้อย” ฝากเด็ก ๆ ยุคกระดานดิจิตอล ขอให้ คิดว่าเป็นส่วนหนึ่งของคอลัมน์ กินเป็น ใช้เป็น ก็แล้วกัน...

เด็กเอ๋ย เด็กน้อย... ความรู้ แม่ไม่ต้อง เจ้าใส่หา  
ถือ เทียบเกิด แ่่นแบน แทนตำรา ไรวีร่า นิวส์มีส์ ังค์ข้อมูล  
ได้ประโยชน์ หลากสถาน แทนการจค แต่อย่าลด เข็มให้มาก ฝากเจ้าหนู  
แม่ก็เกิด โกรธบ้าง ช่างนายทุน ต้องคำรณ ภาษาไทย ให้ชาติเอ๋ย...

ภาพประกอบ : [http://www.familymediawatch.org/images/column\\_1290655273/child-and-tv](http://www.familymediawatch.org/images/column_1290655273/child-and-tv)  
<http://www.matichon.co.th/online/2012/09/13467489811346749015/>  
<http://www.news.hunsa.com/50389-10-นิสัยใช้สมาร์ทโฟนที่ควรเลี่ยง.html>  
<http://www.tablettechnologys.blogspot.com/2012/09/tablet-www.html>

## เปิดศักราชปีงบประมาณ พ.ศ.2556 นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ประเดิมงานปราบปราม จับล็อตใหญ่แหล่งผลิต/ขายส่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ยา เครื่องสำอาง เกือบมูลค่ากว่า 2.7 ลบ.

สวัสดิ์ค๊ะ พบกับการรายงานข่าวฮอต ฮิต ผู้บริโภคควรรู้ ผู้ประกอบการควรทราบ ในแวดวง อย. ที่เก็บข่าว เป็นสื่อกลางนำข่าวมาเล่าเป็นประจำทุกเดือนค๊ะ สำหรับเดือน พ.ย. เก็บข่าววอร์เริ่มต้นด้วยการปรับ คสม. ล่าสุด ซึ่งได้มีการโปรดเกล้าฯ แล้วเมื่อวันที่ 27 ต.ค. 55 โดยในส่วนของกระทรวงสาธารณสุขได้แต่งตั้งให้ นพ.ประดิษฐ สินธวณรงค์ เป็น รมว.สาธารณสุข และ นพ.ชลน่าน ศรีแก้ว เป็น รมช.สาธารณสุข เก็บข่าวก็ขอต้อนรับท่านรัฐมนตรีทั้ง 2 ท่านสู่กระทรวงสาธารณสุข และในเร็ววันนี้พวกเราคงได้รับทราบการแถลงนโยบายของท่านรัฐมนตรี ซึ่งเก็บข่าวก็จะนำผลงานของท่านมารายงานให้ทราบเป็นระยะ ๆ ค๊ะ



**ก**ลับมาที่ อย. กันบ้าง เข้าสู่เดือนที่ 2 แล้วในการรับตำแหน่งเลขาธิการฯ อย. ของ นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข ซึ่งอาทิตย์แรกของการรับตำแหน่งท่านก็เริ่มงานแถลงข่าวการตรวจจับแหล่งผลิตและขายส่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ยา เครื่องสำอางเถื่อน ย่านรามอินทรา โดยร่วมงานกับตำรวจ ปคบ. เข้าจับกุม พบผลิตภัณฑ์เสริมอาหารผิดกฎหมายที่ อย. เคยออกข่าวเตือนห้ามซื้อ ห้ามใช้ ห้ามจำหน่าย ผลิตภัณฑ์อวดสรรพคุณลดความอ้วน เช่น บาซิ คิวกลิมิมิง แคปซูล , แคปซูลลดความอ้วน P57 Hoodia , แคปซูลลดความอ้วน Li Da , กาแฟลดน้ำหนัก Vitaccino เป็นต้น ตรวจพบผลิตภัณฑ์ยาลดความอ้วนที่มีส่วนผสมสารไซบูทรามิน ที่ อย. ได้ยกเลิกทะเบียนตำรับยาแล้ว เพราะมีผลต่อหัวใจได้แก่ ยา Reduce -15 mg , แคปซูลผงบุก Vitamin C 1000 และพบผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางที่ไม่มีฉลากภาษาไทย เช่น NANO GLUTA , ABSOLUTE-4 MEN ACNE TREAT MENS SERUM , REVITALIZER ENZYMATIc TONER เป็นต้น ของกลางมูลค่ากว่า 2.7 ลบ. การแถลงข่าวครั้งนี้เป็นครั้งแรกของ นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย.

