

อย. Report

ปีที่ 7 ฉบับที่ 81 ประจำเดือนมิถุนายน 2559

องค์กรที่เป็นเลิศด้านการคุ้มครองผู้บริโภค เพื่อให้ผลิตภัณฑ์สุขภาพมีคุณภาพปลอดภัย
ผู้บริโภคมั่นใจ ผู้ประกอบการไทยก้าวไกลสู่สากล

ISSN 2286-9093

www.oryor.com



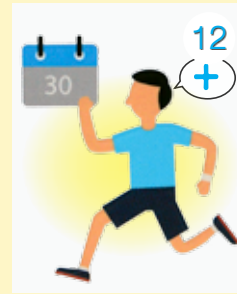
06

ตรวจสอบโฆษณา
ผลิตภัณฑ์สุขภาพ กับ อย.
ตอน...โฆษณา
แบบไหน ไม่ถูกหลอก
ซื้อยาจากอินเทอร์เน็ต
เสี่ยงได้รับยาปลอม
และอันตรายถึงชีวิต



10

GMP-PIC/S มาตรฐานยา
สากล เพื่อ “ยาดีมีคุณภาพ”
ยาดี มีมาตรฐาน
ก้าวไกลสู่สากล
ด้วย “ระบบคุณภาพ”



12

**เคล็ด (ไม่) ลับ...
5 พฤติกรรม
สร้างสุขภาพดี**
เพื่อสุขภาพที่ดีควร
ออกกำลังกายอย่าง
สม่ำเสมอ พักผ่อนให้
เพียงพอและคิดบวก



FDAtai



Fda Thai

อย. ปราบหนัก

ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วน 18 ราย 19 ล้าน



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข



สวัสดีครับ อย. Report ฉบับนี้ เรามีกิจกรรมสำคัญคือการเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางในวันต่อต้านยาเสพติดโลก ซึ่งตรงกับวันที่ 26 มิถุนายน ของทุกปี ในปีนี้ อย. ร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สำนักงานตำรวจแห่งชาติ กองทัพบก และ ปปส. จัดพิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางครั้งที่ 46 ในวันที่ 24 มิถุนายน 2559 ณ ศูนย์บริหารสารเสพติดและสิ่งเสพติด นิคม อุตสาหกรรมบางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา งานนี้พลเรือเอกณรงค์ พิพัฒนาศัย รองนายกรัฐมนตรี นำทีมเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลางด้วยตัวเอง น้ำหนักรวมกว่า 5 พันกิโลกรัม มูลค่ากว่าหมื่นล้านบาท ซึ่งเป็นการแสดงเจตนาของรัฐบาล เพื่อไม่ให้ยาเสพติดหวนกลับมาทำร้ายประชาชนได้อีก เรามีภาพภายในงานมาฝากครับ...



ช่วงนี้มีแต่ข่าวร้าย... ในรอบปีที่ผ่านมา มีหญิงสาวเสียชีวิตที่คาดว่ามาจากการกินยาลดความอ้วนหลายราย ทั้งฟรีดตี้ นักเรียน นักศึกษา ที่ต้องมาจบชีวิตก่อนวัยอันควร トラบิโด ที่เด็กและเยาวชนเห็นว่าการมีรูปร่างที่ดีเป็นเรื่องสำคัญเหนือสิ่งอื่นใด คนแล้วคนเล่าที่ต้องสังเวยให้กับยาลดความอ้วน และให้ อย.ปราบปรามอย่างไม่จบสิ้น หยุดเถอะครับ ต้องปรับพฤติกรรมการกิน ลดแป้ง ลดอาหารหวาน มัน ทอด และออกกำลังกาย การไม่วางนั้นคือข้ออ้างที่ไม่ออกกำลังกาย ร้อน เหนื่อย เมื่อย สารพัด แล้วต้องมาหาทางลัดในการลดน้ำหนัก ผลที่ตามมาจึงได้ไม่คุ้มเสีย...เป็นหน้าที่ของเราที่ต้องเตือนกันเพื่อไม่ให้ลูกหลานของเราเป็นเหยื่อรายต่อไป

ยังมีเนื้อหาที่น่าสนใจ... คุณกำลังตกเป็นเหยื่อ!! โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพเหล่านี้หรือไม่? แหม แต่ละคำล้นล่อตาล่อใจ “ออกฟู รูฟิต” “สลายไขมัน ลดน้ำหนักได้ใน 2 อาทิตย์” “ผิวขาวกระจ่างใสตั้งแต่ครั้งแรกที่ใช้” “แข็ง อึด ทน นาน” เราเตือนกันอยู่เสมอให้หยุดซื้อ หยุดเชื่อผลิตภัณฑ์สุขภาพโฆษณาหลอกลวงเหล่านี้ อีกทั้งโฆษณาแบบไหนไม่ถูกหลอก อ่านเลยครั้นเนื้อหาดีมาก ที่สำคัญเราต้องรู้เท่าทันและช่วยกันเป็นหูเป็นตาไม่ให้สิ่งผิด สิ่งไม่ดีลอยนวล แจ้งสายด่วน อย. 1556 ช่วย ๆ กันนะครับ

ทิ้งท้ายไว้ด้วย เผยเคล็ดลับ (ไม่) ลับ..5 พฤติกรรมสร้างสุขภาพดี แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะครับ...



ภก. วีระชัย นลวชัย
ผอ.กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

03 Hot Issue

อย. ปราบหนักผลิตภัณฑ์ลดความอ้วน 18 ราย 19 ล้าน

04 สุขภาพดี ด้วยผลิตภัณฑ์สุขภาพ

คุณกำลังตกเป็นเหยื่อ...โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพหรือไม่?

