

อย. Report

ปีที่ 4 ฉบับที่ 48 ประจำเดือนกันยายน 2556

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครอง และส่งเสริมการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และสมประโยชน์ มุ่งสู่สังคมสุขภาพดี

ISSN 2286-9093

www.oryor.com



อย. เปิดตัว “Oryor Smart Application” ความรู้ผลิตภัณฑ์สุขภาพบนมือถือ พร้อมแล้ว ดาวน์โหลด ฟรี ทั้งระบบ iOS และ Android...

03



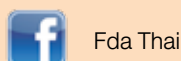
รู้จักเลือก รู้จักใช้ เครื่องสำอาง อย่างปลอดภัย เลือกซื้อ เลือกใช้ เครื่องสำอาง อย่างไร จึงจะ ปลอดภัย...

06



มาตรฐาน GMP ยาแผนปัจจุบัน ก้าวสำคัญ ในการ เตรียมพร้อมสู่ AEC มาตรฐาน GMP ของไทย เป็นมาตรฐาน GMP-PIC/S...

10



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข

ร.ม.ว.ส.ร. ตรวจสอบ อย.
และมอบนโยบายการดำเนินงาน
คุ้มครองผู้บริโภค



ผ่านพ้นไปด้วยดีครับ สำหรับการตรวจเยี่ยมสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาของท่าน รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข นพ.ประดิษฐ สินธวณรงค์ และคณะผู้บริหารระดับสูงของกระทรวงสาธารณสุข ในวันจันทร์ที่ 19 ส.ค. 2556 โดยในการตรวจเยี่ยมสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาครั้งนี้ ท่าน รมว.สธ. ได้เยี่ยมชมการปฏิบัติงานของศูนย์บริการผลิตภัณฑ์สุขภาพเบ็ดเสร็จ (OSSC) , ศูนย์เฝ้าระวังและรับเรื่องร้องเรียนผลิตภัณฑ์สุขภาพ และรับฟังบรรยายสรุปภารกิจที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาได้ดำเนินงานไปแล้วและแนวทางที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาจะปฏิบัติต่อไปในปีงบประมาณ พ.ศ.2557 โดยท่าน รมว.สธ. ได้กล่าวชื่นชมผลการปฏิบัติงานของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาว่า มีมากมายและควรสื่อสารให้บุคคลภายนอกได้รับรู้มากขึ้น อนึ่งนโยบายที่ท่าน รมว.สธ. มอบให้แก่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประการหนึ่ง คือ เรื่องการพิจารณาไม่ออกใบอนุญาตให้แก่ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สุขภาพชนิดต่าง ๆ ควรต้องให้ผู้บริษัฯ ตั้งระดับรองเลขานุการฯ ออ. เป็นผู้พิจารณาและควรชี้แจงให้ผู้ประกอบการเข้าใจโดยชัดเจนว่าไม่สามารถออกใบอนุญาตให้ได้เนื่องจากเหตุผลใด โดยท่าน รมว.สธ. ได้แจ้งว่าจะมาตรวจเยี่ยมสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาอีกครั้ง ก่อนเดือนธันวาคม พ.ศ. 2556 ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ยินดีต้อนรับด้วยความเต็มใจยิ่งน่ะครับ



ภก.วีระชัย นลวชัย
ผอ.กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

สุดท้ายก่อนจากลากันใน ออ. Report ฉบับสุดท้ายของปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 ผมขอแจ้งข่าวประชาสัมพันธ์ App ดี App ฟรี App แรก ของกระทรวงสาธารณสุขและสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ได้แก่ Oryor Smart Application ครับ รายละเอียดอ่านได้จากคอลัมน์ด้านในน่ะครับ บก. ขอฝากให้พี่น้องผู้อ่าน ออ. Reportทุกท่านช่วย Download ไปใช้งานแนะนำติชม หากชอบช่วย Share ให้เพื่อนหรือกด Like ให้คะแนน บอกต่อบุคคลใกล้ชิดเพื่อนร่วมงาน เครือข่ายคุ้มครองผู้บริโภคให้ใช้ประโยชน์กันโดยแพร่หลายน่ะครับ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค (กอง พศ.) จะได้นำข้อติชมมาพัฒนา Application นี้ให้ตีมีประโยชน์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปครับ กราบสวัสดิ์ทุกท่านครับ

03 Hot Issue

ออ. เปิดตัว “Oryor Smart Application” ความรู้ผลิตภัณฑ์สุขภาพบนมือถือ

04 สุกภาพดี ด้วยผลิตภัณฑ์สุขภาพ

คอลลาเจน Fialors

05 ออ. ดอกคอม

ออ. เปิดตัวเว็บไซต์ใหม่

06 กินเป็นใช้เป็น

รู้จักเลือก รู้จักใช้เครื่องสำอางอย่างปลอดภัย

08 เก็บข่าว...เล่าเรื่อง

ข่าวฮอต ข่าวเด่น ในแวดวงอาหารและยา

09 Q&A ถามมา-ตอบไป

นมปนเปื้อนเชื้อแบคทีเรียในโปรตีนจับกันจากหางนม

10 รอบรู้เรื่องยา

มาตรฐาน GMP ยาแผนปัจจุบัน ก้าวสำคัญในการเตรียมพร้อมสู่ AEC

12 เคล็ดลับน่ารู้

อยากรู้ไหม...ไว้หัดรสมดมา และ ไว้หัดใหญ่ต่างกันอย่างไร?

13 มุมเครื่อง่าย

เรื่องเล่าจากเครื่อง่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 (6)

15 ออ.แอ็คชั่น

ภาพกิจกรรมของ ออ.

วัตถุประสงค์ ออ. Report

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

เจ้าของ
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ที่ปรึกษา

เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา
รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ

ภก.วีระชัย นลวชัย ผู้อำนวยการกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

กองบรรณาธิการ

นางผุสดี เวชพิพัฒน์	นางสาวทิพากร มีใจเย็น
ภก.ศุภาภรณ์จันท์ โกศัย	ภญ.ศิริกุล อำพันธ์
นายบุญฤทธิ์ คงทอง	นางสุนีย์ สุขแสนาน
นายวัชรินทร์ เครือเนียม	ภก.วิษณุ ไรจน์เรืองโร
นางสาวศนิดา เทียบโพธิ์	นางสาวสุภาภา วิยอุดมวุฒิ
นางสาวรมิตา ธนธวัณณ์	นางสาวนระรัตน์ แสนสุข

นางสาวกรมล พิพัฒน์ภูมิ นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์
นายทพชา เพชรบุญยัง

สถานที่ติดต่อ

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

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

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

พิมพ์ที่

สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

อย. เปิดตัว “Oryor Smart Application” ความรู้ผลิตภัณฑ์สุขภาพบนมือถือ



ในยุคดิจิทัลต้องไม่ตกเทรนด์แน่นอนว่า อย. เป็นหน่วยงานที่เปิดรับสื่อทันสมัยทุกรูปแบบเพื่อการพัฒนาอย่างไม่หยุดยั้ง เมื่อเร็ว ๆ นี้ อย. ได้เปิดตัว “Oryor Smart Application” โมบายแอปพลิเคชันบนสมาร์ตโฟนทั้งมือถือและแท็บเล็ตที่นำเทคโนโลยีทันสมัยเพื่อการเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพได้อย่างรวดเร็ว โดย นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เป็นประธานเปิดงานอย่างยิ่งใหญ่ ภายในงานพบกับ “หนูย-พงค์สุภ หิรัญพฤกษ์” พิธีกรรายการแบไต๋ ไทเทค กูรูด้านไอทีของไทย มาเป็นพิธีกรสัมภาษณ์พูดคุยท่านเลขาธิการฯ สาธิตและแนะนำการใช้งาน

