

# ออย. Report

ปีที่ 6 ฉบับที่ 68 ประจำเดือนพฤษภาคม 2558

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครองผู้บริโภค เพื่อให้ผลิตภัณฑ์สุขภาพมีคุณภาพปลอดภัย  
ผู้บริโภคมั่นใจ ผู้ประกอบการไทยก้าวไกลสู่สากล

ISSN 2286-9093

www.oryor.com



06

ภัยจากสารฟอกขาว  
ในอาหาร (สารปนเปื้อน  
ในอาหาร ตอนที่ 4)  
หลีกเลี่ยงได้โดย  
เลือกซื้ออาหารที่มีสี  
ใกล้เคียงกับธรรมชาติ



10

ยาที่เปิดใช้แล้ว...  
เมื่อใดจึงจะหมดอายุ ?  
เมื่อเปิดใช้ยา...จควร  
เปิดใช้บนฉลาก เพื่อ  
กำหนด “วันหมด  
อายุใหม่” ของยา



12

คิดสัปดาห์ก่อน  
ปรุงรสอาหาร  
ลองทานอาหาร  
แบบไม่ต้องปรุง  
เพื่อสุขภาพที่ดี



FDAThail



Fda Thai

## สร. ชูผลงานเด่น 6 เดือน

เน้นสร้างทีมหมอครอบครัว และดูแลประชาชนทุกช่วงวัย



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา  
กระทรวงสาธารณสุข



ผ่านไปอย่างเรียบร้อยสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของกระทรวงสาธารณสุข สำหรับการแถลงผลงานเด่น รอบ 6 เดือน ของรัฐบาลชุดปัจจุบัน เมื่อวันที่ 24 เมษายน 2558 ณ ตึกสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข โดยมีท่าน รมว. ศ.นพ.รัชตะ รัชตะนาวิน ท่าน รมช. นพ.สมศักดิ์ ชุณหรัศมิ์ เป็นผู้แถลงผลงาน และมีท่านอธิบดี ท่านเลขาธิการฯ อย. เป็นผู้แนะนำผลงานเด่นของแต่ละกรม เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์ให้พี่น้องประชาชนทราบผลงานของกระทรวงสาธารณสุข จากนั้นก็ติดตามด้วยนโยบายสำคัญเร่งรัด 9 เรื่อง ได้แก่



1. การสร้างทีมหมอครอบครัว
2. การดูแลผู้สูงอายุ
3. การบูรณาการ 3 กองทุน
4. การบริการการแพทย์ฉุกเฉิน(ใช้ได้ทุกที่ ดีทุกสิทธิ์)
5. การเร่งรัดการออกกฎหมายสำคัญ
6. ลดการตั้งครุภในวัยรุ่น
7. ลดอุบัติเหตุจราจร
8. เร่งแก้ปัญหาคนไร้สิทธิ
9. การคุ้มครองผู้บริโภค

สำหรับกรมกองที่มีภารกิจเกี่ยวข้องต้องเร่งผลักดันดำเนินการให้บังเกิดผลเป็นรูปธรรมจับต้องได้ เป็นประโยชน์กับพี่น้องประชาชน จากนั้นทุกหน่วยงานต้องทำการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผลงานให้ประชาชนทราบ นับเป็นภารกิจที่ท้าทายและเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติและประชาชนอย่างแท้จริง

บก. ขอเป็นกำลังใจให้ตัวเองและเพื่อนข้าราชการกระทรวงสาธารณสุขทุกท่าน ร่วมกันทำภารกิจที่ท้าทายและมีความสุขให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ผู้บังคับบัญชาระดับสูง ให้นโยบายไว้ครับ

ฉบับนี้ลากันเท่านี้ พบกันใหม่ฉบับหน้าครับ



ภก.วีระชัย นลวชัย

ผอ.กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

## 03 Hot Issue

สร. ชูผลงานเด่น 6 เดือน เน้นสร้างทีม หมอครอบครัว และดูแลประชาชนทุกช่วงวัย

## 04 สุขภาพดี ด้วยผลิตภัณฑ์สุขภาพ

ยาปฏิชีวนะ... ความเชื่อผิด ๆ ที่ต้องคิดใหม่

## 05 อย.ออนไลน์

Oryor.com Library ห้องสมุดเคลื่อนที่ของ อย.

## 06 กินเป็น ใช้เป็น

ภัยจากสารฟอกขาวในอาหาร (สารปนเปื้อนในอาหาร ตอนที่ 4)

## 08 เกือบข่าว...เล่าเรื่อง

ข่าวฮอต ข่าวเด่น ในแวดวงอาหารและยา

## 09 Q&A ถามมา-ตอบไป

เรื่องหวาน ๆ ของน้ำตาลใน “เครื่องดื่ม”

## 10 รอบรู้เรื่องยา

ยาที่ปิดใช้แล้ว...เมื่อใดจึงจะหมดอายุ ?

## 12 เกร็ดเล็กนารู้

คิดสัณนิคก่อนปรุงรสอาหาร

## 13 มุมเครื่อง่าย

เรื่องเล่าจากเครื่อง่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2558 (8)

## 15 อย.แฉักชั่น

ภาพกิจกรรมของ อย.

### วัตถุประสงค์ อย. Report

1. เพื่อเผยแพร่ความรู้ข่าวสารและการดำเนินงานต่าง ๆ ของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
2. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมความเคลื่อนไหว รวมทั้งผลงานเด่นเกี่ยวกับงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพ
3. เพื่อเป็นสื่อกลางให้แก่เครือข่ายงานคุ้มครองผู้บริโภคด้านผลิตภัณฑ์สุขภาพในการถ่ายทอดประสบการณ์และการดำเนินงาน
4. เพื่อเผยแพร่สาระน่ารู้ รวมถึงแนวคิดที่น่าสนใจ

### เจ้าของ

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

### ที่ปรึกษา

เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา  
รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

### บรรณาธิการ

ภก.วีระชัย นลวชัย ผู้อำนวยการกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

### กองบรรณาธิการ

นางสาวจิตรา เอื้อจิตรบำรุง นางผุสดี เวชพิพัฒน์  
ภก.ศุภกาญจน์ โกศัย ภญ.ศิริกุล อำพันธ์  
นายบุญทิพย์ คงทอง นางสาวนีย์ สุขแสนนาน  
นายวัชรินทร์ เครือเนียม นางสาวตนิดา เทียบโพธิ์  
นายวิษณุ โรจน์เรืองโร นางสาวสุภมาศ วัลย์อุตมวุฒิ

### กฤษฎาภินันท์ กิตติเงิน

นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว  
นางสาวปณิชา โอฬารเวช นางสาวนระวรัตน์ แสนสุข  
นางสาวอรพรรณ คุณมาสกุลเลิศ 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



# สร. ชูผลงานเด่น 6 เดือน

## เน้นสร้างทีมหมอครอบครัว และดูแลประชาชนทุกช่วงวัย



เมื่อวันที่ 24 เมษายน 2558 ที่ผ่านมา กระทรวงสาธารณสุขนำโดย ศ.นพ.รัชตะ รัชตะนาวิน รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข นพ.สมศักดิ์ ชุณหรัศมิ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข นพ.สุรเชษฐ์ สถิตนิรามัย รักษาการแทนปลัดกระทรวงสาธารณสุข พร้อมด้วยคณะผู้บริหารระดับสูง ร่วมกันแถลงข่าวผลการดำเนินงานรอบ 6 เดือนของกระทรวงสาธารณสุข (ตั้งแต่ 12 กันยายน 2557 -