05 อย.ออนไลน์

เมนูใหม่แกะกล่อง “E-learning”

06 กินเป็น ใช้เป็น

ตรวจสอบโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพ กับ อย. ตอน...โฆษณาแบบไหน ไม่ถูกหลอก

08 เก็บข่าว...เล่าเรื่อง

ข่าวฮอต ข่าวเด่น ในแวดวงอาหารและยา

09 Q&A ถามมา-ตอบไป

เลือกเครื่องดื่มอย่างไรให้ “ปลอดภัย”

10 รอบรู้เรื่องยา

GMP-PIC/S มาตรฐานยาสากล เพื่อ “ยาดีมีคุณภาพ”

12 กรีดลึกน่ารู้

เคล็ด (ไม่) ลับ... 5 พฤติกรรมสร้างสุขภาพดี

13 มุมเครื่อง่าย

เรื่องเล่าจากเครื่อง่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 (9)

15 อย. แอ็คชั่น

ภาพกิจกรรมของ อย.

วัตถุประสงค์ อย. Report

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

เจ้าของ

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

ที่ปรึกษา

เลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา
รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา

บรรณาธิการ

ภก. วีระชัย นลวชัย ผู้อำนวยการกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

กองบรรณาธิการ

นางสาวจิตรา เอื้อจิตร์บำรุง	นางผุสดี เวชพิพัฒน์
ภก.ศุภกาญจน์ โกศัย	ภญ.ศิริกุล อ่าพันธ์
นายบุญทิพย์ คงทอง	นางสุวนีย์ สุขแสนนาน
นายวัชรินทร์ เครือเนียม	นางสาวตนิตา เทียบโพธิ์
นายวิชญ์ ไรจน์เรืองโร	นางสาวสุภมาศ วัลย์อุดมวุฒิ

นางสาวจุฬาลักษณ์ นิพนธ์แก้ว นางสาวนเรศวรรัตน์ แสนสุข

นางสาวนันทิยา ถวายทรัพย์ นายทวชา เพชรบุญยัง

สถานที่ติดต่อ

กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

กระทรวงสาธารณสุข อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000

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

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

พิมพ์ที่

สำนักงานกิจการโรงพิมพ์ องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

อย. ปราบหนัก ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วน 18 ราย 19 ล้าน



ในรอบปีที่ผ่านมาพบมีหญิงสาวเสียชีวิตที่คาดว่ามาจากการกินผลิตภัณฑ์ลดความอ้วนหลายราย ทั้งพริตตี้ นักศึกษา ล่าสุด นักเรียน ม.5 ย่านนนทบุรี ที่ต้องมาจบชีวิตก่อนวัยอันควร กระทั่งทรงสาธารณสุข รู้สึกห่วงใยเป็นอย่างยิ่ง จึงได้กำชับให้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) กำกับดูแลการใช้ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วนอย่างใกล้ชิด พร้อมแจ้งเตือนอันตราย เพื่อคุ้มครองประชาชน ทั้งนี้ ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วนในปัจจุบันมักตรวจพบมีการลักลอบใส่สารไซบูทามีน ซึ่งเป็นยาที่ประเทศไทยยกเลิกการใช้แล้วตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 โดยยาดังกล่าวจะส่งผลทำให้ลดความอยากอาหารลงและอิมเร็วขึ้น แต่ผู้ที่มีประวัติเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดหัวใจจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลันได้ ที่ผ่านมาสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ได้ตรวจสอบสถานที่ผลิต นำเข้า และจำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมอาหารในเขตกรุงเทพมหานคร ช่วงปี พ.ศ.2556-2558 และได้เก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์

เสริมอาหารที่แสดงข้อบ่งใช้ในการควบคุมหรือลดน้ำหนักส่งตรวจวิเคราะห์ที่กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ปีละ 50 ตัวอย่าง พบว่าในปี พ.ศ. 2556 ตรวจพบไซบูทามีน จำนวน 13 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 26 ปี พ.ศ. 2557 ตรวจพบ จำนวน 16 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 32 และปี พ.ศ. 2558 ตรวจพบ จำนวน 4 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 8 กระทั่งทรงสาธารณสุข จึงได้ร่วมกับตำรวจกองบังคับการ



คุณกำลังตกเป็นเหยื่อ!!

โฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพเหล่านี้หรือไม่?

เคยได้ยินคำโฆษณาเหล่านี้หรือไม่ “อกฟู รูพิต” “สลายไขมัน ลดน้ำหนักได้ใน 2 อาทิตย์” “ผิวขาว กระจ่างใสตั้งแต่ครั้งแรกที่ใช้” “แข็ง อึด ทน นาน”.....

อวดว่า
“อกฟู รูพิต”
แต่แอบใส่ฮอร์โมนเพศหญิงเกินขนาด

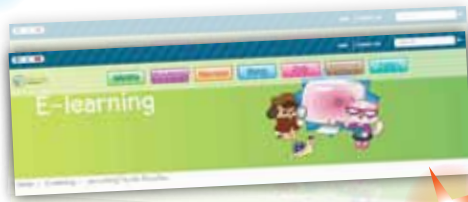
อวดว่า
“เพิ่มพลังทางเพศ”
แต่แอบใส่สารอันตราย (ซิลเดนาฟิล)

อวดว่า
“ลดความอ้วน”
แต่แอบใส่ยาอันตราย (ไซบูทรามิน)

หยุดซื้อ...หยุดเชื่อ...ผลิตภัณฑ์สุขภาพโฆษณาหลอกลวง
ร้องเรียนสายด่วน อย. 1556

หยุดเชื่อคำโฆษณาอื้อวอดเหล่านี้ มีแต่จะเสียเงินฟรี แถมเสี่ยงอันตรายถึงชีวิต





เมนูใหม่แกะกล่อง “E-Learning”