ซึ่งได้รับความสนใจจากสื่อมวลชนมาทำข่าวและสัมภาษณ์ท่านในประเด็นต่าง ๆ โดยเฉพาะ นโยบายของท่านในการรับตำแหน่ง เลขาธิการฯ อย. อันดับแรกท่านจะลดขั้นตอนการขึ้นทะเบียนผลิตภัณฑ์สุขภาพ และส่งเสริมผลิตภัณฑ์โอท็อปให้ได้มาตรฐาน Primary GMP ค๊ะ นอกจากนี้ ท่านยังมีแผนในการดำเนินงานคุ้มครองผู้บริโภค ทั้งงานกำกับดูแลผลิตภัณฑ์ก่อนออกสู่ท้องตลาดและหลังจากที่ได้วางขายในท้องตลาดแล้ว โดยท่านให้ความสำคัญในความปลอดภัยของผู้บริโภค พร้อมกับสนับสนุนให้ผู้ประกอบการมีความพร้อมในการแข่งขันกับผลิตภัณฑ์ที่มาจากประเทศอื่น ๆ ในระยะยาว เพื่อเตรียมความพร้อมก้าวเข้าสู่ AEC ในปี 2558 ด้วยยังไม่จบเท่านั้นนะค๊ะ อย. ยังจัดให้มีการแถลงข่าวการตรวจจับอีก 2 ครั้ง เริ่มด้วยการบุกหลายแหล่งผลิตและจำหน่ายน้ำหมัก โดยไม่ได้รับอนุญาต และโฆษณาโอ้อวดรักษาสารพัดโรค ย่านทุ่งครุ พบขวดน้ำหมักชีวภาพ อวดสรรพคุณรักษาโรคเบาหวาน ความดัน บำรุงหัวใจ , พบน้ำหมักแบบเป็นวุ้นอวดสรรพคุณเสริมสมรรถภาพทางเพศ และพบยาหยอดตาทำจากน้ำหมัก (รับมาจากแหล่งอื่นขายให้ลูกค้า) งานนี้แถลงข่าวกัน สถานที่กระทำผิดกฎหมาย โดยเลขาธิการฯ เป็นประธานการแถลงข่าวพร้อมด้วย พ.ต.อ.ปัญญา ปิ่นสุข รอง ผบ. ปคบ. เก็บข่าวขอเตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อโฆษณารักษาโรคของน้ำหมักชีวภาพ ไม่ว่าจะผลิตจากแหล่งใด ๆ ก็ตาม เพราะเป็นการกระทำเข้าข่ายหลอกลวงผู้บริโภค มีการโฆษณาเกินจริง โดยเฉพาะอย่าได้

หลงเชื่อซื้อยาหยอดตาที่ทำจากน้ำหมักเด็ดขาด เพราะมีความเป็นกรดสูง มีการปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์ อาจทำให้ตาบอดได้ ผাগเตือนบอกต่อ ๆ กันไปด้วยนะค๊ะ

และอีกหนึ่งผลงานที่ได้มีการแถลงข่าวในช่วงสัปดาห์เดียวกัน คือ การบุกจับคลินิกสายใต้ใหม่แพทย์แผนไทย ย่านสายใต้ใหม่ พบยาสมุนไพรที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยาบรรจขวดพลาสติกและบรรจุซองใส หลากหลายชนิด ฉลากแสดงสรรพคุณรักษาสารพัดโรค ไม่ว่าจะเป็นการช่วย ถ่ายสารพิษ ถ่ายพิษมะเร็ง ถ่ายโรคอัมพฤกษ์ แก้หอบหืด เสริมสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น พร้อมกับได้แถลงข่าวการจับกุมผู้ลักลอบผลิตเครื่องสำอางระบุยี่ห้อหมอยันฮี ซึ่งเป็นการแอบอ้างชื่อโรงพยาบาล โดยทางโรงพยาบาลไม่ทราบเรื่อง ขอให้ผู้บริโภคระวังการเลือกซื้อเลือกใช้เครื่องสำอางด้วยค๊ะ หากเป็นเครื่องสำอางปลอม ส่วนใหญ่จะพบการผสมสารห้ามใช้ในเครื่องสำอาง จะทำให้เกิดอาการแพ้ เกิดพิษสะสมในร่างกาย เป็นฝ้าฉาบฉวย ผื่นแพ้ เกิดการอักเสบได้..