12 มีนาคม 2558) โดยงานเด่นมีหลายเรื่องด้วยกัน คือการสร้างทีมหมอครอบครัว ซึ่งเป็นการนำบริการทุกมิติของโรงพยาบาลทุกระดับ และความร่วมมือจากองค์กรในพื้นที่ชุมชน ลงไปถึงครอบครัวของประชาชนโดยตรง ในปีแรกตั้งเป้า 3 กลุ่ม คือผู้สูงอายุ ผู้พิการ และผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งมี 2 ล้านคน โดยรอบ 6 เดือนแรก สามารถตั้งทีมหมอครอบครัวได้ 50,000 ทีมในทุกจังหวัด สามารถให้การดูแลได้กว่า 1.2 ล้านคน โดย

เป็นบริการประชาชนรูปแบบใหม่ ญาติสามารถปรึกษาทางโทรศัพท์ได้ตลอด 24 ชั่วโมง ทำให้ลดความแออัดของโรงพยาบาล แบ่งเบาภาระญาติที่ดูแล และช่วยให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น

ส่วนความคืบหน้าการดำเนินงานใน 3 ด้าน คือ การดูแลสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันควบคุมโรค ตั้งแต่อยู่ในครรภ์จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต อาทิ การให้



# ยาปฏิชีวนะ... ความเชื่อผิด ๆ ที่ต้องคิดใหม่

ฝนเริ่มมาบ้างแล้ว อากาศเปลี่ยนแปลงแบบนี้อาจต้องระวังกับอาการหวัดที่อาจตามมา ทั้งอาการเจ็บคอ น้ำมูกไหล เสียงแหบ มีเสมหะ บางคนเพียงแค่มียาปฏิชีวนะกินไว้อีกก่อน แต่ทราบมั๊ยคะว่านี่เป็นสิ่งที่ผิด เพราะหลายคนเข้าใจผิด คิดว่าเมื่อเป็นหวัด ต้องกินยาปฏิชีวนะ แล้วสิ่งที่คุณต้องเกี่ยวกับยาปฏิชีวนะคืออะไร ???.....มาดูกันค่ะ

บางคนเข้าใจผิดว่า **"ยาปฏิชีวนะ"** ต้องกินทุกครั้ง **เจ็บคอ** ไม่อย่างนั้นไม่หาย

**ความจริง**  
**"เจ็บคอ"** ส่วนใหญ่ 80% เกิดจาก **เชื้อไวรัส** จาก **โรคหวัด** ซึ่งหายเองได้โดยภูมิคุ้มกันของร่างกาย

**ยาปฏิชีวนะ** รักษาโรคที่เกิดจาก **"เชื้อแบคทีเรีย"** เท่านั้น ไม่มีฤทธิ์ลดอาการคออักเสบ คอแดง จาม น้ำมูกไหล หรือเสียงแหบที่เกิดจาก **เชื้อไวรัส** ได้

**แต่หาก "เจ็บคอ" ร่วมกับอาการ 3 ใน 4 ข้อนี ควรพบแพทย์ เพราะอาจเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย**

- ไม่มีอาการไอ
- มีไข้สูง
- มีจุดขาวหรือตุ่มหนองที่ต่อมทอนซิล
- พบต่อมน้ำเหลืองบวมโตใต้ขากรรไกร ทดเจ็บ

**"ยาปฏิชีวนะ...เป็นยาอันตราย ต้องปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรทุกครั้งก่อนใช้"**

การใช้ยาปฏิชีวนะที่ไม่ถูกต้อง อาจส่งผลร้ายได้เช่นกัน แต่จะเป็นอย่างไร และอันตรายแค่ไหน ฉบับหน้ามาพบกันต่อค่ะ





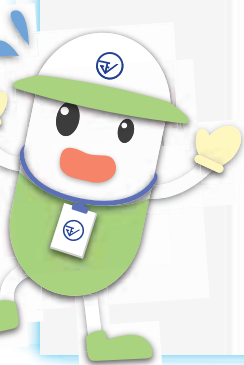
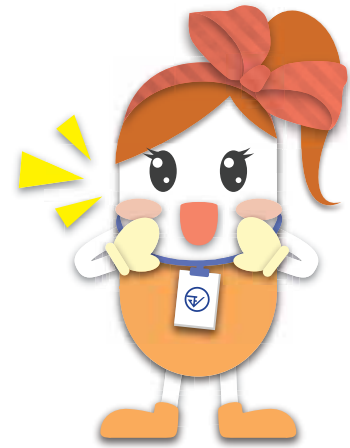


# Oryor.com Library

## ห้องสมุดเคลื่อนที่ของ อย.

**ห**้องสมุดเคลื่อนที่ของ อย. ที่จะติดตามคุณไปทุกที่ สามารถเรียกใช้ได้ทุกเวลาที่ต้องการ (แต่ต้องเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตนะครับ) สะดวก รวดเร็ว ที่สำคัญ ฟรี

ภายในอัดแน่นไปด้วยหนังสือ วารสาร คู่มือ มากมายให้เลือกอ่านกันแบบเต็มรูปแบบ เรียกได้ว่า อ่านหนังสือของจริงแบบไหน เรามีให้อ่านเหมือนกันทุกประการ และสามารถบันทึกเก็บไว้อ่านวันหลังก็ได้



ห้องสมุดของเราประกอบไปด้วย

1. Oryor report (ตั้งแต่ฉบับแรก มกราคม 2548 จนถึงปัจจุบัน) หรือก็คือวารสารที่คุณกำลังอ่านอยู่นี่เอง เป็นวารสารรายเดือนที่จัดทำขึ้นสำหรับผู้บริโภคทั่วไป

2. Oryor Trade Insight (ตั้งแต่ฉบับแรก มกราคม 2556 จนถึงปัจจุบัน) เป็นวารสารราย 3 เดือนที่จัดทำขึ้นสำหรับผู้ประกอบการเป็นหลัก แต่ผู้บริโภคทั่วไปก็สามารถอ่านได้


3. อย. Health book ที่รวบรวมหนังสือ คู่มือ ต่าง ๆ ที่ทาง อย. ได้จัดทำขึ้นตามโครงการ หรือวาระต่าง ๆ สะสมให้อ่านกันอย่างต่อเนื่อง

4. งานวิจัย เป็นแหล่งรวบรวมงานวิจัยทั้งหมด ที่ทางกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภคได้ศึกษาวิจัยไว้ ตั้งแต่ปี 2540 มาจนถึงปัจจุบัน มีให้อ่านแบบ Full text เต็มเล่มกันไปเลย

5. FDA journal วารสารวิชาการของ อย. เริ่มรวบรวมให้อ่าน ตั้งแต่เล่มของปี 2557

6. จดหมายข่าว อย.น้อย (ตั้งแต่ฉบับแรก ตุลาคม 2556 จนถึงปัจจุบัน) สำหรับโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการ อย.น้อย โดยเฉพาะแต่ผู้บริโภคทั่วไปก็สามารถอ่านได้นะครับ