มาพบกันอีกแล้วในฉบับนี้ แต่วันนี้ เราไม่ได้มาแนะนำเมนู Oryor Smart Application เหมือนเช่นเคย คงต้องขอเบรกไว้ก่อน แล้วไปพบกันใหม่ในฉบับหน้านะคะ แต่วันนี้เรามาแนะนำพร้อมอวดโฉมเมนูใหม่ใน www.oryor.com ที่น่าสนใจและอาจจะคุ้นหูกันมาบ้างแล้ว นั่นก็คือ เมนู E-Learning

การผลิต E-Learning ของทาง อย. ถูกนำเสนอออกมาในรูปแบบละคร Sitcom ที่ผสมผสานสาระบันเทิง พร้อมรูปภาพในรูปแบบการ์ตูน แอนิเมชัน ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว และมีเสียงประกอบ โดยนำข้อมูลและเนื้อหาจาก Fact Sheet, Infographic, Smart Tips และ Script รายการโทรทัศน์ที่ได้รับการอนุมัติแล้วมาปรับเปลี่ยนภาษาทางการนำมาเรียบเรียงใหม่ และนำเสนอในรูปแบบละคร sitcom เพื่อให้ผู้บริโภคได้รับความรู้และเข้าใจง่ายขึ้น วัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นสื่อในการเผยแพร่ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพและการบริโภคผลิตภัณฑ์สุขภาพให้เลือกซื้อเลือกใช้อย่างเหมาะสมปลอดภัย และคุ้มค่า

สำหรับการเข้าใช้งาน E-learning สามารถเข้าไปได้ที่ www.oryor.com จากนั้นกดเลือกที่เมนู E-learning ก็จะเข้ามา



หน้าลงทะเบียน ซึ่งการเข้าใช้ E-learning สามารถเลือกลงทะเบียน โดยกรอก อีเมล รหัสผ่าน ยืนยันรหัสผ่าน ชื่อ นามสกุล และเบอร์โทรศัพท์ หรือจะเชื่อมต่อผ่านเฟซบุ๊กก็ได้



เช่นกัน หลังจากลงทะเบียนเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็จะเข้ามายังหน้าเนื้อหา ซึ่งภายในจะมี sitcom ให้ได้เลือกชม 7 ชุดการเรียนรู้ มีรายละเอียด ดังนี้



1. ชุดการเรียนรู้ อยากสวย อย่าเสี่ยง
2. ชุดการเรียนรู้ อย่ามองข้าม ฉลาก GDA
3. ชุดการเรียนรู้ เชื้อไวก่อน หมอบอกไว้




4. ชุดการเรียนรู้ ใช้น้ำผิด ชีวิตเปลี่ยน



5. ชุดการเรียนรู้ ระวังภัย ยาเสียสาว
6. ชุดการเรียนรู้ หุ่นดีได้ ไม่ต้องใช้ยา
7. ชุดการเรียนรู้ สุขไม่คิด ชีวิตจบ



ในแต่ละชุดการเรียนรู้ นั้นจะมีทางเลือกให้เลือกว่าจะชมทางเลือกที่ 1 และทางเลือกที่ 2 ซึ่งหมายถึงทางเลือกที่ถูกและผิด ขึ้นอยู่กับผู้เรียนว่าต้องการเลือกทางไหน หรือหากจะดูทั้ง 2 ทางเลือกก็สามารถทำได้เช่นกัน หลังจากชมจบจะมีกิจกรรมให้ร่วมสนุก คือแบบประเมินความรู้ซีรีส์ ที่ใช้ทดสอบความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาที่ได้รับชม และหากผู้เรียนท่านใดต้องการข้อมูลของเนื้อหาชุดการเรียนรู้ ทางผู้จัดทำก็ได้ทำเป็นไฟล์ PDF เกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ นั้น ๆ ไว้ให้เรียบร้อยแล้ว โดยมีเนื้อหา Fact Sheet, Infographic และ Smart Tips สอดแทรกอยู่ภายใน 

ตรวจสอบโฆษณา ผลิตภัณฑ์สุขภาพ กับ อย. ตอน...โฆษณายาแบบโหนด ไม่ถูกหลอก



“ การซื้อขายจากอินเทอร์เน็ตมีความเสี่ยงสูงที่จะได้รับยาปลอม และนอกจากจะไม่ได้ผลในการรักษาแล้ว ยังอาจได้รับอันตรายถึงชีวิตด้วย ”

ดี วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี การขายผลิตภัณฑ์สุขภาพต่าง ๆ ทางอินเทอร์เน็ต หรือสื่อออนไลน์ กลายเป็นอีกหนึ่งช่องทางทางการตลาดที่สามารถโฆษณาขายผลิตภัณฑ์ได้อย่างโจ่งครึม โดยเฉพาะการโฆษณาขายยาที่อาจเป็นอันตรายต่อชีวิต เช่น ยารักษาอาการห่อนสมรรถภาพทางเพศ ยาที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ยาทำแท้ง เป็นต้น

ทำความรู้จักกับความหมายของ “ยา”

ตามกฎหมาย “ยา” หมายความว่า

1. วัตถุที่รับรองไว้ในตำรายาที่รัฐมนตรีประกาศ
2. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้ในการวินิจฉัย บำบัด บรรเทา รักษา หรือป้องกันโรค หรือความเจ็บป่วยของมนุษย์หรือสัตว์
3. วัตถุที่เป็นเภสัชเคมีภัณฑ์ หรือเภสัชเคมีภัณฑ์สำเร็จรูป หรือ
4. วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับให้เกิดผลแก่สุขภาพ โครงสร้าง หรือการกระทำหน้าที่ใด ๆ