ฉบับนี้ เน้นเล่าข่าวการตรวจจับผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมาย เพื่อเตือนภัยผู้บริโภคค๊ะ เนื้อที่เล่าข่าวหมดแล้ว เก็บข่าวไม่ลืมนำเรื่องความร่วมมือของ อย. ในการก้าวเข้าสู่ AEC มาเล่าให้ทราบในฉบับหน้าติดตามอ่านกันได้.. สุขภาพดี ชีวิตมีสุขกันทุกท่านค๊ะ

ดนิตา เทียบโพธิ์  
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค  
(Danita@fda.moph.go.th)



## รู้จักใช้ “ทินท์” เลี่ยงแพ้ ปากบวม

“ทินท์” เครื่องสำอางที่ได้รับความนิยมจากสาว ๆ วัยรุ่นอย่างต่อเนื่อง เพราะหาซื้อง่าย ราคาไม่แพง มีสีให้เลือกหลากหลาย จนอดหวังไม่ได้ว่า จะมีคุณภาพและความปลอดภัยหรือไม่อย่างกรณีนี้...



**Q** ● เมื่อไม่นานมานี้ ดิฉันไปซื้อของ  
● ที่ตลาดนัด สังเกตเห็นสาว ๆ วัยรุ่นกลุ่มหนึ่งกำลังเลือกซื้อน้ำสีแดง ๆ ทาปาก ดิฉันได้ยินคนขายเรียกว่า “ทินท์” เขาบอกว่า ทาปากแล้วจะทำให้ปากเป็นสีชมพู ดูธรรมชาติ สดชื่นนาน และราคาไม่แพงอีกด้วย แต่เท่าที่ดิฉันดูลักษณะของทินท์แล้ว ไม่น่าจะปลอดภัย จึงขอเรียนถาม อย. ว่า เครื่องสำอางทินท์ต้องผ่าน อย. หรือไม่ และหากใช้ของที่ไม่ได้มาตรฐานจะเป็นอันตรายอย่างไร เพื่อดิฉันจะได้นำไปบอกต่อลูกหลานได้ค่ะ

**A** ● “ทินท์” เครื่องสำอางทาริมฝีปาก  
● ที่มีลักษณะเป็นน้ำใสสีแดง ยังคงครองใจและได้รับความนิยมจากบรรดาสาว ๆ วัยรุ่นที่ต้องการให้ริมฝีปากมีสีชมพูระเรื่อ แลดูมีสุขภาพดี เนื่องจากหาซื้อง่าย ตามแผงลอย หรือตลาดนัด อีกทั้งราคาไม่แพง แถมมีสีให้เลือกมากมายหลายระดับความเข้มของสี...

ด้วยกระแสความนิยมในผลิตภัณฑ์ทินท์ของวัยรุ่นนี้เอง จึงอาจทำให้มีการลักลอบผลิตผลิตภัณฑ์ทินท์ที่ไม่ได้มาตรฐานขึ้นมา โดยไม่ผ่านการจดแจ้ง

จาก อย. หรือใช้สีไม่ได้มาตรฐาน หรือใช้สีห้ามใช้ เพื่อตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น โดยลืมนำถึงความปลอดภัยของผู้บริโภค เนื่องจากผู้ใช้อาจได้รับอันตรายจากการกลืนกินโลหะหนักที่ปนเปื้อนอยู่ในสีของทินท์ อาทิ ตะกั่วปรอท แคดเมียม โดยโลหะหนักเหล่านี้จะก่อให้เกิดอาการระคายเคืองอย่างรุนแรง ตั้งแต่มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน



ตาพร่ามัว หรือทำให้ริมฝีปากปวดแสบปวดร้อน คัน แห่แดง บวม และลอกเป็นขุยได้

อันที่จริง... ผลิตภัณฑ์ “ทินท์” เป็นเครื่องสำอางควบคุม โดยสีที่เป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์จะต้องเป็นสีที่ได้รับอนุญาตให้ใช้ได้เครื่องสำอาง ซึ่งผู้ผลิตหรือนำเข้าจะต้องจดแจ้งต่อสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด(สสจ.) เสียก่อน ดังนั้น ในการ

เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ทินท์ ขอให้สังเกตและอ่านฉลากผลิตภัณฑ์ก่อนตัดสินใจซื้อ โดยฉลากจะต้องแสดงชื่อการค้า ชื่อเครื่องสำอาง ประเภทหรือชนิดของเครื่องสำอาง ชื่อของสารทุกชนิดที่ใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตเครื่องสำอาง วิธีใช้เครื่องสำอาง ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิตหรือนำเข้า ชื่อผู้ผลิตและประเทศที่ผลิต กรณีเป็นเครื่องสำอางนำเข้า ปริมาณสุทธิ เลขที่แสดงครั้งที่ผลิต เดือน / ปีที่ผลิต เดือน / ปีที่หมดอายุ (ในกรณีที่เครื่องสำอางที่มีอายุการใช้น้อยกว่า 30 เดือน) ค่าเตือน(ถ้ามี) และที่สำคัญต้องแสดงเลขที่ใบรับแจ้งบรรณฉลาก หรือกล่องผลิตภัณฑ์

ได้ความรู้เกี่ยวกับ “ทินท์” แล้วอย่าลืมนำไปบอกต่อลูกหลานด้วยนะคะ และหากท่านผู้อ่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ สามารถส่งจดหมายมาถามเราที่ กลุ่มเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 เรารอคำถามของท่านอยู่ค่ะ Q&A

# “วิตามินซี” ไม่ใช่ขนมเด็ก

‘ด้วยเพราะเด็กอาจจะเข้าใจผิดว่า “วิตามินซี” คือ ขนม หรือผู้ปกครองอาจเข้าใจว่าจะเกิดประโยชน์กับเด็ก แต่ข้อเท็จจริงนั้นอาจจะเกิดอันตรายกับเด็กได้ หากได้รับวิตามินซีเข้าไปในปริมาณมาก’



**6** เมื่อเราไปร้านขายยา หลายครั้งมักพบว่าเด็กจะร้องขอซื้อ “วิตามินซี” ที่ทางร้านขายยาแบ่งใส่เป็นถุง ๆ ไว้ มีหลากหลายให้เลือก เช่น รสส้ม รสขุ่น รสสับปะรด เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่เสี่ยงอันตรายต่อเด็กมากกว่าที่จะเป็นประโยชน์หากผู้ปกครองไม่ควบคุมการรับประทานของเด็ก

ด้วยเพราะเด็กอาจจะเข้าใจผิดว่า “วิตามินซี” คือ ขนม หรือผู้ปกครองอาจเข้าใจว่าจะเกิดประโยชน์กับเด็ก แต่ข้อเท็จจริงนั้นอาจจะเกิดอันตรายกับเด็กได้หากได้รับวิตามินซีเข้าไปในปริมาณมาก

ปริมาณของวิตามินซีที่ร่างกายควรได้รับต่อวัน(Recommended Dietary Allowance : RDA) จำแนกตามช่วงอายุเป็นดังนี้

ช่วงอายุ	ขนาดที่แนะนำต่อวัน (มิลลิกรัม)	จำนวนเม็ดต่อวัน (เทียบกับวิตามินซี ขนาด 50 มิลลิกรัมต่อเม็ด)
0 – 6 เดือน	40	0.8
7 – 12 เดือน	50	1
1 – 3 ปี	15	0.3
4 – 8 ปี	25	0.5
9 – 13 ปี	45	0.9
14 – 18 ปี (ผู้ชาย)	75	1.5
(ผู้หญิง)	65	1.3
19 ปี ขึ้นไป (ผู้ชาย)	90	1.8
(ผู้หญิง)	75	1.5
หญิงมีครรภ์	80 – 85	1.6 – 1.7
หญิงในระยะให้นมบุตร	115 - 120	2.3 – 2.4

ที่มา : Recommended Dietary Allowance (RDA) updated by US Food and Nutrition Board, IOM, in 2000.