Oryor Smart Application คืออะไร

Oryor Smart Application เป็น Application แรกของ อย. บนสมาร์ตโฟน และแท็บเล็ตที่รองรับการใช้งานบนระบบปฏิบัติการ iOS สำหรับผู้ใช้ iPhone ,

iPad และ iPod รวมทั้งบนระบบปฏิบัติการ Android เช่น Samsung , LG , Acer หรือ Sony เป็นต้น ด้วยการบริการที่สะดวก รวดเร็ว ไม่ยุ่งยาก เนื้อหาอัดแน่นไปด้วย 7 เมนูหลัก ในรูปแบบ “เมืองสุขภาพ” ที่จำลองเมืองขึ้นมา

เมืองหนึ่ง ประกอบไปด้วยตึกรามบ้านช่อง ซูเปอร์มาร์เก็ต โรงภาพยนตร์ สถานีข่าว เป็นต้น ซึ่งแต่ละสถานที่ที่จะเชื่อมโยงข้อมูลในแต่ละเมนูให้ผู้ใช้งานเพลิดเพลิน



คอลลาเจน ฟิลเลอร์



เคยเป็นข่าวใหญ่ที่ขึ้นหน้าหนังสือพิมพ์ และเป็นประเด็นข่าวทางโทรทัศน์ทุกช่อง ทำให้เกิดคำถามว่าฟิลเลอร์ที่ฉีดยานี้คืออะไร ถ้าเป็นฟิลเลอร์ที่ถูกกฎหมายจะปลอดภัยหรือไม่ ฉีดตรงไหนของร่างกายก็ได้หรือไม่ ผลข้างเคียงต่อการใช้เป็นอย่างไร ฉีดครั้งเดียวให้ผลตลอดชีวิตหรือไม่...

ฟิลเลอร์ (Filler)

ฟิลเลอร์ (Filler) ที่เราพูดกัน คำเต็มเรียกว่า Dermal Filler ก็คือสารที่ใช้สำหรับฉีดเข้าใต้ผิวหนังบริเวณชั้น Dermis การฉีดลึกกว่าชั้นนี้ เช่น การฉีดเข้าชั้น หรือสะโพก เป็นการฉีดที่ผิดจากข้อบ่งชี้ ทำให้เกิดอันตรายถึงเสียชีวิตอย่างที่เป็นข่าว การเสริมกันหรือสะโพก ทางทางการแพทย์จะใช้วิธีผ่าตัดมากกว่า ฟิลเลอร์ที่ใช้กันมากจะเป็น “คอลลาเจน” ซึ่งเดิมผลิตจากวัว (Bovine collagen) แต่มีบางคนที่แพ้ การจะเอามาใช้ ก็ต้องทดสอบการแพ้ก่อน ต่อมามีการพัฒนาโดยเอาคอลลาเจนจากคนมาใช้กระบวนการทางวิศวกรรมชีวภาพทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่สามารถนำมาใช้โดยไม่ต้องทดสอบการแพ้ก่อน

การฉีดฟิลเลอร์



การฉีดฟิลเลอร์ควรฉีดโดยผู้ชำนาญการ ได้แก่ แพทย์ โดยฉีดใต้ผิวหนังที่เป็นร่อง รอยย่น บริเวณใบหน้า ลำคอ อาจมีอาการข้างเคียงบ้าง เช่น ปวดศีรษะ หรือ มีอาการคล้ายไข้หวัด บริเวณที่ฉีดอาจบวมแดง หรือเป็นรอยช้ำ แต่จะหายไปในไม่นาน แต่หากผู้ฉีดไม่มีประสบการณ์ อาจทำให้เกิดการอักเสบ การแพ้ การติดเชื้อหรือทำให้เลือดออกได้ ดังนั้น การจะใช้บริการฉีดฟิลเลอร์ควรพิจารณาแพทย์



ที่ชำนาญการ อย่าหลงเชื่อใช้บริการกับหมอเถื่อนที่ แม้จะเคยทำงานกับแพทย์ แต่จะไม่มีความรู้เกี่ยวกับข้อห้ามใช้ และการแก้ไขเมื่อเกิดอาการแพ้ และอาจใช้ฟิลเลอร์ที่ไม่ได้รับอนุญาต เงินที่ประหยัดได้จากการใช้บริการหมอเถื่อน ไม่คุ้มค่ากับการเอาชีวิตของตนเองไปเสี่ยง

ผลการฉีดฟิลเลอร์ต่อครั้ง

การฉีดฟิลเลอร์ครั้งหนึ่งจะมีผลอยู่ได้ประมาณ 6 - 12 เดือน บริเวณที่ฉีดจะกลับมาเหมือนเดิม ก็ต้องเสียเงินไปฉีดใหม่ ถ้าไม่อยากเสียเงิน มีคำแนะนำให้ทำโยคะใบหน้า เขาว่าลดริ้วรอยบนใบหน้าได้ จะได้แค่นี้งานนี้ต้องทดลองเองนะคะ





อย่าพลาด WWW.ORYOR.COM...

“ORYOR SMART APPLICATION” แอปแรกของกระทรวงสาธารณสุข พร้อมแล้ว ดาวน์โหลดฟรีที่ระบบ iOS และ Android ขอย้ำว่าฟรี!



6 ปีน้อย่างไรบ้างคะกับโฉมใหม่เว็บไซต์ www.oryor.com พี่ๆ เพื่อนๆ ได้ลองเข้าไปใช้งานกันหรือยังคะ เราปรับปรุงแบบใหม่ให้มีความน่ารัก สดใส และใช้งานง่ายขึ้นกว่าเดิม ถ้าหากมีความคิดเห็น หรืออยากจะติชมเว็บไซต์ของเรา ก็เชิญได้เลยนะคะ ผ่านทาง oryor@fda.moph.go.th ทีมงานยินดีเป็นอย่างยิ่งค่ะ จะได้นำความเห็น

มาปรับปรุงเว็บไซต์ให้เป็นที่น่าพอใจกว่านี้นะคะ

ถึงแม้เว็บไซต์จะมีการปรับโฉมใหม่แต่เนื้อหา ยังคงคัดสรรและอัดแน่นด้วยคุณภาพเช่นเดิมนะคะ สำหรับพี่ๆ เพื่อนๆ ท่านไหนที่ไม่อยากพลาดข้อมูลข่าวสารดี ๆ จากทางสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) สามารถฝากชื่อและอีเมลไว้ที่ Mailing List ได้เลยนะคะ ทางทีมงานจะส่งเรื่องราวอัปเดตต่าง ๆ ให้ทราบจะได้ไม่ตกเทรนด์เรื่องผลิตภัณฑ์สุขภาพกันค่ะ

และสำหรับใครที่มี Smart Phone หรือ Tablet ต่าง ๆ ห้ามพลาด เชิญแวะ



กับ “ORYOR SMART APPLICATION” แอปแรกของกระทรวงสาธารณสุข สามารถดาวน์โหลดได้แล้วค่ะ ทั้งระบบ iOS และ Android ฟรีนะคะ ขอย้ำว่าฟรี! น่ารักสดใสและมีประโยชน์แน่นอน แต่จะดีแค่ไหน ลองโหลดมาใช้งานกันดูนะคะ...