ของร่างกายของมนุษย์หรือสัตว์

ซึ่งในประเทศไทยพระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 ได้แบ่งยาเป็นประเภทต่าง ๆ เช่น ยาแผนปัจจุบัน ยาแผนโบราณ ยาอันตราย ยาควบคุมพิเศษ ยาใช้ภายนอก ยาใช้เฉพาะที่ ยาสามัญประจำบ้าน เป็นต้น

“ เงินตัวเร็ว ”
 บำรุงกำลัง เพิ่มพลังความเป็นชาย
 บำรุงกำลัง
 เงินตัวเร็ว อัด ทน นาน
 ใช้เป็นประจำป้องกัน
 การเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ

WRS ค่าจัดส่ง

เงินตัวเร็ว เห็นผล

ความจริงที่ต้องรู้

“ยา” เป็นผลิตภัณฑ์ที่ต้องมีใบอนุญาต การขาย และการโฆษณาผ่านสื่อใด ๆ เพื่อประโยชน์ทางการค้า ต้องนำเสียง ภาพ หรือข้อความให้สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ตรวจสอบ โดยจะต้องไม่โอ้อวดว่าสามารถรักษาโรคได้อย่างศักดิ์สิทธิ์ ไม่แสดงสรรพคุณอันเป็นเท็จ และ **อย. ไม่เคยอนุญาตข้อความโฆษณา** ที่อ้างว่า

- ⇒ รักษาได้สารพัดโรค เช่น โรคเกี่ยวกับสมอง หัวใจ ปอด ตับ ม้าม ไต อัมพฤกษ์ อัมพาต โรคมะเร็ง
- ⇒ ยาเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ
- ⇒ ลดความอ้วน/ลดน้ำหนัก
- ⇒ ฉีดผิวขาว สวยใส

จากการที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้เฝ้าระวังและปราบปรามการขายยาผ่านทางอินเทอร์เน็ตพบว่า

MC Tem Max
เอ็มซี เท็มแม็กซ์
นำเข้าจากสหรัฐอเมริกา

ภายใน 1 นาที อัด กน นาน 100 %

ยาที่ขายทางสื่อดังกล่าวมักจะเป็นยาที่มีความต้องการแต่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนในไทย และยาที่เข้าถึงได้ยาก นั่นคือ ต้องพบแพทย์ก่อนจึงได้รับยา เช่น ยารักษาภาวะหย้อนสมรรถภาพทางเพศ ยาลดความอ้วน ยาออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ยานอนหลับ เป็นต้น ซึ่งการซื้อยาผ่านทางอินเทอร์เน็ตนั้น

มีโอกาสเสี่ยงที่จะได้รับยาปลอม ยาที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยา (ยาผิดกฎหมาย/ยาเถื่อน) ยาที่เสื่อมคุณภาพ และยาหมดอายุ หรือใกล้หมดอายุ หรือยาที่มีปัญหาถูกเรียกคืนเนื่องจากปัญหาด้านคุณภาพ ที่สำคัญหากเกิดปัญหาจากการใช้ยาดังกล่าวก็ยากที่จะหาผู้มารับผิดชอบ

เลือกซื้อยาอย่างไรไม่ถูกหลอก

- ✓ เลือกซื้อจากร้านที่มีใบอนุญาตขายยา จัดยาโดยเภสัชกร หรือซื้อจากร้านยาคุณภาพ เท่านั้น
- ✓ เลือกซื้อยาที่มีเลขทะเบียนตำรับยา เช่น Reg. No. 1A 12/35 (กรณียาแผนปัจจุบัน) หรือ เลขทะเบียนที่ G 99/54 (กรณียาแผนโบราณ)
- ✓ หากพบโฆษณา ให้สังเกตเลขที่ใบอนุญาตโฆษณา “ขท. (เลขที่ใบอนุญาตโฆษณา)/(พ.ศ.ที่ได้รับอนุญาต)”

เช่น ขท. 99/2558

X อย่าเสี่ยงซื้อยาผ่านทางอินเทอร์เน็ต แม้มีราคาถูก แต่ส่วนใหญ่พบเป็นยาปลอมทั้งสิ้น

X อย่าซื้อยาจากการเสนอขายด้วยวิธีการขายตรง หรือด้วยวิธีการมอบของรางวัล หรือส่วนลดพิเศษ

X อย่าซื้อยาที่มีราคาถูกกว่าปกติจากที่เคยซื้อประจำ

การซื้อยาจากอินเทอร์เน็ตมีความเสี่ยงสูงที่จะได้รับยาปลอม และนอกจากจะไม่ได้ผลในการรักษาแล้ว ซ้ำยังอาจได้รับอันตรายถึงชีวิตด้วย ทั้งนี้ หากผู้บริโภคพบเห็นการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพโอ้อวดสรรพคุณเกินจริง ขอให้ร้องเรียนมาได้ที่ สายด่วน อย. โทร. 1556 หรือร้องเรียนผ่าน Oryor Smart Application หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

เอกสารอ้างอิง : - หนังสือ กินดี ใช้เป็น คนไทยไกลโรค เรื่อง ตรวจสอบโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพ โดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
- พระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 เข้าถึงได้จาก http://wops.moph.go.th/ops/minister_06/Office2/drug1.pdf