จึงสามารถขับวิตามินส่วนเกินออกได้ทางปัสสาวะ แต่การได้รับวิตามินซีในขนาดที่สูง(มากกว่า 100 มิลลิกรัมต่อน้ำหนักร่างกาย 1 กิโลกรัม ต่อวัน) จะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดนิ่วในทางเดินปัสสาวะได้ จึงมีข้อแนะนำให้มีการดื่มน้ำมาก ๆ สำหรับผู้ที่ได้รับวิตามินซีในขนาดสูงเพื่อลดความเสี่ยงในการเกิดนิ่ว อนึ่ง ด้วยยาเม็ดวิตามินซีมีความเป็นกรด และมีน้ำตาลสูง การที่อมและเคี้ยวจึงเป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดฟันผุในเด็กด้วย

วิตามินซีที่มีการแบ่งขายทั่วไปมีหลายขนาด ตั้งแต่ 25 - 100 มิลลิกรัมต่อเม็ด โดยมากในร้านขายยาจะเป็นเม็ดขนาด 50 มิลลิกรัมต่อเม็ด จากตารางข้างต้น จึงเท่ากับว่าการรับประทานเพียง 1 เม็ดต่อวัน ก็เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายต่อวันในเด็กแล้ว

พรัองเอนไซม์ จี-6-พีดี โดยจะมีผลให้เกิดภาวะโลหิตจางจากเม็ดโลหิตแดงแตก(Hemolytic anemia) ได้

โดยทั่วไปการที่ร่างกายได้รับวิตามินซีในขนาดที่สูงกว่าขนาดที่แนะนำต่อวันจะไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายเนื่องจาก วิตามินซี เป็น



การได้รับวิตามินซีในขนาดสูงต้องระวังเป็นพิเศษในเด็กที่มีภาวะ

วิตามินที่มีคุณสมบัติในการละลายน้ำ (Water- soluble vitamin) ร่างกาย

จากข้อมูลข้างต้น ผู้ปกครองจึงควรควบคุมให้เด็กได้รับวิตามินซีในปริมาณที่เหมาะสม เพื่อป้องกันฟันผุและอันตรายอื่น ๆ ที่จะตามมาได้ เพราะ “วิตามินซี” เป็น ยา ไม่ใช่ขนมเด็ก



# ระวัง! อาหารกล่องโฟม บ่งภัยร้าย



ภาชนะใส่อาหารอย่าง ‘โฟม’ เข้ามามีบทบาทในการดำเนินชีวิตประจำวันของเรามากขึ้น เหตุเพราะสะดวกสบาย ราคาไม่แพง ใช้แล้วทิ้งได้เลย สังกัดได้จากพ่อค้าแม่ค้าที่ขายอาหารส่วนใหญ่ มักจะใช้ภาชนะโฟมใส่อาหาร ไม่ว่าจะเป็อาหารร้อนหรือเย็น โดยที่ไม่รู้เลยว่า สารที่อยู่ในภาชนะโฟม นั้นอาจก่อให้เกิดพิษสะสมในร่างกายได้



“ภาชนะโฟม” ทำมาจากพลาสติกชนิดที่มีชื่อว่า โพลีสไตรีน โฟม (Polystyrene Foam หรือ PS foam หรือ Styrofoam) ซึ่งเป็นสารโพลิเมอร์ (polymer) จำพวกหนึ่ง เมื่อนำมาบรรจุ


ออกมาปนเปื้อนกับอาหารที่บรรจุอยู่ในภาชนะโฟมได้ โดยการละลายของสารสไตรีนจะมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

1. อุณหภูมิของอาหารที่บรรจุ
2. ปริมาณไขมันในอาหาร
3. ระยะเวลาที่ภาชนะโฟม



สัมผัสอาหาร

ดังนั้น เพื่อความปลอดภัย ควรใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารให้เหมาะสมกับสภาพของอาหาร เช่น ไม่ควรใช้บรรจุอาหารที่ร้อนจัด โดยเฉพาะอาหารทอดด้วยน้ำมัน เพราะสารสไตรีนจะละลายได้ดีในน้ำมัน ไม่ควรนำ

อาหารที่บรรจุในภาชนะโฟมมาอุ่นในเตาไมโครเวฟเพราะอาจทำให้กล่องโฟมละลาย และไม่ควรมานำภาชนะโฟมที่ใช้แล้วกลับมาใช้ซ้ำ เพราะอาจเกิดการละลายของสารเคมีที่อาจก่อให้เกิดสารพิษสะสมและเป็นอันตรายต่อสุขภาพ 