รู้จักเลือก รู้จักใช้ เครื่องสำอางอย่าง ปลอดภัย



เมื่อไม่นานมานี้ มีข่าวเตือนการใช้ผลิตภัณฑ์เร่งผิวขาวชื่อ “โดสเร่งขาว” ที่ขายผ่านทางอินเทอร์เน็ต เนื่องจากในผลิตภัณฑ์ดังกล่าวมีส่วนผสมของกรดและส่วนผสมอื่น ๆ ที่เป็นอันตรายต่อผิว ทำให้ผิวบาง และมีโอกาสที่จะเป็นมะเร็งผิวหนังได้ ซึ่งในเรื่องนี้ อย. ได้ดำเนินการตรวจสอบและกำหนดโทษอย่างเข้มงวด



เครื่องสำอางอย่างปลอดภัยจึงเป็นสิ่งสำคัญ....

เครื่องสำอาง กับ วัตถุที่ห้ามใช้ในเครื่องสำอาง

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้กำหนดรายการวัตถุที่ห้ามใช้ในเครื่องสำอาง ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2551 เรื่อง กำหนดวัตถุที่ห้ามใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตเครื่องสำอาง ซึ่งมีทั้งสิ้น 1,255 รายการ แบ่งออกเป็นกลุ่มได้แก่ โลหะต่าง ๆ สารที่เข้าข่ายเป็นยา เช่น สารปฏิชีวนะ (Antibiotics) เป็นต้น ฮอร์โมนส์ เช่น เอสโตรเจน (Oestrogens) เป็นต้น สารที่มีความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดโรค พิษสมุนไพรบางชนิด สีย้อมผม สียางชนิด สารแต่งกลิ่นหอม สารเสพติด (Narcotics, natural and synthetic) สารก่อมะเร็ง เช่น ไดออกเซน (Dioxane)

ไนโตรซามีน (Nitrosamine) เป็นต้น สารที่เป็นพิษต่อระบบสืบพันธุ์ และสารพิษ

นอกจากนี้ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้ประกาศรายชื่อสารอันตราย 3 รายการที่ห้ามใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องสำอาง ได้แก่

⇒ สารประกอบของปรอททำให้เกิดอาการแพ้ ผื่นแดง ผิวดำมืด ผิวด่างลง เกิดพิษสะสมของสารปรอท ทำให้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ และไตอักเสบ



ที่ ผ่านมา สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ร่วมกับตำรวจ บก.ปค.บ. ดำเนินการตรวจจับแหล่งผลิต จำหน่าย และลักลอบนำเข้าเครื่องสำอางเถื่อนมาแล้วหลายครั้งหลายครา และจากการตรวจสอบมักพบว่า มีการลักลอบผสมสารห้ามใช้ในเครื่องสำอาง ทำให้ผู้บริโภค มีอาการไม่พึงประสงค์จากการใช้เครื่องสำอางนั้น อาทิ มีอาการแพ้ ระคายเคือง เกิดจุดด่างขาวที่หน้า หรือผิวดำมืด เป็นฝ้าถาวรรักษาไม่หาย บางรายถึงขั้นเสียโฉม หน้าพังยับเยิน และบางรายมีอาการแพ้จนถึงขั้นเสียชีวิตตั้งที่เป็นข่าว ดังนั้น วิธีการเลือกซื้อ เลือกใช้

⇒ สารไฮโดรควิโนน เป็นสารที่ออกฤทธิ์ช่วยลดการสร้างเมลานินหรือเม็ดสีของผิวหนัง หากใช้เป็นเวลานานทำให้เกิดการระคายเคือง เกิดจุดด่างขาวที่หน้า ผิวหน้าดำ เป็นฝ้าถาวรรักษาไม่หาย

⇒ กรดเรทีโนอิก (กรดวิตามินเอ) ทำให้หน้าแดง แสบร้อนรุนแรง เกิดการอักเสบ ผิวหน้าลอกอย่างรุนแรง และเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ ทั้งนี้หากพบการผลิต นำเข้า หรือขายเครื่องสำอางที่มีส่วนผสมของสารห้ามใช้ข้างต้น จะมีความผิดทางกฎหมายในข้อหาผลิต นำเข้า หรือขายเครื่องสำอางที่ไม่ปลอดภัยในการใช้ (มีสารห้ามใช้) มีโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือ ปรับไม่เกิน 60,000 บาท หรือ ทั้งจำทั้งปรับ

เครื่องสำอาง กับ การโฆษณา

ในปัจจุบันการแข่งขันทางธุรกิจ เครื่องสำอางมีแนวโน้มที่สูงขึ้น ทำให้การโฆษณาเครื่องสำอางส่วนใหญ่จึงมีลักษณะโอ้อวดสรรพคุณของผลิตภัณฑ์ โดยแบ่งออกเป็น 4 ลักษณะได้แก่

1. การโฆษณาที่กล่าวอ้างสรรพคุณเกินความเป็นเครื่องสำอาง เช่น โฆษณาว่าทำให้ผิวแห้ง ฝ้าจางหาย
2. อ้างอิงผลจากการทดลองในห้องปฏิบัติการ โดยไม่ได้บอกให้ผู้บริโภคทราบเงื่อนไขที่ผู้ทำการทดลองควบคุมไว้ เช่น โฆษณาว่าผ่านการทดสอบทางการแพทย์แล้วว่าไม่ระคายเคือง/ไม่แพ้

แม้ผิวที่ขอบบาง



3. การโฆษณาที่กำหนดระยะเวลาในการได้รับผลหลังใช้เครื่องสำอาง เช่น ใช้แล้วผิวจะขาวขึ้นภายใน 7 วัน

4. การโฆษณาที่นำเสนอความจริงเพียงบางส่วน เพื่อให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดเกี่ยวกับคุณภาพ มาตรฐานของเครื่องสำอาง เช่น ระบุว่า เป็นเครื่องสำอางที่ผ่าน อย. แล้ว

จะเห็นได้ว่า การโฆษณาทั้ง 4 ลักษณะข้างต้นเป็นการโฆษณาโอ้อวดสรรพคุณ เพื่อจูงใจให้ผู้บริโภคเลือกซื้อ ดังนั้น ผู้บริโภคจึงไม่ควรหลงเชื่อซื้อเครื่องสำอางเพียงเพราะคำโฆษณา ทั้งนี้ ตามกฎหมาย อย. เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ เพื่อให้มีการแสดงข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์เป็นภาษาไทยบนฉลาก และ อย. จะได้มีฐานข้อมูลผลิตภัณฑ์เพื่อตรวจสอบในภายหลัง แต่ไม่ได้รับรองในส่วนของการโฆษณา