7. อย. E-Magazine ผลิตมาทั้งหมด 7 เล่ม ปัจจุบันหยุดผลิตแล้ว

หากคุณสนใจ สามารถเข้าไปอ่านได้ที่ [www.oryor.com](http://www.oryor.com) แล้วคลิกเลือกเมนู Library ได้เลย 

# ภัยจากสารฟอกขาวในอาหาร

## (สารปนเปื้อนในอาหาร ตอนที่ 4)

“

เลือกซื้ออาหารที่มีสีใกล้เคียงกับธรรมชาติ  
ไม่ขาวจนเกินไป เช่น หลีกเลี่ยงการซื้อถั่วงอกหรือ  
งิงชอยที่ผ่านการใช้สารฟอกขาวจนทำให้มีสีขาว  
ใหม่อยู่เสมอ แม้ตาคลมก็ยังไม่รู้สึกจ้า และก่อน  
นำมาปรุงอาหารทุกครั้ง ควรล้างน้ำให้สะอาด  
โดยให้น้ำไหลผ่าน รวมทั้งควรปรุงอาหารให้สุก  
ก่อนการบริโภค

”

**ย**อดมะพร้าวที่ดูขาวสะอาด หรือ สับปะรดที่ดูขาวกรอบ มักถูกฟอกขาว  
ด้วยสารฟอกขาวเพื่อให้อาหารแลดูน่ารับประทาน และดูใหม่อยู่เสมอ จนอาจ  
เป็นอันตรายต่อผู้บริโภคได้ เพราะสารฟอกขาวเป็นสารเคมีที่ใช้ในอุตสาหกรรมหลายชนิด  
และกระทรวงสาธารณสุขไม่อนุญาตให้ใช้เจือปนในอาหาร...



ภาพจาก [www.greenshopcafe.com](http://www.greenshopcafe.com)

**สารฟอกขาว** หรือ **ผงซักฟุ้ง**  
หรืออีกชื่อทางเคมี **สารโซเดียมไฮโดรซัลไฟต์**  
(Sodium Hydrosulfite) เป็นสารเคมี  
ที่ใช้ในอุตสาหกรรมเส้นใยไหม ฟอกแห  
อวน แต่มีผู้ค้าบางรายลักลอบนำมาใช้  
ฟอกขาวในอาหาร อาทิ ถั่วงอก ชิงฝอย  
กระชายชอย ยอดมะพร้าว หน่อไม้ดอง  
น้ำตาลมะพร้าว ทูเรียนกวน รวมถึง



ภาพจาก W

เครื่องในสัตว์อย่างสับปะรดหรือผ้าซีริว เพื่อให้  
อาหารมีสีขาว คุณภาพดี น่ารับประทาน  
ดูใหม่อยู่เสมอ ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค  
ปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขไม่อนุญาต  
ให้ใช้สารโซเดียมไฮโดรซัลไฟต์ (Sodium  
Hydrosulfite) เจือปนในอาหาร

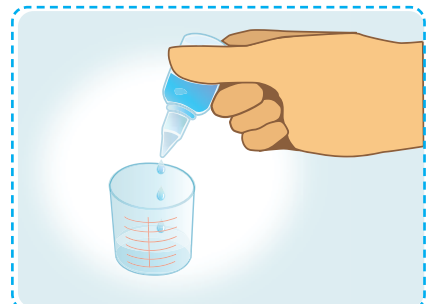
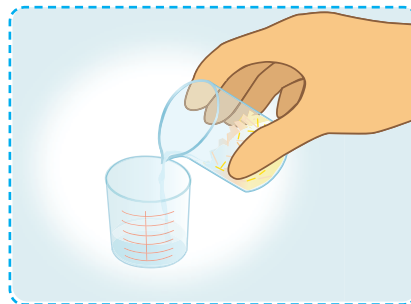
### อันตรายจากสารฟอกขาว

ถ้าสัมผัสผิวหนังจะทำให้ผิวหนัง  
อักเสบ เป็นผื่นแดง และถ้าบริโภคเข้าไป  
จะทำให้เกิดอาการอักเสบในอวัยวะที่  
สัมผัสอาหาร เช่น ปาก ลำคอ กระเพาะ  
อาหาร เกิดอาการปวดหลัง ปวดศีรษะ  
อาเจียน แนนหน้าอก หายใจไม่สะดวก  
ไตวาย ช็อก หมดสติ และเสียชีวิตในที่สุด





ปรุงอาหารทุกครั้ง ควรล้างน้ำให้สะอาด โดยให้น้ำไหลผ่าน รวมทั้งควรปรุงอาหารให้สุกก่อนการบริโภค เพราะสารโซเดียมไฮโดรซัลไฟต์จะถูกทำลายด้วยความร้อน อย่างไรก็ตาม ผู้บริโภคสามารถทดสอบสารฟอกขาวเบื้องต้นได้ด้วยตนเอง โดยใช้ชุดทดสอบสารฟอกขาว ของกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ซึ่งมีวิธีทดสอบง่าย ๆ ดังนี้



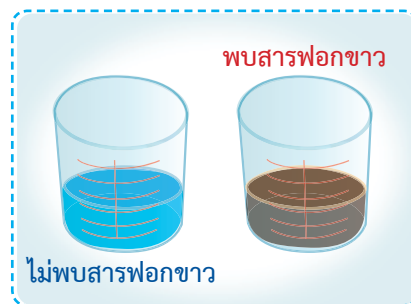
### วิธีหลีกเลี่ยงอันตรายจากสารฟอกขาว

เลือกซื้ออาหารที่มีสีใกล้เคียงกับธรรมชาติ ไม่ขาวจนเกินไป เช่น หลีกเลี่ยงการซื้อถั่วงอกหรือชิงชอยที่ผ่านการใช้

1. นำถั่วงอกมาหั่นเป็นข้อเล็ก ๆ เติมน้ำ 10 ซีซี บดให้เข้ากัน
2. หยดน้ำยา 3 - 4 หยด สังเกตดูสีน้ำยา



สารฟอกขาวจนทำให้มีสีขาวใหม่อยู่เสมอ แม้ตากลมก็ยังไม่มีสีคล้ำ และก่อนนำมา



3. การอ่านผล ถ้าน้ำยาเป็นสีเทา ดำ แสดงว่ามีสารไฮโดรซัลไฟต์

รู้อย่างนี้แล้ว... เราควรหลีกเลี่ยงการบริโภคอาหารที่ผ่านการใช้สารฟอกขาว หรือเพื่อความปลอดภัย จะใช้ชุดทดสอบสารฟอกขาวเพื่อทดสอบสารฟอกขาวเบื้องต้นในอาหารตามวิธีที่แนะนำไว้ข้างต้นก็ได้ ส่วนสารปนเปื้อนในอาหารชนิดต่อไป ติดตามอ่านกันในฉบับหน้าค่ะ 🌱

เอกสารอ้างอิง : - เอกสารเผยแพร่ เรื่อง สารปนเปื้อนในอาหาร โดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา  
- นิตรรศการ ชุด สารปนเปื้อนในอาหาร เรื่อง สารฟอกขาว โดย สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

## อย. ผนึกกำลัง กสทช. , กระทรวง ICT , บก.ปคบ. จัดการแก้ไขปัญหาคาสิโนสุขภาพผลิตภัณฑ์สุขภาพผลิตภัณฑ์ทางสื่อวิทยุโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต โซเชียลมีเดีย เพิ่มบทลงโทษสูงขึ้น