อาหารที่มีไขมันสูง หรืออาหารร้อน ๆ อาจทำให้เกิดการหลอมละลายของ “สารสไตรีน” ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็ง

แหล่งที่มา : <http://www.dmsc.moph.go.th/webroot/secretary/Homepage/news48/november/9.htm>  
<http://www.oknation.net/blog/print.php?id=8004471>  
<http://www.eiei.net/roaddata/2010/09/เดือน-สารพิษที่มากับพลา/attachment/8671>

# การมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานของ อย.



ภาพบรรยากาศการการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง อันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ และการโฆษณาที่ไม่ถูกต้อง วันที่ 30-31 พฤษภาคม 2555

ต่อจากฉบับที่แล้ว คณะทำงานภาคประชาชน ได้มีการประชุมต่อเนื่องเป็นประจำทุกเดือน เพื่อติดตามและรายงานความคืบหน้ากิจกรรมที่ร่วมกันดำเนินการตามแผน โดยการประชุมคณะทำงานภาคประชาชนครั้งสุดท้ายเป็นครั้งที่ 7 ประชุมในเดือนสิงหาคม 2555

ทั้งนี้คณะทำงานภาคประชาชน ได้มีการดำเนินกิจกรรมภายใต้โครงการเสริมสร้างความรู้สู่ภัยน้ำมันทอดซ้ำ รู้ทันโฆษณาที่ไม่ถูกต้อง เริ่มตั้งแต่มีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง อันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ และการโฆษณาที่ไม่ถูกต้อง ในวันที่ 30-31 พฤษภาคม 2555 ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน ถนนวิภาวดีรังสิต ดอนเมือง กรุงเทพฯ โดยมีคณะทำงานภาคประชาชน และเครือข่าย รวม 83 คน เข้ารับการอบรม

นอกจากนี้คณะทำงานภาคประชาชนได้ร่วมกันดำเนินการเผยแพร่สื่อความรู้ประเภทต่าง ๆ ประกอบด้วย แผ่นพับ คู่มือ โปสเตอร์ ซีดีความรู้ ผ่านกิจกรรมการจัดประชุม การสัมมนา การจัดส่งเอกสารให้แก่สมาชิกและเครือข่าย รวมทั้งเผยแพร่แผ่นพับความรู้เกี่ยวกับน้ำมันทอดซ้ำแก่ร้านค้า, เผยแพร่ความรู้แก่เครือข่ายผ่านจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ การเสนอข้อมูลความรู้

ผ่านสถานีวิทยุชุมชน เสียงตามสาย ในโรงเรียน สถาบันการศึกษา และในชุมชน, รมรงค์ทาง Social network หรือเว็บไซต์, จัดบอร์ดความรู้, เปิด CD และโฆษณาประชาสัมพันธ์, เผยแพร่ในหนังสือพิมพ์ หรือวารสารของหน่วยงาน, สอดแทรกในรายวิชา และจัดกิจกรรมในชุมชนเพื่อให้ความรู้แก่สมาชิกชุมชน รวมทั้งได้ผลิตสื่อความรู้ประเภทวีซีดีและดีวีดีใช้สนับสนุนการดำเนินงาน และมีเครือข่ายคณะทำงานฯ ดำเนินกิจกรรมเพิ่มเติมเกี่ยวกับการเฝ้าระวังข้อมูลการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพและการเฝ้าระวังการใช้ น้ำมันทอดซ้ำของร้านค้า

ภาพบรรยากาศการดำเนินกิจกรรมของคณะทำงาน และเครือข่าย ดังนี้



1. เครือข่ายของคณะทำงานฯ ที่เป็นนักเรียนแกนนำ อย.น้อย โรงเรียนสตรีนันทบุรี เผยแพร่เรื่องอันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำในการประชุมผู้ปกครองกลุ่มเป้าหมายที่รับการอบรม คือ ผู้ปกครองนักเรียน และบุคลากรในโรงเรียน