การเลือกซื้อ เลือกใช้ เครื่องสำอางอย่างปลอดภัย

- ผู้บริโภคควรปฏิบัติ ดังนี้
- ⇒ ควรซื้อเครื่องสำอางจากแหล่งที่เชื่อถือได้ มีใบเสร็จถูกต้อง เพื่อตรวจสอบย้อนกลับได้เมื่อมีปัญหา
 - ⇒ ซื้อเครื่องสำอางที่มีฉลาก

ภาษาไทย และต้องระบุข้อความสำคัญได้แก่ เลขที่ใบรับแจ้ง ชื่อเครื่องสำอาง และชื่อทางการค้า ชื่อสารทุกชนิดที่ใช้เป็นส่วนผสม ชื่อที่ตั้งผู้ผลิตหรือผู้นำเข้า เดือนปีที่ผลิต วิธีใช้ ปริมาณสุทธิ และค่าเตือน(ถ้ามี)

⇒ ควร ทดสอบการแพ้ ก่อนใช้เครื่องสำอาง โดยทาผลิตภัณฑ์นั้นที่บริเวณท้องแขน หรือบริเวณหลังหูทิ้งไว้ 24 - 48 ชั่วโมง หากไม่มีความผิดปกติ แสดงว่าใช้เครื่องสำอางนั้นได้



⇒ หากมีความผิดปกติจากการใช้เครื่องสำอาง ไม่ว่าจะเป็นการใช้ครั้งแรก หรือใช้มาระยะหนึ่งแล้วก็ตาม ต้องหยุดใช้ทันที และควรปรึกษาแพทย์เพื่อหาสาเหตุและทำการรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสมต่อไป

⇒ อย่าใช้เครื่องสำอางที่มีลักษณะเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ไม่ว่าจะเปลี่ยนสี กลิ่น หรือความข้น เพราะเครื่องสำอางนั้นอาจเสื่อมสภาพแล้ว

⇒ อย่าใช้เครื่องสำอางร่วมกับผู้อื่น เช่น ลิปสติก เพราะอาจติดเชื้อโรคได้ โดยเฉพาะโรคติดต่อ เช่น เริม

อย่างไรก็ตาม ผู้บริโภคสามารถตรวจสอบเลขที่ใบรับแจ้งผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางได้ที่ Oryor Smart Application โดยสามารถดาวน์โหลดได้ทั้งระบบ iOS และ Android ได้ที่ App Store และ Play Store ฟรี! ไม่มีค่าใช้จ่าย 📱

เอกสารอ้างอิง : - เลือกเครื่องสำอางอย่างไร...ให้ปลอดภัยจากสารห้ามใช้ โดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
- http://www.oryor.com/oryor/admin/module/fda_fact_sheet/file/f_132_1285820259.pdf



อย. สนองนโยบาย **สว.สส.** ยกเครื่องการดำเนินงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ ลดขั้นตอน ลดระยะเวลา พัฒนาคุณภาพการให้บริการ รวดเร็ว โปร่งใส ตรวจสอบได้

*ปลายกันยายน ปลายฝน ต้นหนาวหนาว ก็ถึงคราผู้มีผู้ต้องเกษียณ
ผู้ทุ่มเททำงานอย่างพากเพียร ครบรอบเกษียณความดีอย่างชื่นชม*

นส.นงปิงประมาณ พ.ศ. 2556 อย. มีข้าราชการเกษียณอายุจำนวน 11 ท่าน และใน 11 ท่านเป็นผู้บริหารระดับสูงถึง 7 ท่าน ได้แก่ ภญ.ศรีนวล กรกชกร รองเลขาธิการฯ อย. , ภญ.ยุพิน ลาวัณย์ ประเสริฐ ผู้ทรงคุณวุฒิฯ , นายไพโรจน์ แก้วมณี ผู้เชี่ยวชาญฯ , ภก.อมรินทร์ นันทวิทยาภรณ์ ผู้เชี่ยวชาญฯ , ภญ.ยุพา เตียงธวัช ผู้อำนวยการสำนักควบคุม เครื่องสำอางและวัตถุอันตราย, นางเพียงฤทัย เสาร์มณี เลขาธิการกรม และ น.ส.สุฉวี เรืองศิริ หัวหน้ากลุ่มกฎหมายอาหารและยา ซึ่งผู้บริหารทุกท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ มีความเชี่ยวชาญ สร้างคุณงามความดี และฝากผลงานอันทรงคุณค่า พัฒนางานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพให้แก่ อย. มากมาย พร้อมกับที่ผู้เกษียณอีก 4 ท่าน ได้แก่ พี่สมเกียรติ วิทยารุ่งเรืองศรี, พี่สุสสดี ถาวรวุฒิ , พี่รัชนิวรรธน์ ศรีนุกสิทธ์ และพี่ศิริกุล จันทดิลกรัตน์ พร้อมกับ ลูกจ้างที่เกษียณอายุอีก 2 ท่าน ได้แก่ พี่สมจินตนา ประทีปชาญพิสิฐ และพี่เยาวลักษณ์ วุฒิไกร เก็บข่าวขออวยพรให้พี่ ๆ ทุกท่านใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข ขอเทพให้ ป้องภัยให้พี่มีสุข พบแต่โชค ไกลทุกข์ เป็นสุขศรี อายุวรรณ สุขะ พละ ประดามี ครอบครัวดี สุขสันต์...นිරันดร.. น้อง ๆ ชาว อย. จะเก็บคุณงามความดีของพี่ และสานต่องานของพี่ เพื่อผู้บริโภคชาวไทยต่อไป



กลับมาที่ข่าวฮอตฮิตประจำเดือนที่จะเล่าให้ผู้อ่านได้ทราบ เมื่อวันที่ 19 สิงหาคม 2556 ที่ผ่านมานพ.ประดิษฐ์ สินธวณรงค์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ได้มอบนโยบายการดำเนินงานด้านคุ้มครองผู้บริโภคและเยี่ยมชมการดำเนินงานของ อย. โดย นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ได้กล่าวถึงผลงานที่ อย. ได้สนองนโยบายรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข มีการจัดทำยุทธศาสตร์การปรับเปลี่ยนการดำเนินงานจากเดิมใหม่ ส่งเสริมผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจของประเทศ และส่งเสริมพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่าย เช่น อาหาร OTOP ให้มีคุณภาพมาตรฐาน Primary GMP เน้น รวดเร็ว โปร่งใส ตรวจสอบได้ ลดการใช้ดุลยพินิจในการพิจารณาคำขออนุญาตขึ้นทะเบียนผลิตภัณฑ์สุขภาพ โดยต้องปฏิบัติตามคู่มือ วิธีขั้นตอนการขออนุญาตขึ้นทะเบียนผลิตภัณฑ์สุขภาพ (SOP) หากพิจารณาอนุญาต สามารถดำเนินการ