สวัสดิ์ศึคะ เก็บข่าวกลับมาบรรยายงานข่าวที่น่าสนใจในแวดวงอาหารและยาให้ทราบอีกเช่นเคย ก่อนอื่นขอแสดงความเสียใจและเป็นกำลังใจให้พี่น้องชาวเนปาลผู้ประสบภัยพิบัติแผ่นดินไหวอย่างรุนแรง เชื่อว่าอีกไม่นานสถานการณ์จะกลับคืนสู่ภาวะปกติด้วยความช่วยเหลือและแรงใจจากนานาชาติ รวมทั้งชาวไทยด้วย ลู๊ ๆ ค่ะ



**ฉ** บัชนี ขอเริ่มด้วยการแถลงข่าวของ อย. เมื่อวันที่ 27 เม.ย. 58 ที่ผ่านมา แถลงเกี่ยวกับมาตรการเฝ้าระวังและตรวจสอบโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่เข้มงวดขึ้นทางสื่อต่าง ๆ โดยร่วมมือกับ กสทช. , กระทรวง ICT และ บก.ปคบ. ด้วยมาตรการที่สำคัญ ได้แก่ การปรับแก้กฎหมายโฆษณาให้มีบทลงโทษมากขึ้น เช่น แก้ไขบทกำหนดโทษโฆษณาอาหารและยา โดยเพิ่มอัตราโทษให้สูงขึ้นทั้งโทษจำคุกและปรับ , ปรับแก้ร่าง พ.ร.บ. เครื่องสำอาง พ.ศ. 2535 เกี่ยวกับการโฆษณาเครื่องสำอาง รวมทั้งดำเนินการตามกฎหมายกับผู้กระทำความผิดที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมาย ไม่ว่าจะเป็นเจ้าของผลิตภัณฑ์ สื่อ และพิธีกรผู้ดำเนินรายการ ส่วนการดำเนินงานของ กสทช. จะพักใช้หรือเพิกถอนใบอนุญาตประกอบกิจการกระจายเสียงหรือกิจการโทรทัศน์ กรณีปรากฏข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการโฆษณาอาหาร ยา และผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ผิดกฎหมาย ซึ่งจากการตรวจสอบช่องทางทีวีดาวเทียมจำนวนทั้งสิ้น 41 ช่อง พบโฆษณา

ผิดกฎหมายจำนวน 27 ช่อง โดย อย. ได้แจ้งระงับและเปรียบเทียบปรับเจ้าของสื่อ เจ้าของผลิตภัณฑ์ และพิธีกร ผู้ดำเนินรายการเรียบร้อยแล้ว นอกจากนี้ อย. ยังเฝ้าระวังโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพทางอินเทอร์เน็ตจำนวน 622 URL. และพบการโฆษณาฝ่าฝืนกฎหมาย และได้ส่งเรื่องให้กระทรวงไอซีทีเพื่อปิดเว็บไซต์จำนวน 483 URL. ซึ่งขณะนี้ปิดไปแล้วจำนวน 69 URL. อีกทั้ง อย. จะดำเนินการเฝ้าระวังโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ผิดกฎหมายทางสื่อวิทยุชุมชนอย่างเข้มงวดมากขึ้น โดยดำเนินการร่วมกับ กสทช. , กสทช.เขต , บก.ปคบ. และเครือข่ายผู้บริโภคในจังหวัด การแถลงข่าวครั้งนี้ ได้นำผลงานการตรวจจับผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมายผ่านทางเว็บไซต์ และ Social Media มาแถลงให้สื่อทราบด้วย

เริ่มจากการจับเว็บไซต์ (www.multilifeshop.com) โฆษณาขายผลิตภัณฑ์อาหาร ผลิตภัณฑ์นมผึ้ง (Royal Jelly) Multi Life อวดสรรพคุณรักษาโรคไมเกรน ภูมิแพ้ สรรพคุณมากมาย และเว็บไซต์ (www.marmui.com) โฆษณาขายผลิตภัณฑ์

ยี่ห้อ Premium อวดสรรพคุณเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ พบสถานที่ส่งและขายสินค้า เว็บแรกอยู่ที่นครนายก และเว็บที่สองอยู่ที่เขตสายไหม กรุงเทพฯ ขอเตือนผู้บริโภคอย่าหลงเชื่อผลิตภัณฑ์อาหารอวดสรรพคุณเกินจริง อ้างรักษาได้สารพัดโรค **อย่า ! ผลิตภัณฑ์อาหารไม่ใช่ยารักษาโรค** เสี่ยงต่ออันตรายได้ค่ะ และไฮไลท์การแถลงข่าวที่จะนำมาเตือนสาวอยากผอมทั้งหลาย กรณีจับ “ยาลดความอ้วนอ้างชื่อ เซอร์รี่ 3 โคน” โฆษณาเกินจริงผ่านทางเฟซบุ๊ก ทำให้มีผู้เสียชีวิต เคสนี้ อย. ร่วมกับ บก.ปคบ. สืบสวนอย่างเร่งด่วน จนจับผู้กระทำความผิดได้ในเวลาอันรวดเร็ว โดยพบ น.ส.ชลธิชา แดงหนู (ชื่อเล่น เซอร์รี่) เป็นผู้ขายยาผ่านเฟซบุ๊ก ใช้ชื่อว่า “เซอร์รี่ 3 โคน” ให้การกับเจ้าหน้าที่ตำรวจว่า รับยามาจากเอเรียคลินิกเวชกรรม ย่านห้วยขวาง ผลการตรวจคลินิกดังกล่าวพบยาที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยาหลายรายการ ส่วนหนึ่งเป็นยาลดความอ้วนด้วย ขอเตือนสาว ๆ อย่าหลงเชื่อโฆษณาอวดสรรพคุณของยาลดความอ้วนทางสื่อต่าง ๆ เสี่ยงต่อผลข้างเคียงสูงทั้งหัวใจและหลอดเลือด อาจทำให้เสียชีวิตได้ งานนี้ คุณลลภา รัชตะอมระโชติ (เซอร์รี่ 3 โคนตัวจริง) ได้มาร่วมแถลงข่าวด้วย

ปิดท้ายขอให้ทุกท่านมีภูมิคุ้มกันตนเอง อย่าหลงเชื่อง่ายกับโฆษณาอวดสรรพคุณใด ๆ มีสติ คิดก่อนที่จะซื้อค่ะ

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



# เรื่องหวาน ๆ ของน้ำตาลใน “เครื่องดื่ม”

ในช่วงปลายฤดูร้อนต้นฤดูฝนแบบนี้จะมีเครื่องดื่มอะไรที่ให้ความรู้สึกดีได้มากไปกว่าการได้ดื่มน้ำหวานเย็น ๆ ที่ให้ความสดชื่น ทำให้ร่างกายรู้สึกกระปรี้กระเปร่า อีกทั้งยังช่วยทดแทนปริมาณน้ำที่เราสูญเสียไปในแต่ละวัน แต่คุณผู้อ่านทราบหรือไม่ว่าภัยแฝงที่เกมมา กับเครื่องดื่มเหล่านี้คืออะไร เราจะมาไขข้อข้องใจกันค่ะ