รางวัลรอท่านอยู่

กระเป๋าหนัง สุนัข

กระเป๋าผ้า สุนัข

กล่องใส่ปากกา
พร้อมนาฬิกา อเนกประสงค์

เสื้อยืด อายบอลทัก

เสื้อยืด สีจุดสวย

Idea ดี มีรางวัล

ขอเชิญ แฟน อย. Report เสนอความคิดในการปรับปรุง วารสาร อย. Report ควรปรับปรุงในเรื่องใดบ้าง เช่น ควรเพิ่มเนื้อหาหรือคอลัมน์อะไร **Idea ไหนโดนใจ กอง บก. รับของรางวัลไปเลย** ส่งแนวความคิดของท่านพร้อม ชื่อ ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ มาที่ email : oryor.report@gmail.com หรือ ส่งจดหมายมาที่ กอง บก. อย.Report กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 ตั้งแต่บัดนี้ ถึง 31 กรกฎาคม 2559

อย.Report || 07

อย. ลุยร่วมกับ บก.ปคบ. และ สสจ.ชลบุรี บุกจับ “แหล่งผลิตและจำหน่าย ยาลดความอ้วนผิดกฎหมาย ทำให้เด็กเสียชีวิต ยึดของกลางมูลค่ากว่า 5 ล้านบาท

สวัสดิ์คะ วันเวลาผ่านไปไวจริง ๆ เข้าสู่กลางปี 2559 แล้ว พร้อมกับพ่นที่พ่นน้ำในทุกพื้นที่ เก็บข่าวเป็นห่วงสุขภาพทุกท่าน ขอให้ระวังโรคที่มากับหน้าฝน ไม่ว่าจะเป็น โรคหวัด ไข้หวัดใหญ่ คออักเสบ หลอดลมอักเสบ ปอดบวม ฯลฯ ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอ สวมเสื้อฟ้าให้ร่างกายอบอุ่น รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ดื่มน้ำสะอาด ล้างมือและฟอกสบู่ทุกครั้งก่อนทานอาหาร



ว บัจุบันนี้ ขอเริ่มต้นด้วยข่าวเด็ก ม.5 เสียชีวิต คาดว่าเกิดจากการกิน ยาลดความอ้วนที่สั่งซื้อทางอินเทอร์เน็ต อย. และตำรวจ ปคบ. สืบทราบว่าเป็นเด็กกิน ยาลดความอ้วนชื่อ “บิวตี้ชิค (Beauty Chic)” ชื่อทางเฟซบุ๊ก พบแหล่งผลิตและขายอยู่ในพื้นที่ จ.ชลบุรี จึงได้ประสาน สสจ.ชลบุรี บุกจับผู้กระทำความผิดแล้วยึดของกลางทั้งยาชุด ยาอันตราย ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่โฆษณาลดน้ำหนัก มูลค่ากว่า 5 ล้านบาท เดือนสาว ๆ อย่าหลงเชื่อซื้อยาลดความอ้วนมากินเด็ดขาด เสี่ยงอันตราย ควรปรับพฤติกรรมกรรมการบริโภค ออกกำลังกายสม่ำเสมอ จะช่วยได้ค่ะ

มาที่ประเด็นข่าวเรื่องอาหาร การกินกันบ้าง ทั้งข่าวน้ำส้มคั้นปลอม , ปลาติบใส่สี , ลอดช่องใส่ถั่งสี , ใส่กรอกใส่สารกันเสียเกินมาตรฐาน , สารพิษตกค้างในผักและผลไม้ อย. ได้มีการเผยแพร่ข่าวแนะนำผู้บริโภคถึงการเลือกบริโภคอาหารเหล่านี้ เริ่มต้นด้วยการเลือกซื้อน้ำส้มคั้น

ควรเลือกซื้อน้ำส้มบรรจุขวดที่มีฉลากสถานที่ผลิตต้องสะอาด ถูกสุขลักษณะ สำหรับการบริโภคปลาติบ ควรสังเกตสีของเนื้อปลาต้องมีสีของเนื้อตามธรรมชาติ กลิ่นไม่ผิดปกติ เนื้อปลาไม่เปื่อย ยุ่ย รานอาหารต้องถูกสุขลักษณะ ส่วนไส้กรอกต้องมีสีไม่แดงจัดผิดไปจากธรรมชาติ อ่านฉลากก่อนซื้อ ต้องมีการเก็บรักษาในอุณหภูมิเย็นตลอดการจำหน่าย นอกจากนี้ อย. ยังได้แนะนำการแก้ปัญหา ความเสี่ยงจากสารพิษตกค้างในผักผลไม้ ด้วยการล้างผักและผลไม้ให้สะอาดก่อนนำไปบริโภคทุกครั้ง เสียเวลาสักนิด เพื่อความปลอดภัยค่ะ

มาที่ข่าวอย่าหลงเชื่อโฆษณา เครื่องสำอางชื่อ “Cirmage Lifting Stick สติ๊กลบริยเอียว่น แท่งโบที่อกสติ๊ก” โปสต์ขายทางเฟซบุ๊ก อดสรรพคุณเกินจริง อย. ตรวจสอบพบการจดแจ้งเครื่องสำอางอาจเสียเงินโดยไม่ได้รับผลตามที่โฆษณา รวมทั้งอย่าหลงเชื่อซื้อเครื่องลูกลิ้งนวดหน้า (Derma Roller) มาใช้เพื่อ

เก็บข่าว...เล่าเรื่อง

รักษารอยสิ่ว หลุม บ่อ บนใบหน้า หรือ ลบริยเอียว่น เพราะ อย. ไม่เคยอนุญาตให้นำเข้าลูกลิ้งนวดหน้าดังกล่าว และ ยังไม่มีผลวิจัยใด ๆ รับรองสรรพคุณ เก็บข่าวขอฝากคาถา 4 ไม่ ที่ต้องไม่ซื้อ ไม่ใช่เด็ดขาด คือ 1. ไม่มีฉลากภาษาไทย 2. ไม่ขออนุญาตกับ อย. 3. ไม่แสดงชื่อที่ตั้งผู้ผลิต 4. ไม่บอกความจริงผู้บริโภค หรือไอ้อวดสรรพคุณเกินจริง