ได้เลย แต่หากพิจารณาแล้วไม่อนุญาตให้เสนอรองเลขานุการฯ อย. เพื่อพิจารณาในการไม่อนุญาต พร้อมกันนี้ อย. ยังได้ออกประกาศสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เรื่อง การอำนวยความสะดวกในการพิจารณาอนุญาตเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ ให้เหมาะสมตามหลักเกณฑ์และวิธีการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี ซึ่งจะช่วยให้ผู้ประกอบการได้รับความรวดเร็วที่สำคัญ สามารถตรวจสอบการทำงานของเจ้าหน้าที่ได้ (งานนี้ได้เปิดโอกาสให้ผู้สื่อข่าวทำข่าวและสัมภาษณ์ด้วย) สำหรับความคืบหน้าการเรียกคืนผลิตภัณฑ์นม อย. และ สสจ. ทั่วประเทศ ยังคงติดตามเฝ้าระวังไม่ให้มีการจำหน่ายผลิตภัณฑ์นมในล็อตที่สงสัยอาจมีการปนเปื้อน นอกจากนี้ ยังได้รับแจ้งจากบริษัทดูเม็กซ์ว่าได้เรียกคืนผลิตภัณฑ์เฉพาะรุ่นครบ 100% ตามจำนวนที่ถูกกักไว้ ณ จุดจำหน่าย ส่งผลให้ผลิตภัณฑ์เฉพาะรุ่นที่ถูกเรียกคืนทั้งหมดไม่มีวางจำหน่ายอยู่ในท้องตลาดแล้ว...

ปิดท้ายกับข่าวข่าว ซึ่งยังคงเป็นข่าวทางสื่อต่าง ๆ อย. ขอให้ผู้บริโภควางใจ อย. จะไม่ปล่อยให้ผลิตภัณฑ์ที่มีปัญหาคุณภาพตกไปถึงผู้บริโภคอย่างแน่นอน ทั้งข่าวสารเรื่องนม และผลการตรวจวิเคราะห์ผลิตภัณฑ์ข่าวสารสนใจอ่านได้ทางเว็บไซต์ อย. (www.fda.moph.go.th) พบกับเก็บข่าวได้ใหม่ในฉบับต้อนรับปีงบประมาณ พ.ศ.2557 อย่าลืมติดตามนะคะ

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

นมปนเปื้อนเชื้อแบคทีเรียในโปรตีนเข้มข้นจากหางนม

ใครที่กำลังมีข้อสงสัยเกี่ยวกับ เชื้อคลอสทริเดียม โบทูลินัม ที่ปนเปื้อนในโปรตีนเข้มข้นจากหางนม หรือเวย์โปรตีน ตามที่เป็นข่าว อ่านทางนี้... ถามมา ตอบไป มาไขข้อสงสัยให้แล้วค่ะ

Q จากที่มีข่าวพบนมปนเปื้อน เชื้อแบคทีเรียในโปรตีนเข้มข้นจากหางนม พออ่านแล้วไม่เข้าใจว่า โปรตีนเข้มข้นจากหางนมคืออะไร แล้วนำมาใช้ในการผลิตนมสำหรับเด็กเล็ก ด้วยหรือไม่ และหากเด็กที่ดื่มนมที่มีเชื้อแบคทีเรียนั้นแล้ว จะมีอันตรายอย่างไรบ้าง ช่วยอธิบายให้เข้าใจด้วยค่ะ

A จากกรณีที่มีข่าวพบการปนเปื้อนเชื้อคลอสทริเดียม โบทูลินัม (Clostridium botulinum) ในโปรตีนเข้มข้นจากหางนม หรือเวย์โปรตีน (whey protein concentrate) ของบริษัทผู้ผลิตในประเทศนิวซีแลนด์นั้น ขออธิบายเพื่อให้เกิดความเข้าใจ ดังนี้

⇒ **โปรตีนจากหางนม หรือ เวย์โปรตีน (whey Protein)** คือ โปรตีนสกัดจากหางนมที่เหลือจากกระบวนการผลิตเนยแข็ง โดยหางนมดังกล่าวมีคุณค่าทางอาหารสูงมาก ประมาณ 80-85 เปอร์เซ็นต์

⇒ **เชื้อคลอสทริเดียม โบทูลินัม (Clostridium botulinum)** เป็นเชื้อแบคทีเรียแกรมบวกรูปร่างเป็นท่อนสร้างสปอร์ได้โดยไม่ต้องอาศัยอากาศในการเจริญเติบโต ทนความร้อนสูง โดยสามารถทนในน้ำเดือดที่ 100 องศาเซลเซียส ได้นาน 5-9 ชั่วโมง สามารถสร้างสารพิษที่มีพิษต่อระบบประสาทที่ทำให้เกิดโรคโบทูลิซึม เชื้อชนิดนี้สามารถ พบได้ทั่วไปในธรรมชาติ ทั้งในดินและแหล่งน้ำ

จึงทำให้สามารถพบการปนเปื้อนได้ในพืชผัก ลำไส้และเหงือกปลาทั้งน้ำจืดและน้ำเค็ม และพบในอาหารประเภทต่าง ๆ ได้แก่ แสม ไม้กระถอก ปลารมควัน อาหารหมักดอง อาหารกระป๋อง น้ำผึ้งหน่อไม้ปิ้ง เป็นต้น

ลักษณะอาการโรค เด็กทารก ที่อายุน้อยกว่า 1 ปี จะมีอาการท้องผูกติดต่อกันหลายวัน กินอาหารได้น้อย อ่อนเพลีย ไม่มีแรง ร้องไห้เสียงเบา คออ่อนพับ ตัวอ่อนปวกเปียก ในบางรายอาจมีอาการหายใจลำบาก หรือหัวใจหยุดเต้น และเสียชีวิตกะทันหัน สำหรับการรักษารักษาตามอาการอย่างใกล้ชิด โดยไม่สามารถให้สารต้านพิษได้ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพ้ ผู้ใหญ่ มักจะมีอาการหลังได้รับสารพิษแล้ว ภายใน 6 ชั่วโมงหรือนานถึง 10 วัน โดยจะมีอาการเหนื่อยอ่อนแรง เวียนศีรษะ ตาพร่ามัว หรือเห็นภาพซ้อน หนังตาตก ปากแห้งกลืนและพูดได้ลำบาก ปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ท้องผูก กล้ามเนื้ออ่อนแรง เกิดอัมพาต การหายใจล้มเหลวถึงเสียชีวิตได้ การรักษา คือ ต้องได้รับสารต้านพิษควบคู่กับการใช้เครื่องช่วยหายใจ

ทั้งนี้ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยามีการควบคุมความปลอดภัย โดยประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง มาตรฐานอาหารด้านจุลินทรีย์ ที่ทำให้เกิดโรค กำหนดให้อาหารทุกชนิด ต้องไม่มีจุลินทรีย์ทำให้เกิดโรค ซึ่งผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือผู้จำหน่ายที่ฝ่าฝืนประกาศฯ