**Q** สวัสดิ์ค่ะ ดิฉันเป็นแม่บ้านที่ต้องดูแลลูก ๆ และสามี ซึ่งในช่วงหน้าร้อนแบบนี้ ดิฉันต้องซื้อน้ำอัดลม และน้ำหวานอื่น ๆ เข้าบ้านเป็นจำนวนมาก เพราะลูกและสามีดื่มน้ำอัดลมและน้ำชาเขียวเกือบตลอดทั้งวันเลยคะ ไม่ทราบว่าจะมีอันตรายกับสุขภาพร่างกายของคนในครอบครัวไหมคะ ขอขอบคุณค่ะ

**A** ปัจจุบัน เครื่องดื่ม เช่น น้ำอัดลม น้ำชาเขียว เป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมของคนไทยเป็นจำนวนมาก อาจด้วยสภาพอากาศที่ร้อน รสชาติที่ถูกใจ ประกอบกับแรงจูงใจด้วยการสร้างค่านิยมว่า ดื่มแล้วเป็นคนรุ่นใหม่ ทันสมัย หรือดื่มแล้วดีต่อสุขภาพ อีกทั้งผู้ผลิตยังส่งเสริมกลยุทธ์ทางการขาย โดยการส่งชิงโชค จึงนำมาสู่การบริโภคต่อวันในปริมาณที่สูงขึ้นแทนการดื่มน้ำเปล่า ซึ่งเครื่องดื่มเหล่านี้มีส่วนผสมของน้ำตาล กาเฟอีน ตลอดจนส่วนผสมอื่น ๆ โดยภัยแฝงหลัก ๆ มาจากน้ำตาลที่เป็นส่วนประกอบในเครื่องดื่มต่าง ๆ จากการศึกษารายงานขององค์การอนามัยโลก (WHO)

พบว่าผู้ใหญ่ 1 ใน 10 เป็นโรคเบาหวาน โดยทั่วโลกพบผู้ป่วยโรคเบาหวานกว่า 371 ล้านคน และพบคนที่มีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติเสี่ยงเป็นเบาหวานอีก 2.4 ล้านคน สาเหตุเพราะบริโภคน้ำตาลสูงเฉลี่ยวันละ 20 ช้อนชา ในขณะที่มีข้อเสนอแนะให้คนไทยบริโภคน้ำตาลทรายไม่เกินวันละ 6 ช้อนชา ซึ่งมากกว่าปริมาณที่ควรบริโภคถึง 3 เท่า โดยในน้ำอัดลม 1 กระป๋อง ขนาดบรรจุ 325 มิลลิลิตร จะมีน้ำตาลผสมอยู่ 8 - 13 ช้อนชา และสำหรับน้ำชาเขียว 1 ขวด ขนาดบรรจุ 500 มิลลิลิตร มีน้ำตาล 13 - 16 ช้อนชา เทคนิคง่าย ๆ ที่ช่วยควบคุมการบริโภคน้ำตาลสามารถเทียบด้วยตัวเองง่าย ๆ โดยจำว่าน้ำตาล 1 ช้อนชา มีน้ำหนัก 4 กรัม และอ่านฉลากโภชนาการดูว่าเครื่องดื่มมีปริมาณน้ำตาลกี่กรัม และนำมาหาร 4 ก็จะทราบค่าประมาณกี่ช้อนชา

ภัยแฝงอีกประการหนึ่ง คือ เครื่องดื่มบางประเภทมีกาเฟอีน ที่เด็กเล็กสตรีมีครรภ์ และคนที่ป่วยโรคกระเพาะควรหลีกเลี่ยง โดยเครื่องดื่มน้ำอัดลมที่เป็นน้ำดำ จะมีกาเฟอีน 38 - 45 มิลลิกรัม

ต่อกระป๋อง ในเครื่องดื่มชาเขียวขนาดบรรจุ 500 มิลลิกรัม จะมีกาเฟอีน 50 - 76 มิลลิกรัม ซึ่งหากบริโภคกาเฟอีนในเครื่องดื่ม 50 - 200 มิลลิกรัม จะกระตุ้นให้ไม่่วงนอน ลดความเหนื่อยอ่อนของร่างกายชั่วคราว แต่หากรับประทานเกิน 200 มิลลิกรัมต่อวัน จะส่งผลให้หัวใจทำงานหนัก เร่งการหลั่งกรดและน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร ทำให้ท้องอืด จุกเสียด และกระเพาะอาหารเป็นแผลได้ ดังนั้นการดื่มเครื่องดื่มต่าง ๆ ไม่ได้เป็นสิ่งผิด ถ้าดื่มในปริมาณที่เหมาะสม ไม่มากจนเกินไป คุณผู้อ่านก็จะได้รับความอร่อย สดชื่น จากเครื่องดื่ม และไม่มีผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาวอีกด้วย

อย่าลืมนะคะ หากท่านผู้อ่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพสามารถส่งจดหมายมาถามเราที่ กลุ่มเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 พบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ 

# ยาที่ใช้แล้ว... เมื่อใดจึงจะหมดอายุ ?

“

ก่อนที่จะใช้ยาทุกครั้งควรสังเกตลักษณะของยา หากลักษณะทางกายภาพ เช่น สี กลิ่น รส เปลี่ยนแปลงไป หรือมีการตกตะกอน ก็ไม่ควรใช้ยานั้น

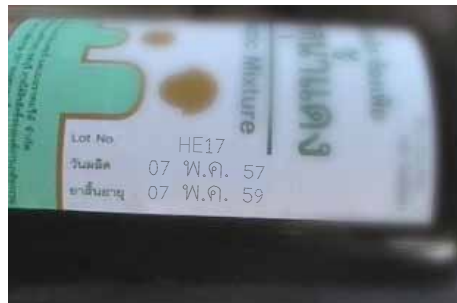
”



ภาพจาก [www.fodgiology.wix.com](http://www.fodgiology.wix.com)

**“เมื่อยาถูกเปิดใช้ “อายุของยา” จะสั้นลง และไม่ใช้วันหมดอายุตามที่ระบุบนฉลาก”** ยังคงมีความเข้าใจผิดเกี่ยวกับยาที่เปิดใช้แล้วว่าจะมีอายุของยาตามที่ระบุไว้บนฉลาก แต่ความจริงไม่ได้เป็นเช่นนั้น เนื่องจากเมื่อยาถูกเปิดออกใช้ ยาจะสัมผัสกับอากาศ ความชื้น อุณหภูมิ หรือแสง ทำให้ยาที่เปิดใช้นั้น

ค่อย ๆ เสื่อมสภาพลง ปริมาณสารสำคัญที่มีผลในการรักษาจะลดลง หรือในบางครั้งโครงสร้างของยาอาจกลายสภาพไปเป็นสารที่ไม่มีฤทธิ์ในการรักษา หรืออาจเป็นพิษต่อร่างกายได้ อนึ่ง ในยาบางประเภท เช่น ยาน้ำก็อาจจะมีการเจริญเติบโตของเชื้อโรคในยานั้น ๆ จนทำให้เกิดอันตรายต่อผู้ที่นำไปใช้ได้



ยาที่ถูกผลิตออกมาจากโรงงานผลิตยาจะมีการระบุ “วันหมดอายุ” หรือ “วันสิ้นอายุ” ของยาบนฉลาก โดย



ภาพจาก [www.theguardian.com](http://www.theguardian.com)