2. เครือข่ายของคณะทำงานฯ ที่เป็นนักเรียนแกนนำ อย.น้อย โรงเรียนสตรีนันทบุรี และอาจารย์ที่ปรึกษาเผยแพร่เรื่องอันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ ในการอบรมผู้ประกอบการร้านค้า จำนวน 40 คน พร้อมสาธิตการใช้ชุดตรวจสอบน้ำมันทอดซ้ำ ในการตรวจคุณภาพน้ำมันที่สุ่มเก็บจากร้านค้าโดยเป็นน้ำมันใช้แล้ว



3. เครือข่ายของคณะทำงานฯ ที่เป็นนักศึกษาภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหารมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต จัดบูทเผยแพร่ข้อมูลและแจกเอกสารเรื่อง “ภัยน้ำมันทอดซ้ำ” บริเวณหน้าโรงอาหารกลางมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

## ○ ต่อจากหน้า 3

ดังกล่าวนี้ต่อไป **ฉะนั้น! ผู้บริโภคอย่าได้หลงเชื่อการโฆษณาที่โอ้อวดเกินจริง** เพราะจะเสียโอกาสในการรักษาโรคอย่างถูกต้อง สิ้นเปลืองเงินทองโดยเปล่าประโยชน์ และอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

## ทุกฝ่ายมีส่วนช่วยได้ดังนี้

**ผู้ประกอบการ** อย่าได้โฆษณาผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางโดยอวดอ้างสรรพคุณทางยา เพราะนอกจากจะมีความผิดฐานโฆษณาเครื่องสำอางเป็นเท็จ เกินจริงแล้ว จะเข้าข่ายเป็นการโฆษณายาโดยไม่ได้รับอนุญาต มีโทษปรับไม่เกิน 1 แสนบาท และอาจถูกเพิกถอนใบรับแจ้งเครื่องสำอางอีกด้วย

**ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา และสื่อต่าง ๆ** ยุติการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพในลักษณะอวดอ้างสรรพคุณเกินจริง เพราะท่านจะมีความผิดต้องได้รับโทษตามกฎหมาย

## ขอความร่วมมือ.....

**นักวิจัย นักวิชาการ และสถาบันวิจัยต่าง ๆ** ระมัดระวังการให้ข้อมูลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ ซึ่งมักมีการนำไปโฆษณาขยายผลจนเกินจริง ทำให้ผู้บริโภคเกิดความเข้าใจผิดเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ 🙏

## ○ ต่อจากหน้า 13



4. การประชาสัมพันธ์ เรื่อง “ภัยน้ำมันทอดซ้ำ” โดยเครือข่ายของคณะทำงานฯ ที่เป็น นักศึกษา ภาควิชาวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี

การอาหาร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิตผ่านหนังสือพิมพ์ธรรมศาสตร์ ซึ่งเป็นหนังสือพิมพ์ที่แจกทั่วมหาวิทยาลัย



5. เครือข่ายของคณะทำงานฯ ที่เป็น นักศึกษาภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต การเผยแพร่ข้อมูลและแจกเอกสารเรื่อง “โฆษณากล่าวอ้างเกินจริง” และเรื่อง “อันตรายจากน้ำมันทอดซ้ำ” แก่ผู้ประกอบการอาหารทอดบริเวณตลาดนัดธรรมศาสตร์



6. คณะทำงานฯ จากภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต จัดกิจกรรมการตรวจสอบน้ำมันของผู้ผลิตและผู้ประกอบการร้านอาหารที่จำหน่ายของทอดภายในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยใช้ชุดทดสอบน้ำมันทอดซ้ำ โดยทำการตรวจสอบคุณภาพน้ำมันเป็นเวลา 5 วันเพื่อเป็นแนวทางการเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้้ำมันให้กับผู้ประกอบการ และมอบป้ายสำหรับร้านที่ใช้้ำมันทอดอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน



7. เครือข่ายของคณะทำงานฯ จากสมาคมสันนิบาตเทศบาลแห่งประเทศไทย ที่เป็นแกนนำชุมชนตีอินทร์พัฒนา จ.พิษณุโลก เผยแพร่ความรู้เรื่อง น้ำมันทอดซ้ำ โฆษณาที่ไม่ถูกต้องในการอบรม อสม. ต่อเนื่อง รวม อสม. 54 ชุมชน ณ ศูนย์สุขภาพชุมชนประชาอุทิศ