ฉบับดังกล่าว จะมีโทษทั้งจำทั้งปรับ

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าโรคโบทูลิซึมเป็นโรคที่มีความรุนแรง แต่พบได้ไม่บ่อย และสามารถป้องกันได้ โดยรักษาสุขอนามัยและการใช้ความร้อนที่เพียงพอในการถนอมอาหาร หรือรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ หรือก่อนบริโภคอาหาร ควรอุ่น หรือให้ความร้อนก่อนเพื่อทำลายสารพิษดังกล่าว โดยทั่วไปผ่านความร้อนที่ 80 องศาเซลเซียส เวลา 15 นาที หรือ 100 องศาเซลเซียส เวลา 10 นาที หรือความร้อนที่ 120 องศาเซลเซียส นาน 10 นาที สามารถทำลายสปอร์ได้ ไม่บริโภคอาหารกระป๋องที่กระป๋องมีลักษณะบวมโป่งพอง หรือบุบร่วน และควรหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารที่มีกลิ่นของกรดบิวทริก (กลิ่นคล้ายเนยเหม็นหืน) เพียงเท่านี้เราก็ห่างไกลโรคโบทูลิซึมได้อย่างสบายใจค่ะ

อย่าลืมนะคะ หากท่านผู้อ่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่าเก็บไว้ในใจ ส่งจดหมายมาถามเราที่ กลุ่มเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 เรารอคำถามของทุกท่านอยู่ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ Q&A

มาตรฐาน GMP ยาแผนปัจจุบัน ก้าวสำคัญ ในการเตรียมพร้อม สู่ AEC



“ โรคภัยไข้เจ็บจะหายได้ ต้องได้รับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง ได้ยาดีมีคุณภาพ
และมีการใช้ยาตลอดถึงการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสม ”

คำ กล่าวข้างต้นนี้แสดงถึง
ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลตรงต่อ
การบำบัดรักษาโรค ซึ่งแน่นอนว่า
หากมีการวินิจฉัยโรคที่แม่นยำ และ
ผู้ป่วยให้ความร่วมมือในการรักษา
อย่างดีแล้ว “คุณภาพของยา” ก็จะเป็น
ปัจจัยสำคัญที่ตัดสินประสิทธิภาพ
ในการรักษา “คุณภาพของยา”
เป็นสิ่งที่กระทรวงสาธารณสุข โดย
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ให้ความสำคัญ ใส่ใจตั้งแต่การขึ้น
ทะเบียนตำรับยา การอนุญาตสถานที่
ผลิต การเฝ้าระวังการโฆษณา
การตรวจเฝ้าระวังยาในท้องตลาด
รวมถึงการคัดเลือกยาเพื่อบรรจุในบัญชี
ยาหลักแห่งชาติ โดยเป็นการดำเนินงาน
ร่วมกับภาคส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
เช่น กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ
โรงพยาบาล มหาวิทยาลัย คณาจารย์
ผู้ทรงคุณวุฒิ ตลอดถึงภาคส่วนต่าง ๆ
ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับยาที่
มีคุณภาพดี และปลอดภัย

สำหรับคุณภาพของยาที่ผลิต
ในประเทศนั้น ได้มีบทบัญญัติ
ทางกฎหมายเป็นการเฉพาะ คือ
กฎกระทรวง กำหนดหลักเกณฑ์



วิธีการ และเงื่อนไขการผลิตยา
แผนปัจจุบัน พ.ศ. 2546 ซึ่งออก
ตามความในพระราชบัญญัติยา
พ.ศ. 2510 และฉบับแก้ไขเพิ่มเติม
กำหนดให้การผลิตยาจะต้องมีมาตรฐาน
หลักวิธีปฏิบัติที่ดีในการผลิตยา (Good
Manufacturing Practice : GMP)
ซึ่ง GMP ยาแผนปัจจุบันที่มีผลบังคับ
คือ ประกาศกระทรวงสาธารณสุข
เรื่อง การกำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับ
หลักเกณฑ์และวิธีการในการผลิตยา



แผนปัจจุบันตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2554 และหากเป็นยาประเภทชีววัตถุ ก็จะต้องมีการปฏิบัติตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์และวิธีการในการผลิตยาแผนปัจจุบันสำหรับยาชีววัตถุ ตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2549 เพิ่มเติมอีกฉบับหนึ่งด้วย

ทั้งนี้มาตรฐาน GMP ดังกล่าว เป็นการปรับเปลี่ยนครั้งสำคัญของอุตสาหกรรมการผลิตยาแผนปัจจุบันของไทย เพื่อให้มีมาตรฐานที่ทันสมัย เป็นที่ยอมรับโดยสากล และสอดคล้องตามข้อกำหนดอนุสัญญาระหว่างประเทศ ด้านการตรวจประเมินยา (PIC/S-Pharmaceutical Inspection Co-operation Scheme) จึงอาจ



กล่าวได้ว่า มาตรฐาน GMP ของไทย เป็นมาตรฐาน GMP-PIC/S

อนึ่ง มาตรฐาน GMP - PIC/S ดังกล่าวได้ถูกกำหนดเป็นมาตรฐานกลางของประเทศในกลุ่มอาเซียนที่ยอมรับกันในการส่งออก-นำเข้ายาแผนปัจจุบันในกลุ่มประเทศสมาชิกอาเซียน ตามมติของคณะกรรมการที่ปรึกษาของอาเซียนด้านมาตรฐานและคุณภาพ เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ยา (ASEAN Consultative Committee



for Standards Quality Pharmaceutical Product Working Group : ACCSQ-PPWG) จึงถือได้ว่าการปรับเปลี่ยนครั้งนี้เป็นก้าวสำคัญในการสร้างโอกาสทางแข่งขันให้แก่อุตสาหกรรมผลิตยาในประเทศ ให้อื้อต่อการขยายตลาดสู่อาเซียน รวมถึงสหภาพยุโรป และอีกหลายประเทศทั่วโลกที่ยอมรับผลิตภัณฑ์ยาที่ผลิตจากโรงงานที่ได้มาตรฐานตาม GMP-PIC/S

มาตรฐาน GMP-PIC/S ของไทย มีผลบังคับเป็นกฎหมายภายใต้ชื่อ



ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง

การกำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับหลักเกณฑ์และวิธีการในการผลิตยาแผนปัจจุบันตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2554 มีทั้งสิ้น 528 ข้อ จัดเป็นหมวดได้ 19 หมวด ครอบคลุมในทุกขั้นตอนของการผลิตรวมถึงการบริหารจัดการ และระบบคุณภาพ (Quality System) ต่าง ๆ

กระบวนการตรวจสอบ กำกับของ อย. ภายใต้ข้อบังคับของกฎหมาย GMP PIC/S ข้างต้นจึงเป็นก้าวที่สำคัญ เพื่อให้คนไทยได้รับยาที่มีคุณภาพ มีมาตรฐานสากล และเป็นการสร้างโอกาสแก่ผู้ผลิตยาในประเทศให้พร้อมที่จะเปิดตลาดค้าขายกับต่างประเทศ และพร้อมต่อการก้าวสู่การเป็นประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน ในปี พ.ศ. 2558 นี้

ภาพ : <http://www.google.co.th> , www.schreiner-medipharm.com

อยากรู้ไหม... ไขหวัดธรรมดา และ ไขหวัดใหญ่ ต่างกันอย่างไร ?