วันที่หมดอายุนี้ได้จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความคงสภาพของยาภายใต้ภาชนะบรรจุและสภาวะของการจัดเก็บ (อุณหภูมิ และความชื้น) ตามที่ขอขึ้นทะเบียนยาไว้กับสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา แต่เมื่อยาถูกเปิดใช้ หรือเปลี่ยนถ่ายภาชนะบรรจุ ตลอดถึงการจัดเก็บในสภาวะแวดล้อมที่ไม่เป็นไปตามที่ระบุบนฉลาก ยาจะเสื่อมสภาพลงเร็วกว่าปกติ และวันที่หมดอายุก็จะไม่เป็นไปตามที่ระบุบนฉลากยานั้น



ภาพจาก [www.icureny.com](http://www.icureny.com)

**“ยาที่เปิดใช้แล้ว” จึงไม่ได้มีวันที่หมดอายุของยาตามที่ระบุไว้บนฉลาก** ดังนั้น เมื่อเปิดใช้ยาจึงควรเขียนวันที่เปิดใช้ยาลงบนฉลาก เพื่อเป็นการเตือนความจำ ทั้งนี้อาจจะระบุถึงวันหมดอายุใหม่ของยาลงไปเลยก็ได้เพื่อให้ง่ายต่อการสังเกตสำหรับ “วันหมดอายุใหม่” ของยาที่เปิดใช้เป็นดังนี้



**1. ยาหยอดตา ยาป้ายตา** โดยทั่วไปจะมีการใส่สารต้านเชื้อการเจริญเติบโตของเชื้อโรค หรือสารกันบูด (Preservative) ลงไปในยาด้วย โดยหลังจากที่เปิดใช้ ยาจะมีอายุ **1 เดือน นับจากวันที่เปิดใช้ครั้งแรก และเมื่อพ้น 1 เดือนหลังการเปิดใช้ ควรที่จะทิ้งยาทันที** เนื่องจากสารต้านการเจริญเติบโต



ภาพจาก [www.icureny.com](http://www.icureny.com)

ของเชื้อโรค หรือสารกันบูด ที่ใส่ลงไปนั้น จะมีประสิทธิภาพได้ในช่วง 1 เดือนเท่านั้น เมื่อพ้น 1 เดือนแล้ว จะมีโอกาสที่เชื้อโรคจะเจริญเติบโตในยาได้ ถึงแม้ว่ายาหยอดตา หรือ ยาป้ายตาชนิดนั้น ๆ จะเป็น “ยาฆ่าเชื้อ” ก็ตาม (เชื้อโรคบางชนิด เช่น ซูโดโมแนส ออรูจิโนซา (*Pseudomonas aeruginosa*) เป็นเชื้อมักพบในยาหยอดตาที่เสื่อมสภาพ และเป็นสาเหตุของการติดเชื้อที่กระจกตา จนเป็นสาเหตุให้ตาบอดได้)

**2. ยาหยอดตา / น้ำตาเทียม ชนิดที่ไม่ใส่สารต้านการเจริญเติบโตของเชื้อโรค หรือ สารกันบูด(Preservative)** ยาจะมีอายุสั้นมาก คือเพียง 1 วัน เท่านั้น หลังจากที่เปิดใช้

**3. ยาผงแห้งผสมน้ำ** หลังจากผสมน้ำแล้ว อายุยาให้ยึดตามข้อมูลที่ระบุไว้บนฉลาก บางชนิดต้องใช้ให้หมดทันทีหลังจากผสมน้ำ เช่น ยาผงละลายน้ำสำหรับละลายเสมหะ บางชนิดสามารถ



เก็บไว้ได้หลังจากที่ผสมน้ำแล้ว แต่ต้องเก็บในตู้เย็น (2-8 องศาเซลเซียส) เช่น ยาปฏิชีวนะชนิดผงแห้งสำหรับเด็ก ดังนั้นก่อนผสมและใช้ยาจะต้องอ่านฉลากให้ละเอียด ทั้งปริมาณของน้ำที่ใช้เพื่อทำละลายยา วิธีการผสม การเก็บรักษา และอายุของยาหลังจากผสมน้ำแล้ว



ภาพจาก [www.fodgiology.wix.com](http://www.fodgiology.wix.com)

**4. ยาน้ำทั่วไป** ทั้งชนิดรับประทาน และยาสำหรับใช้ภายนอก หลังจากเปิดใช้ ควรเก็บไว้ไม่เกิน 6 เดือน



**5. ยาแบ่งนับเม็ด** ซึ่งแบ่งบรรจุจากภาชนะบรรจุเดิมของบริษัทผู้ผลิต จะมีอายุไม่เกิน 1 ปี นับจากวันที่ทำการ

แบ่งบรรจุ แต่หากวันหมดอายุที่กำหนดบนฉลากของภาชนะบรรจุเดิมของบริษัทผู้ผลิตสั้นกว่า ให้ใช้อายุที่สั้นกว่าแทน แต่ทั้งนี้สภาวะการเก็บรักษาจะต้องคำนึงถึงปัจจัยที่จะไม่ทำให้ยานั้นเสื่อมสภาพด้วย เช่น ควรเก็บยาในที่อุณหภูมิไม่เกิน 30 องศาเซลเซียส (สำหรับยาทั่ว ๆ ไป) เก็บยาห่างจากความชื้น และแสงแดด และหากเป็นยาที่เสื่อมสภาพเมื่อสัมผัสกับแสง เช่น ยาในกลุ่มวิตามิน ก็ควรใช้ซองสีชาหรือภาชนะในการแบ่งบรรจุยาที่ทึบแสงด้วย



อย่างไรก็ดีแม้ว่าจะมีการกำหนด วันหมดอายุขึ้นใหม่หลังจากมีการเปิดใช้ยาตามแนวทางข้างต้น แต่ก่อนที่จะใช้ยาทุกครั้งควรสังเกตลักษณะของยา หากลักษณะทางกายภาพ เช่น สี กลิ่น รส เปลี่ยนแปลงไป หรือมีการตกตะกอน ก็ไม่ควรใช้นั้น 🚫

ยาทุกชนิด เสื่อมสภาพ เมื่อเปิดใช้...จดวันเปิดใช้บนฉลาก เพื่อกำหนด “วันหมดอายุใหม่” ของยา



# คิดสักนิดก่อนปรุงรสอาหาร



ภาพจาก [www.tartoh.com](http://www.tartoh.com)

“ ก่อนปรุงอาหารครั้งใด หยุดคิดสักนิด หรือชิมก่อนปรุงสักหน่อย หรือลองทานอาหาร แบบไม่ต้องปรุง เพื่อสุขภาพที่ดี ”

ดูดซึมอาหารของร่างกาย ฟอกเลือด เป็น ยาระบายอ่อน ๆ ช่วยขับเสมหะ และ แก้อืดออกตามโรฟิม ซึ่งให้ประโยชน์ แก่ร่างกาย แต่ความเปรี้ยวที่มาจาก สารสังเคราะห์อย่าง น้ำส้มสายชู หากบริโภค มากเกินไปจะเป็นอันตรายต่อร่างกาย อาจทำให้ท้องเสีย ร้อนใน ระบบน้ำเหลือง ในร่างกายมีปัญหา และกระดูกผุ

**รสเผ็ด**  
รสเผ็ดที่มาจากสมุนไพร เช่น กานพลู กระเทียม หัวหอม และพริก จะ ช่วยให้การทำงานของปอดและลำไส้ใหญ่ เป็นไปตามปกติ แต่ถ้าบริโภคมากเกินไป อาจทำให้เป็นโรครดในกระเพาะอาหาร มีอาการท้องขึ้นและอืดอัดได้