8. แกนนำชุมชนตีอินทร์พัฒนา จ.พิษณุโลก ดำเนินการเฝ้าระวังร้านค้าแผงลอยที่จำหน่ายอาหารทอดในชุมชนตีอินทร์พัฒนา โดยใช้ชุดทดสอบน้ำมันทอดซ้ำ



9. แกนนำชุมชนตีอินทร์พัฒนา จ.พิษณุโลก รวบรวมน้ำมันทอดซ้ำในครัวเรือนและร้านค้าในชุมชน เพื่อป้องกันการทิ้งลงท่อระบาย

ท่านที่สนใจสามารถติดตามความก้าวหน้าของโครงการ และผลการดำเนินงานที่ผ่านมาของคณะทำงานภาคประชาชน ได้ที่ (<http://www.fda.moph.go.th/prac/watch/pcc.shtml>)

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ 🌈



**ตรวจเยี่ยม  
กองพัฒนาศักยภาพ  
ผู้บริโภคร**



นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ตรวจเยี่ยม  
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภคร (กอง พศ.) เนื่องในโอกาสเข้ารับ  
ตำแหน่งเลขาธิการฯ อย. และมอบนโยบาย ณ ห้องประชุม  
กอง พศ. อาคาร 5 ชั้น 6 ตึก อย. เมื่อวันที่ 12 ตุลาคม 2555



**ตรวจเยี่ยมกองส่งเสริม  
งานคุ้มครองผู้บริโภค  
ด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ  
ในส่วนภูมิภาคและท้องถิ่น**



นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ตรวจเยี่ยม  
กองส่งเสริมงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ  
ในส่วนภูมิภาคและท้องถิ่น (กอง คบ.) เนื่องในโอกาสเข้ารับ  
ตำแหน่งเลขาธิการฯ อย. และมอบนโยบาย ณ ห้องประชุมกอง  
คบ. อาคาร 3 ชั้น 5 ตึก อย. เมื่อวันที่ 24 ตุลาคม 2555



## ต้อนรับคณะ Vietnam Food Administration (VFA) ศึกษาดูงาน

ภญ.ดร.ยุพิน ลาวัณย์ประเสริฐ ผู้ทรงคุณวุฒิฯ อย. ให้การต้อนรับคณะ Vietnam Food Administration (VFA), Ministry of Public Health นำโดย Dr.Iran Quang Trung, Director-General of Food Administration Department เนื่องในโอกาสศึกษาดูงานด้าน Food Safety Management ที่กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ และสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ณ ห้องประชุม 2 ชั้น 6 อาคารกลุ่มเงินทุนหมุนเวียนยาเสพติด อย. เมื่อวันที่ 30 ตุลาคม 2555



## บุกตลาดยาแผนโบราณเครื่องสำอางสมุนไพร หลอกหลวงผู้บริโภค

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วย พ.ต.อ.ปัญญา ปิ่นสุข รอง ผบก.ปคบ.และ พ.ต.อ.พฤทธิพงษ์ ประยูรศิริ ผกก. 4 บก.ปคบ. ร่วมกันแถลงข่าว หลังเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับ ตำรวจ บก.ปคบ. บุกจับคลินิกสายใต้ใหม่แพทย์แผนไทย เลขที่ 147/169 ถ.บรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กทม. ลักลอบขายยาสมุนไพรผิดกฎหมาย ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคาร 4 ตึก อย. เมื่อวันที่ 16 ตุลาคม 2555



## บุกตลาดแหล่งผลิตและจำหน่ายน้ำหมักผิดกฎหมาย อวดอ้างรักษาโรค

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วย ภญ.ศรีนวล กรกชกร รองเลขาธิการฯ อย. พ.ต.อ.ปัญญา ปิ่นสุข รอง ผบก.ปคบ.และ พ.ต.อ.พฤทธิพงษ์ ประยูรศิริ ผกก. 4 บก.ปคบ. ร่วมกันแถลงข่าว หลังเจ้าหน้าที่ตำรวจ บก.ปคบ. ร่วมกับ เจ้าหน้าที่ อย. บุกจับแหล่งผลิตและจำหน่ายน้ำหมักผิดกฎหมาย และโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณเกินจริง ณ บ้านเลขที่ 419/1185 หมู่บ้าน สยามนิเวศน์ ซ.5 ถ. ประชาอุทิศ แขวง/เขตทุ่งครุ กทม. เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม 2555