ปิดท้ายมีข่าวดีจาก อย. ค่ะ ขณะนี้ อย. ได้ประกาศใช้ “สัญลักษณ์โภชนาการ (Healthier Logo)” แล้ว ซึ่งเป็นเครื่องมือหนึ่งให้ผู้บริโภคสามารถเลือกซื้อเลือกบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ป้องกันปัญหาภาวะโภชนาการเกิน และโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เก็บข่าวจะนำรายละเอียดเรื่องนี้มาบอกเล่าในฉบับหน้า อย่าลืมหัดติดตามอ่านนะคะ

ติดตามอ่านรายละเอียดข่าวเพิ่มเติมได้ที่ เว็บไซต์ อย. (www.fda.moph.go.th) อย. ย่อมมาจาก สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

...เช็คข้อมูล ก่อนแชร์ทุกครั้ง...

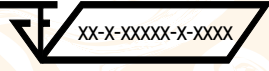
ดนิตา เทียบโพธิ์
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
(Danita@fda.moph.go.th)

เลือกเครื่องดื่มอย่างไรให้ “ปลอดภัย”

ช่วงอากาศร้อนขึ้น แบบนี้ สินค้าที่ขายดีไม่แพ้น้ำแข็งก็จะเป็น เครื่องดื่มสารพัดรสชาติที่ผลิตออกมาจำหน่ายเพื่อเอาใจลูกค้าที่ต้องการ ความหวานสดชื่นในรูปแบบต่าง ๆ แต่ใครจะรู้ ว่าผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มสี สดใสที่วางจำหน่ายในท้องตลาดนั้น เป็นสินค้าที่ผ่านมาตรฐานการผลิต ดีหรือไม่ วันนี้เราจะมาเรียนรู้วิธีสังเกตเครื่องดื่มบรรจุขวดแบบปิดกันค่ะ ว่า วิธีสังเกตอย่างไรบ้าง

Q สวัสดีค่ะดิฉันจะรบกวนสอบถาม วิธีเลือกซื้อเครื่องดื่มบรรจุขวดที่มี วางจำหน่ายตามร้านค้าว่ามีวิธีสังเกต อย่างเป็นบ้างคะ เพราะลูกสาวที่บ้าน เห็นน้ำที่เป็นสีส้มสดใสไม่ได้เลยจะรีบรื้อ ให้ซื้อให้ดื่มแทบทุกครั้ง รบกวนด้วย นะคะ ขอขอบคุณค่ะ


A เครื่องดื่มบรรจุขวดที่วางขาย ในท้องตลาดบางส่วนมีการแสดงฉลาก ไม่ครบถ้วน โดยแสดงชื่ออาหาร ปริมาณ สุทธิ และชื่อผู้ผลิตเท่านั้น จึงจัดเป็น เครื่องดื่มที่ผลิตขึ้นมาโดยไม่ถูกต้อง ตามกฎหมาย อาจมีการลักลอบผลิต โดย ไม่ได้ผ่านการตรวจสอบควบคุมจาก สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ซึ่งอาจเป็นอันตรายกับผู้บริโภคได้ หาก บริโภคเครื่องดื่มที่มีกระบวนการผลิตที่ ไม่เหมาะสม ไม่สะอาด ผู้บริโภคอาจได้รับ เชื้อจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ เช่น โคลิฟอร์ม (Coliforms) สแตฟฟีโล คอคคัส ออเรียส (Staphylococcus aureus) ซาลโมเนลลา (Salmonellae) เป็นต้น ทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน

ท้องเสียได้ ในกรณีที่ได้รับสารกันเสีย เช่น โซเดียมเบนโซเอต ที่ใส่ในเครื่องดื่ม เพื่อยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย และเชื้อรา หากใส่ในปริมาณที่สูงเกินกว่า ที่กฎหมายกำหนด ส่งผลให้ผู้ดื่มเกิดอาการ ระคายเคืองกระเพาะอาหาร พิษกึ่งเฉียบพลัน คือ ทำให้น้ำหนักลด ท้องเสีย ระคายเคือง ต่อเนื้อเยื่อต่าง ๆ เลือดออกในร่างกายน ตับ ไตใหญ่ขึ้น เป็นอัมพาตและอาจถึงแก่ ชีวิต วิธีการสังเกตฉลากเครื่องดื่มที่ถูกต้อง ประกอบด้วย ชื่ออาหาร เลขสารบบ อาหาร ในกรอบ  เครื่องหมาย ออย.

ชื่อที่ตั้งผู้ผลิต /แบ่งบรรจุ หรือสำนักงานใหญ่ หากเป็นกรณีนำเข้า ระบุชื่อที่ตั้งของ ผู้นำเข้า พร้อมชื่อและประเทศผู้ผลิต ปริมาณสุทธิ ส่วนประกอบ ข้อมูลสำหรับผู้ แพ้อาหาร ชื่อกลุ่มหน้าที่ของวัตถุเจือปน อาหารร่วมกับชื่อเฉพาะ/INS วันเดือนปี ที่ผลิต วันหมดอายุ หรือควรบริโภคก่อน คำเตือน คำแนะนำในการเก็บรักษา และ อาจมีข้อความอื่น ๆ เช่น แต่งกลิ่นตาม ธรรมชาติ