รู้แบบนี้แล้ว... ก่อนปรุงอาหาร ครั้งใด หยุดคิดสักนิด หรือชิมก่อนปรุง สักหน่อย หรือลองทานอาหารแบบไม่ต้อง ปรุง เพื่อสุขภาพที่ดีของเรา **🍵**

**ค** ความชื่นชอบในรสชาติอาหารของ แต่ละคนนั้นแตกต่างกัน บางคน ชอบเค็ม บางคนชอบหวาน บางคนชอบเปรี้ยว หรือบางคนชอบเผ็ด แต่รู้ไหม...การบริโภค อาหารที่มีรสชาติจัดจ้านเกินไปอาจส่งผลเสีย แก่สุขภาพร่างกายในอนาคตได้

**รสเค็ม**  
การบริโภคอาหารที่มีรสชาติ เค็มจัด อาจเสี่ยงต่อการเป็นโรคไต ความดัน โลหิตสูง โรคอัมพฤกษ์ โรคหัวใจ อาการบวม หัวใจวาย ริดสีดวง ไมเกรน และภาวะ กระดูกบางได้ ดังนั้น เราควรระมัดระวัง ในการปรุง หรือบริโภคอาหาร เนื่องจาก ในอาหารหลายชนิด จะมีเกลือหรือโซเดียม เป็นส่วนประกอบ ซึ่งถ้าเราบริโภคเกลือ ให้น้อยลงจะส่งผลให้การทำงานของ อินซูลิน ดีขึ้น

**รสหวาน**  
น้ำตาลจัดเป็นอาหารจำพวก คาร์โบไฮเดรตที่ให้พลังงานต่อร่างกาย และ ช่วยให้ร่างกายรู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า อย่างรวดเร็ว แต่การบริโภคอาหารที่มี รสชาติหวานมากเกินไป อาจก่อให้เกิด ไขมันสะสม และอาจทำให้เป็นโรคเบาหวาน ได้ โดยเฉพาะในผู้ป่วยโรคเบาหวาน จะส่งผลให้ระดับน้ำตาลในเลือดขาดความ สมดุล ตับอ่อนต้องทำงานหนักในการผลิต อินซูลินออกมามากกว่าปกติเพื่อกำจัด ปริมาณน้ำตาลในเลือด

**รสเปรี้ยว**  
รสเปรี้ยวที่ได้จากธรรมชาติอย่าง มะกรูด มะนาว มะขาม มะม่วงดิบ หรือ สับปะรด จะมีคุณสมบัติในการกระตุ้นตับ และถุงน้ำดี ให้ปล่อยน้ำย่อยช่วยในการ

ที่มา : [www.thaihealth.or.th/Content/27852-‘เค็มหวานเผ็ดเปรี้ยว’%20คิดสักนิดก่อนปรุง.html](http://www.thaihealth.or.th/Content/27852-‘เค็มหวานเผ็ดเปรี้ยว’%20คิดสักนิดก่อนปรุง.html)





## ต่อจากหน้า 3

หญิงตั้งครรภ์ที่มีปีละ 700,000 กว่าคน กินยาเม็ดเสริมไอโอดีนเพื่อพัฒนาสมองเด็ก การตรวจและส่งเสริมพัฒนาการเด็กแรกเกิด จนถึง 5 ขวบทุกคน การลดปัญหาแม่วัยรุ่น ซึ่งพบปีละประมาณ 130,000 คน และ ป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำครั้งที่ 2 ให้เหลือ ไม่เกินร้อยละ 10 **ขยายบริการการรักษา ผู้ป่วยซึมเศร้า**ซึ่งคาดว่าจะมีประมาณ 1.5 ล้าน ไปที่โรงพยาบาลชุมชนทุกแห่ง ป้องกันปัญหา การฆ่าตัวตาย **ในส่วนของผู้สูงอายุ** ได้รับ บริการผ่าตัดตาต้อกระจก ใส่ฟันเทียม ผังรากฟันเทียม **คนพิการได้รับการดูแล ใส่ขาเทียม** และดำเนินการอย่างต่อเนื่อง

มีการตั้งทีมประเมินสถานการณ์ ระดับเขตและระดับจังหวัด เพื่อเพิ่มความ เข้มแข็งในการควบคุมโรคติดต่ออันตราย เช่น โรคติดเชื้อไวรัสโคโรน่า โรคอีโบล่า สามารถ ตรวจจับสัญญาณโรคและควบคุมป้องกันโรค ได้อย่างรวดเร็ว รวมทั้งได้ให้ยาต้านไวรัส แก่ผู้ติดเชื้อเอชไอวีทุกคนตั้งแต่รู้ผลการ ตรวจเลือด มีการขยายบริการสุขภาพไปยัง

เขตสุขภาพทุกเขต ผู้ป่วยโรคหัวใจ มะเร็ง ไตวายระยะสุดท้าย ได้รับการดูแลรักษา ใกล้บ้าน ผู้ป่วยที่มีอาการกล้ามเนื้อหัวใจ ขาดเลือดเฉียบพลัน จะได้รับการรักษาด้วย ยาละลายลิ่มเลือดที่โรงพยาบาลชุมชน และ ได้รับการผ่าตัดหัวใจภายใน 3 เดือน มีการ ขยายการรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยเคมีบำบัด ไปยังโรงพยาบาลชุมชนขนาดใหญ่ ขยายบริการ ฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม รักษาผู้ป่วย ไตวายระยะสุดท้ายเพิ่มในโรงพยาบาลชุมชน ขนาดใหญ่อีก 207 แห่ง นอกจากนี้ ได้เปิด บริการตรวจรักษาผู้ป่วยนอกด้วยการแพทย์ แผนไทย คู่ขนานกับแพทย์แผนปัจจุบัน 467 แห่ง และจะเพิ่มอีก 100 แห่งในอีก 6 เดือน เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญาไทย โดยวิจัย ตำรับยาไทยรักษาโรคมะเร็ง อาทิ มะเร็ง ปากมดลูก ตับ และปอด รวมทั้งส่งเสริม การฟิงฟิงตนเองด้านยา ซึ่งขณะนี้องค์การ เกสซ์กรรมได้ผลิตยารักษาโรคความดันโลหิตสูง ยาลดไขมันในเลือด ยารักษาจิตเวชได้เอง และ ได้วิจัยพัฒนายาเม็ดรักษาปัญหาผมร่วง ศีรษะล้าน รวมทั้งยารักษาโรคต่อมลูกหมาก โต

สำหรับการสร้างหลักประกันสุขภาพ คนไทยทุกคน ขณะนี้ทำได้กว่า 66 ล้านคน หรือร้อยละ 99.81 ของประชากรไทย และ เติมเต็มส่วนที่ขาด โดยดึงผู้ที่มีปัญหาสถานะ และสิทธิให้ได้รับสิทธิเพิ่มอีก 285,171 คน มั่นใจว่าใน 3 ปีนี้คนไทยทุกคนจะมีหลักประกัน สุขภาพ