หลายคนมักเข้าใจว่า ไขหวัดธรรมดา กับ ไขหวัดใหญ่ คือโรคเดียวกัน แต่ในความเป็นจริง... ไขหวัดทั้ง 2 ชนิด มีความต่างกันอยู่ รายละเอียดมีดังนี้ค่ะ...



ไขหวัดใหญ่

เป็นโรคติดต่อทางเดินหายใจ จากไวรัส INFLUENZA ซึ่งติดต่อกันง่ายมาก โดยจะมีไข้สูง 38-40 องศาเซลเซียส มีอาการปวดหัว ปวดเมื่อยตัว ไอ มีน้ำมูก เพลียมาก และมีโรคแทรกซ้อน เช่น ปอดอักเสบ หรือ หลอดลมอักเสบ ผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดลมต่าง ๆ เด็กอายุน้อย หญิงตั้งครรภ์ คนอ้วน น้ำหนักมาก เมื่อได้รับเชื้อดังกล่าว และป่วยเป็นไขหวัดใหญ่ ควรพบแพทย์ทันที เพราะอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

สำหรับวิธีปฏิบัติตัวของผู้ป่วย ควรหยุดงาน พักผ่อนอยู่บ้าน และแยกตนเองจากผู้อื่น เนื่องจากไวรัส ไขหวัดใหญ่ติดต่อผ่านฝอยละออง น้ำมูกน้ำลายของผู้ป่วยจากการไอ จามรดกันในระยะประชิด 1-2 เมตร และสิ่งรอบตัวผู้ป่วย เช่น แก้วน้ำ ผ้าเช็ดหน้า โทรศัพท์ อาจเปื้อนน้ำมูก น้ำลายและแพร่กระจายเชื้อได้




ไขหวัดธรรมดา

เกิดจากไวรัสชนิดอื่น เช่น RHINOVIRUS โดยมักจะมีอาการน้อย เช่น ไข้ต่ำ คัดจมูก น้ำมูกไหล สำหรับวิธีรักษาคือ การกินยารักษาตามอาการ เช่น ยาลดไข้พาราเซตามอล ยาลด

น้ำมูก ยาแก้ไอ ส่วนมากจะหายเองใน 5-7 วัน แต่หากมีอาการรุนแรงไม่ว่าจะยังมีไข้อยู่หรือไข้ลดลงแล้วก็ตาม คือ มีอาการซึมลง หอบเหนื่อย หายใจลำบาก เจ็บหน้าอก ปลายมือเท้าหรือริมฝีปากเขียว กินอาหารไม่ได้ ปัสสาวะน้อย ควรมาพบแพทย์ทันที เพื่อตรวจหาเชื้อทางห้องปฏิบัติการ ยืนยันโรค และให้การรักษาด้วยยาต้านไวรัส และให้กินยาปฏิชีวนะเมื่อสงสัยการติดเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน

อย่างไรก็ตาม วิธีป้องกันที่ดีที่สุด คือ การล้างมือบ่อย ๆ และล้างมือ



ให้สะอาดเสมอ กินอาหารที่มีประโยชน์ (กินร้อน ใช้ช้อนกลาง) ไม่สูบบุหรี่ งดดื่มแอลกอฮอล์ ออกกำลังกาย นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และเมื่อมีอาการป่วยควรใช้หน้ากากอนามัยอย่างถูกต้อง เพื่อป้องกันการติดต่อ 

แหล่งที่มา : http://www.truelookpanya.com/new/cms_detail/general_knowledge/15564

เรื่องเล่าจากเครือข่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 (6)



ประมวลภาพงานมหกรรม อย.น้อย ณ โรงแรมจอมเทียน การ์เด็น โฮเทล แอนด์ รีสอร์ท จังหวัดชลบุรี วันที่ 5 – 7 สิงหาคม 2556



ศึกษาดูงานที่ศูนย์อนุรักษ์พันธุ์เต่าทะเล กองทัพเรือ , เรือหลวงจักรีนฤเบศร ฐานทัพเรือสัตหีบ และ พิพิธภัณฑ์ภาพจิตรกรรม 3 มิติ (Art in Paradise)



การบรรยาย

เรื่อง ก้าวทันโลกผลิตภัณฑ์สุขภาพ

พิธีมอบโล่ให้แก่โรงเรียนที่ได้รับรางวัลโครงการ อย.น้อย เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพในโรงเรียนดีเด่น จาก 12 เครือข่ายบริการ และ 3 สังกัดในพื้นที่กรุงเทพฯ

โครงการพัฒนาพฤติกรรมบริการบริโภคในพื้นที่โดยอาศัยเครือข่าย

ผ่านพ้นไปแล้วสำหรับการจัดงานมอบรางวัล “เครือข่ายเข้มแข็งผนึกกำลังพัฒนาผู้บริโภค” ในวันที่ 22 สิงหาคม 2556 ณ ห้องเมจิก 2 โรงแรมมิราเคิลแกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ มีเครือข่ายหลายจังหวัดที่ไม่มีโอกาสมาร่วมงานซึ่งบอกได้คำเดียวว่า...เสียดายจัง เพราะไปสเตอร์นำเสนอผลงานโครงการพัฒนาพฤติกรรมบริการบริโภคในพื้นที่ ที่ได้รับการเสนอให้เป็นโครงการดีเด่นระดับเครือข่ายบริการ ทั้ง 12 เครือข่ายบริการ



มีความโดดเด่นน่าสนใจมาก ผู้ร่วมงานหลายท่านแสดงความชื่นชม บ้างก็ถ่ายรูปเก็บไว้ ผลงานโครงการที่น่าเสนอถือเป็น การจุดประกายให้หลาย ๆ จังหวัดนำไปพัฒนา เพื่อต่อยอดการดำเนินงานในพื้นที่โดยกลุ่มพัฒนาเครือข่ายอยู่ระหว่าง



ดำเนินการรวบรวมข้อมูลโครงการดีเด่นระดับเครือข่ายบริการ จัดทำเป็นรูปเล่มเพื่อส่งให้สำนักงานสาธารณสุขทุกแห่งทั่วประเทศ ใช้ประโยชน์ต่อไป

🔗 ต่อจากหน้า 3

แฝงไปด้วยความรู้เกี่ยวกับการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพ ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งภาพประกอบใน Application นี้ มาแนวน่ารัก ๆ เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ที่จะดาวน์โหลดเข้าไปดูและใช้งาน ดาวน์โหลดกันได้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด เพียงเข้าไปที่ App Store ของระบบ iOS หรือ Play Store ของระบบ Android โดยพิมพ์ในช่องค้นหาว่า oryor smart application ก็สามารถติดตั้งโปรแกรมไว้ใช้งานได้แล้ว นับเป็นอีกนวัตกรรมหนึ่งที่ อย. ต้องการให้ผู้บริโภคได้ทดลองใช้

7 เมนู กับเนื้อหาที่น่าสนใจ

⇒ **Smart Tips** คำแนะนำเกี่ยวกับการเลือกซื้อเลือกใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างปลอดภัย เป็นเมนูเด็ดที่ถือเป็นไฮไลท์ของ Application นี้ เพราะอัดแน่นไปด้วยข้อมูลที่น่าสนใจ เป็นคำแนะนำเกี่ยวกับการเลือกซื้อเลือกใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างปลอดภัยกว่า 100 เรื่อง และจะมีเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ในอนาคต พร้อมกับข้อมูลเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ

ฉลาก GDA อ่านง่าย ทำความเข้าใจได้รวดเร็ว

⇒ **สถานีข่าว อย.** เป็นการเกาะติดกับข่าวสาร อัปเดตทันใจ กับทุกเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ หากสนใจข่าวไหน เป็นพิเศษสามารถกด like เพื่อ share ให้เพื่อน ๆ ได้

⇒ **ตรวจเลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง** หากสงสัยผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางใดว่ามีการจดทะเบียนถูกต้องหรือไม่ ก็นำเลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง 10 หลักที่พบเห็นได้บนฉลากเครื่องสำอาง มาใส่ไว้ในช่องตรวจสอบ และกดปุ่ม “OK” ก็จะสามารถตรวจสอบข้อมูล การจดทะเบียนเครื่องสำอางนั้น ๆ ได้ เปิดบริการตลอด 24 ชั่วโมง

⇒ **Library** เป็นห้องสมุดเคลื่อนที่ของ อย. ที่สามารถเลือกอ่านหนังสือ วารสาร ที่ อย. จัดทำขึ้น ผ่านระบบอินเทอร์เน็ต เช่น อย. E-Magazine , อย. Report , อย. Trade Insight และ อย. Health Book

⇒ **ร้องเรียน** เป็นการแจ้งเบาะแสหรือร้องเรียนผ่าน Application เมื่อพบปัญหาจากการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพ โดยสามารถกรอกข้อมูลพร้อมภาพแล้วกดส่ง ข้อมูลและภาพ

จะปรากฏที่ศูนย์เฝ้าระวังและรับเรื่องร้องเรียนผลิตภัณฑ์สุขภาพของ อย. ทันที และ อย. จะเก็บข้อมูลทั้งหมดเป็นความลับ นับเป็นอีกหนึ่งช่องทางในการร้องเรียนที่สะดวกและรวดเร็ว

⇒ **Media Center** เป็นแหล่งรวบรวมข้อมูลเดิเดบแบบ Multimedia ไม่ว่าจะเป็น Animation 68 เรื่อง พร้อมกันกับ เกม 17 เกม (เฉพาะระบบ Android เท่านั้น) นอกจากนี้ยังมีสารคดี และสโปดโทรทัศน์ วิทยุ เพลง และแฟลชชีท มากกว่าหนึ่งร้อยไฟล์ หากถูกใจกด like , share ได้

⇒ **ดัชนีมวลกาย** เป็นการวัดค่าดัชนีมวลกาย เปรียบเทียบน้ำหนักและ ส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐาน ซึ่งเป็นตัวชี้วัด “ความอ้วน” ที่เป็นมาตรฐานสากล สนใจเข้าไปกรอกข้อมูลวัดได้ รวดเร็วทันใจ

เพื่อการเข้าถึงข้อมูลอย่างรวดเร็ว เพียงเข้าไปที่ App Store ของระบบ iOS หรือ Play Store ของระบบ Android โดยพิมพ์ในช่องค้นหาว่า oryor smart application ก็สามารถติดตั้งโปรแกรมไว้ใช้งานได้แล้ว จะรอช้าอยู่ใย รีบโหลดซะแต่บัดนี้ ติดตามสาระดี ๆ มิประโยชน์กับ อย. กันนะคะ 🍏

🔗 ต่อจากหน้า 13

โครงการพัฒนาการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

เมื่อวันที่ 15 สิงหาคม 2556 ที่ผ่านมา ได้มีการประชุมคณะทำงานภาคประชาชน ครั้งที่ 6/2556 ณ ห้องประชุม หลวงวิเชียรแพทยาคม อาคาร 1 ชั้น 2 ซึ่งเป็นการประชุมครั้งสุดท้ายของคณะทำงานภาคประชาชน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 โดยคณะทำงานภาคประชาชนได้นำเสนอผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการเสริมสร้างความรู้สึกล้นน้ำร้อนทอดซ้ำ รู้ทัน



โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่กล่าวอ้างเกินจริงของแต่ละหน่วยงาน/องค์กร ตลอดจนได้ให้ข้อเสนอแนะ ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยสนับสนุน และอุปสรรคต่อการดำเนินกิจกรรมโครงการฯ ในปี 2556 แก่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา รวมทั้งได้พิจารณาเสนอประเด็นการดำเนินงาน และองค์ประกอบของคณะทำงานภาคประชาชน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2557 🍏



การอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “บูรณาการทีม Primary GMP ภายใต้โครงการ 1 ทีม 1 อำเภอ” ในเขตภาคกลาง

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “บูรณาการทีม Primary GMP ภายใต้โครงการ 1 ทีม 1 อำเภอ” ในเขตภาคกลาง ณ ห้องประชุมมาโคโปโล โรงแรมรามาดา เดมา กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2556



การประชุมชี้แจงความคิดเห็นต่อร่างประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์เบื้องต้นของวิธีการผลิต วิธีการนำเข้าเครื่องสำอางควบคุม

นพ.ไพศาล ดั่นคุ้ม รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานโครงการประชุมชี้แจงความคิดเห็นต่อร่างประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์เบื้องต้นของวิธีการผลิต วิธีการนำเข้าเครื่องสำอางควบคุม ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น เมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2556



อย. รับโล่ประกาศเกียรติคุณ “หน่วยงานโปร่งใส”

นางเพียงฤทัย เสาร์มณี เลขานุการกรม อย. เป็นผู้แทนจาก อย. รับมอบโล่ประกาศเกียรติคุณ “หน่วยงานโปร่งใส” กับนายชาญวิทย์ ไกรฤกษ์ รองเลขาธิการฯ ก.พ. และ น.ส.ดนิตา เทียบโพธิ์ นวช.เผยแพร่ชำนาญการ พร้อมด้วย ภญ.ดุลาวัลย์ เสฐจินตนิ นภ.ชำนาญการ รับโล่ประกาศเกียรติคุณ “ข้าราชการผู้ปฏิบัติตามประมวลจริยธรรม” ในงาน “วันคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส ประจำปี 2556” ณ หอประชุมสุโขมัยประดิษฐ สำนักงาน ก.พ. อ.เมือง จ.นนทบุรี เมื่อวันที่ 6 สิงหาคม 2556



การอบรมผู้ประกอบการ เรื่อง การปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวกับการโฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารและยา

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมผู้ประกอบการ เรื่อง การปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวกับการโฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารและยา ณ โรงแรมแอมบาสซาเดอร์ ด.สุขุมวิท กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2556



การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเตรียมความพร้อมผู้ผลิตและจำหน่ายน้ำบริโภค จากตู้หยอดเหรียญให้ได้คุณภาพมาตรฐาน

ภญ.ศรินวล กรกชกร รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อเตรียมความพร้อมผู้ผลิตและจำหน่ายน้ำบริโภคจากตู้หยอดเหรียญให้ได้คุณภาพมาตรฐาน ณ โรงแรมริชมอนด์ จ.นนทบุรี เมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2556