ทั้งนี้ การเลือกซื้อเครื่องดื่มบรรจุ ขวดชนิดต่าง ๆ มาดื่ม ไม่ควรเลือกจาก รสชาติความอร่อยถูกปากเพียงอย่างเดียว ขอให้สังเกตการเก็บรักษาในอุณหภูมิ ที่เหมาะสม (ไม่เกิน 8 องศาเซลเซียส) และสังเกตความถูกต้องของฉลากเป็น อันดับแรก จากนั้นตรวจสอบดูภาชนะ บรรจุให้อยู่ในลักษณะปิดสนิท ภาชนะ ไม่รั่วซึม พร้อมสังเกตลักษณะของ เครื่องดื่ม ไม่ให้มีสี กลิ่น รส ผิดปกติ ก็จะได้เครื่องดื่มที่เหมาะสมต่อการบริโภค

อย่าลืมนะคะ หากท่านผู้อ่าน มีข้อสงสัยเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์สุขภาพ สามารถส่งจดหมายมาถามเราที่ กลุ่มเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ กองพัฒนาศักยภาพ ผู้บริโภค สำนักงานคณะกรรมการอาหาร และยา เลขที่ 88/24 ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000 หรือส่งอีเมล มาได้ที่ oryor.report@gmail.com พบกันใหม่ ในฉบับหน้า นะคะ สวัสดีค่ะ 

GMP-PIC/S มาตรฐานยาสากล เพื่อ “ยาดี มีคุณภาพ”

“

สำหรับประเทศไทยได้ผ่านการประเมิน และรับรองเป็นหน่วยตรวจประเมินตาม ASEAN Listed Inspection Service แล้ว เมื่อวันที่ 13 มีนาคม 2558 สวพ.ให้ผู้ผลิตยาแผนปัจจุบันของไทย สามารถใช้หนังสือรับรอง GMP จาก สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เพื่อรับรองมาตรฐานในการผลิตยาของตน ในการขายยาที่ตนผลิตให้แก่ท่าติสมาชิกอาเซียนโดยไม่มีเงื่อนไขมาเป็นอุปสรรคทางการค้า และกำลังจะได้รับการรับรองมาตรฐาน PIC/S เร็ว ๆ นี้

”

มาปรับใช้กับผู้ผลิตยาภายในประเทศ เพื่อให้ได้มาตรฐานตามอนุสัญญาฯ (PIC/S) ดังกล่าว ซึ่งจะเป็นผลดีกับผู้ผลิตยาภายในประเทศไทยทั้งผู้ผลิตยาแผนปัจจุบัน และผู้ผลิตยาแผนโบราณ ที่จะไม่ถูกกีดกันทางการค้าโดยอ้างมาตรฐาน “ระบบคุณภาพ” ตาม PIC/S ดังกล่าว และที่สำคัญ



ภาพจาก <http://www.gpo.or.th/Portals/0/information/feb16053.jpg>

ห หน่วยตรวจประเมิน GMP ด้านยาของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ในนามของประเทศไทย กำลังก้าวเข้าสู่การเป็นประเทศสมาชิกของ PIC/S หรือ Pharmaceutical Inspection Co-operation Scheme โดยนำเอา “ข้อกำหนดอนุสัญญาระหว่างประเทศด้านการตรวจประเมินยาแห่งสหภาพยุโรป”



ภาพจาก http://www.pr.moph.go.th/iprg/include/admin_hotnew/show_hotnew.php?idHot_new=82612

ไปกว่านั้น คือเพื่อผู้บริโภคในประเทศไทยที่จะได้รับยาที่มีคุณภาพมาตรฐานในการ



ภาพจาก http://www.engineeringcapacity.com_dataassetsimage-0028324667healthcare-sector.JPG

ผลิต ทัดเทียมสากล และเป็นมาตรฐานที่ยอมรับทั่วโลก

ประเทศไทยได้เข้าร่วมเขตการค้าเสรีอาเซียน (ASEAN Economic Community : AEC) ไปแล้ว ซึ่งมีข้อตกลงหนึ่งที่สำคัญ คือ ข้อตกลงเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่จะต้องมีความมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในกลุ่มประเทศสมาชิกอาเซียน เพื่อรองรับการหมุนเวียนของสินค้าอย่างเสรีในภูมิภาคอาเซียน

สำหรับ “ผลิตภัณฑ์ยา” ประเทศสมาชิกอาเซียนกำหนดให้ผู้ผลิตยาต้องผ่านการรับรองมาตรฐาน GMP จากหน่วย



ภาพจาก <http://www.asean.org/storage/2015/03/4thJSCGMPMRA10Mar15.jpg>

ตรวจประเมิน GMP ของประเทศที่ได้มาตรฐาน GMP แบบ PIC/S หรือ หน่วยตรวจประเมิน GMP ของประเทศที่เป็น ASEAN Listed Inspection Service สำหรับประเทศไทยได้ผ่านการประเมินและรับรองเป็นหน่วยตรวจประเมินตาม ASEAN Listed Inspection Service แล้ว เมื่อวันที่ 13 มีนาคม 2558 ส่งผลให้ผู้ผลิตยาแผนปัจจุบันของไทย สามารถใช้หนังสือรับรอง GMP จากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา เพื่อรับรองมาตรฐานในการผลิตยาของตน ในการขายยาที่ตนผลิตให้แก่ชาติสมาชิกอาเซียน โดยไม่มีเงื่อนไขมาเป็นอุปสรรคทางการค้า

สำหรับประเทศอื่น ๆ ในโลก เช่น ประเทศในกลุ่มสหภาพยุโรป สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา แคนาดา อาร์เจนตินา แอฟริกาใต้ อิสราเอล ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ ญี่ปุ่น เกาหลีใต้ ฮองกง ไต้หวัน และประเทศอื่น ๆ ที่เป็นสมาชิกของ PIC/S อีกกว่า 40 ประเทศทั่วโลกได้ใช้มาตรฐานของ PIC/S ในการพิจารณาเพื่ออนุญาตให้นำเข้า “ผลิตภัณฑ์ยา” เข้าในประเทศของตน ทั้งนี้หน่วยตรวจประเมิน GMP ของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ในนามของประเทศไทย ได้ผ่านการตรวจประเมินไปแล้วเมื่อวันที่ 14-18 มีนาคม 2559 ที่ผ่านมา และคาดว่าจะได้รับการรับรองเป็นสมาชิกของ PIC/S ภายในปี 2559 นี้