ในการคุ้มครองสุขภาพประชาชน กระทรวงสาธารณสุข ได้ผลักดันร่างกฎกระทรวง ว่าด้วยการกำจัดขยะมูลฝอยติดเชื้อ ขยะพิษ เพื่อปกป้องสุขภาพคนไทยจากมลพิษขยะ ขณะนี้ผ่านความเห็นชอบจาก ครม. แล้ว และพัฒนามาตรฐานบริการโรงพยาบาลรัฐ และเอกชน สร้างความมั่นใจให้ประชาชน มีโรงพยาบาลรัฐผ่านการรับรองมาตรฐาน เอชเอชขั้นสูงสุดร้อยละ 54 ส่วนโรงพยาบาล เอกชนผ่านแล้วร้อยละ 28 รวมทั้งติดตาม ควบคุมคุณภาพผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ โดยเฉพาะเครื่องสำอางและผลิตภัณฑ์ เสริมอาหาร เนื่องจากเป็นที่นิยมของประชาชน ทุกวัย และการผลักดัน พ.ร.บ. คุ้มครองเด็ก ที่เกิดโดยอาศัยเทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ ทางการแพทย์ เป็นต้น

## ต่อจากหน้า 13

สำหรับโครงการพัฒนาการมีส่วนร่วม ของประชาชนฯ คณะทำงานภาคประชาชน ได้มีการจัดประชุม ครั้งที่ 3/2558 เมื่อ



วันที่ 23 เมษายน 2558 ณ ห้องประชุม ชัยนาทนเรนทร อาคาร 1 ชั้น 1 ตึกสำนักงาน

คณะกรรมการอาหารและยา โดยที่ประชุม เห็นชอบให้จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ ให้ความรู้ เรื่อง “เสริมสร้างภูมิคุ้มกันจาก การใช้ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างถูกต้อง”



ในวันที่ 11 – 12 พฤษภาคม 2558 ณ โรงแรม เดอะ ทวิน ทาวเวอร์ ปทุมวัน กรุงเทพฯ โดยมีประเด็นสำคัญเกี่ยวกับสภาพปัญหา

และอันตรายจากสเตียรอยด์ และปัญหา ปัจจุบันในการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพ ที่กล่าวอ้างเกินจริง และการใช้ประโยชน์ จากฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพ

นอกจากนี้ คณะทำงานภาค ประชาชน ได้มีมติพิจารณาคัดเลือก ตราสัญลักษณ์(Logo) และสโลแกนของ โครงการพัฒนาการมีส่วนร่วมของประชาชนฯ เพื่อให้เป็นเอกลักษณ์เป็นที่จดจำได้ง่าย และสำหรับใช้

ในการทำกิจกรรม ต่าง ๆ ของ คณะทำงาน ภาคประชาชน







**อย. จับมือ คณะเภสัชศาสตร์ ม.รังสิต ตกลงร่วมมือทางด้านวิชาการ**

อย. โดย นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ร่วมกับคณะเภสัชศาสตร์ ม.รังสิต โดย ผศ.ดร.ภก.ธนภัทร ทรงศักดิ์ คณะบดีคณะเภสัชศาสตร์ ปฏิบัติการแทนอธิการบดี ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือทางด้านวิชาการ ณ ห้องประชุมชัยนาทนเรนทร อาคาร 1 ชั้น 1 ตึก อย. เมื่อวันที่ 21 เมษายน 2558



**อย. ออกร้านงานกาชาด ประจำปี พ.ศ. 2558**

ดร.นพ.ปฐม สวรรค์ปัญญาเลิศ รองเลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วย นางทิพย์ ตั้งสิริสวง เลขานุการกรม อย. มอบรางวัลให้ผู้โชคดีที่ร่วมตักไข่สวรรค์นำโชค ร้านกระทรวงสาธารณสุขในงานกาชาด ประจำปี พ.ศ. 2558 ณ สวนอัมพร เมื่อวันที่ 6 เมษายน 2558



**อย. ลงพื้นที่ ติดตามคุณภาพการผลิตเกลือบริโภคเสริมไอโอดีน**

นพ.ไพศาล ดั่นคุ้ม รองเลขาธิการฯ อย. นำทีมเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุข จ.สมุทรสาคร และ จ.เพชรบุรี ลงพื้นที่ตรวจเยี่ยมสถานประกอบการผลิตเกลือบริโภคเสริมไอโอดีน เพื่อติดตามการผลิตและให้คำแนะนำการจัดทำระบบประกันคุณภาพและควบคุมคุณภาพการผลิต ณ โรงงานเกลือเพชรสาคร จ.สมุทรสาคร และโรงงานปิงปั่งน้ำ จ.เพชรบุรี เมื่อวันที่ 23 เมษายน 2558





**อย. จับมือ บก.ปคบ. จับ “2 เว็บไซต์ โฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารอวดสรรพคุณทั้งรักษาโรค เพิ่มสมรรถภาพทางเพศ” และ “ยาลดความอ้วน อ้างชื่อ เซอร์รี่ 3 โลก” พร้อมผนึกกำลัง อย. , กสทช. , กระทรวง ICT , บก.ปคบ. จัดการแก้ปัญหาคาสิโนโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมาย ปี 2558 ทางสื่อ ทีวี วิทยุ อินเทอร์เน็ต โซเชียลมีเดีย**

นพ.ศิริวัฒน์ ทิพย์ธราดล ที่ปรึกษา รมว.สธ. พร้อมด้วย นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. ร่วมกับ ตำรวจ บก.ปคบ. กองบัญชาการตำรวจสอบสวนกลาง นำทีมโดย พ.ต.อ.ไพฑูริย์ คุ่มสระพรหม รอง ผบก.ปคบ. , พ.ต.อ.ทรงโปรต สิริสุขะ ผบก.4 บก.ปคบ. , น.อ.สมศักดิ์ ชาวสุวรรณ ประธานอนุกรรมการเพื่อดำเนินการสืบสวน จับกุมปราบปรามการกระทำผิดกฎหมายทางอินเทอร์เน็ต และ น.ส.สุภิญญา กลางณรงค์ กรรมการ กสทช. ร่วมกันแถลงข่าว หลังเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมกับ ตำรวจ บก.ปคบ. จับเว็บไซต์ [www.mutilifeshop.com](http://www.mutilifeshop.com) , [www.marmui.com](http://www.marmui.com) โฆษณาขายผลิตภัณฑ์อาหารอวดสรรพคุณเกินจริง และจับกุม น.ส.ชลธิชา แต่งหนู โฆษณาและขายยาลดความอ้วนผ่านเฟซบุ๊ก ใช้ชื่อว่า “เซอร์รี่ 3 โลก” พร้อมกันนี้ได้แถลงมาตรการเชิงรุก แนวทางการดำเนินงานปีงบประมาณ 2558 แก้ไขปัญหาโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมาย อื้ออวดสรรพคุณเกินจริงทางสื่อต่าง ๆ อย่างเข้มงวด ณ ห้องประชุมชัชวาทินเรนทร อาคาร 1 ชั้น 1 ตึก อย. เมื่อวันที่ 27 เมษายน 2558



**พิธีน้ําหอพระผู้เฒ่าโส ประเพณีวันสงกรานต์ ประจำปี พ.ศ. 2558**

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการฯ อย. พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ อย. ร่วมทำบุญตักบาตร ด้านหน้าอาคาร 1 และรดน้ำขอพรผู้เฒ่าโส เนื่องในประเพณีวันสงกรานต์ ประจำปี พ.ศ. 2558 ณ ห้องประชุม อย. ชั้น 6 อาคาร 4 ตึก อย. เมื่อวันที่ 10 เมษายน 2558