การที่หน่วยตรวจประเมิน GMP



ภาพจาก http://www.cironpharma.com/images/top_header_manufacturing.jpg

ของประเทศไทยได้รับการยอมรับให้เป็น ASEAN Listed Inspection Service และกำลังก้าวสู่การเป็นสมาชิกของ PIC/S ในระยะเวลาอันใกล้นี้ ส่งผลให้ “ผลิตภัณฑ์ยา” ที่ผลิตจากโรงงานที่ได้รับใบรับรอง GMP ของประเทศไทย ได้รับการยอมรับในระดับภูมิภาคอาเซียน และในระดับสากล ส่งผลให้อุตสาหกรรมยาของประเทศไทยก้าวไกลสู่ตลาดโลก อันจะส่งผลให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาระบบเศรษฐกิจของประเทศชาติ และที่สำคัญไปกว่านั้น คือ ผู้บริโภคภายในประเทศจะได้รับผลิตภัณฑ์ยาที่มีคุณภาพในระดับสากล

จากทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น จึงเป็นสิ่งที่ผู้ผลิตยาทั้งยาแผนปัจจุบันและยาแผนโบราณในประเทศจะต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับกระแสของ “ระบบคุณภาพ” ที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ผ่านการบังคับใช้เป็นกฎหมายภายใต้ชื่อประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง การ

กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับหลักเกณฑ์และวิธีการในการผลิตยาแผนปัจจุบัน ตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2554 และประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง การ



ภาพจาก http://www.thaihealth.or.th/data/content/29026/cms/thaihealth_c_achjklvtv1359.jpg

กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับหลักเกณฑ์และวิธีการในการผลิตยาแผนโบราณ ตามกฎหมายว่าด้วยยา พ.ศ. 2559 ซึ่งผู้ผลิตยาจะต้องเรียนรู้ และนำมาปฏิบัติต่อไป

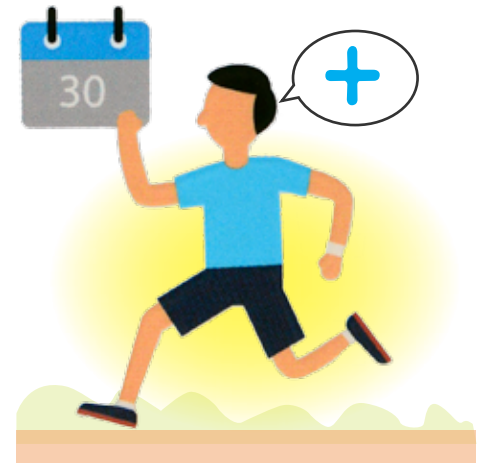
**ยาดี มีมาตรฐาน
ก้าวไกลสู่สากล
ด้วย “ระบบคุณภาพ”**

เคล็ด (ไม่) ลับ... 5 พฤติกรรมสร้างสุขภาพดี

“

เพื่อสุขภาพที่ดีควรออกกำลังกาย
อย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ
และฝึกนิสัยคิดบวก

”



และเป็นเหตุนำไปสู่โรคร้ายต่าง ๆ

ส ุภาพที่ดี เกิดขึ้นได้ถ้าเราดูแลและเอาใจใส่ตัวเอง ด้วยวิธีง่าย ๆ กับ 5 พฤติกรรมสร้างสุขภาพดี...

1. เลี่ยงการจินตนาการในเชิงลบ การที่เรามีความคิดหรือจินตนาการในเชิงลบ จะทำให้เราต้องเผชิญกับความเครียดสะสมลงสู่จิตใต้สำนึกโดยไม่รู้ตัว จนเป็นสาเหตุให้ร่างกายเกิดเจ็บป่วยตามความคิด และเกิดโรคต่าง ๆ ตามมา

2. ความอ้วนก่อโรค อย่างที่รู้กันดีว่า... ความอ้วน หรือการอ้วนลงพุง เป็นสาเหตุของโรคต่าง ๆ มากมาย เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน อัมพฤกษ์-อัมพาต หรือแม้กระทั่งมะเร็ง ฉะนั้น จึงควรดูแลรูปร่างให้ได้ตามเกณฑ์ โดยหากวัดจากรอบเอวผู้ชายไม่ควรเกิน 36 นิ้ว


หรือประมาณ 90 ซม. สำหรับเอวผู้หญิงไม่ควรเกิน 32 นิ้ว หรือ 80 ซม.



3. ควรลดการบริโภคน้ำตาล จากงานวิจัยต่าง ๆ บ่งชี้ว่า คนไทยส่วนใหญ่มีอาการติดรสหวาน ซึ่งการบริโภคน้ำตาลมากเกินไป จะทำให้เกิดการสะสมของน้ำตาลในร่างกาย มากเกินความจำเป็น

4. งดการบริโภคไขมันทรานส์ ไขมันทรานส์เป็นไขมันที่เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ โรคอัลไซเมอร์ จอประสาทตาเสื่อม โรคนิ่วในถุงน้ำดี เป็นต้น ทางที่ดี ควรเลี่ยงอาหารประเภททอด หันมากินอาหารที่ปรุงแบบนึ่ง หรือต้ม

5. หลีกเลี่ยงการกินสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว ฯลฯ เพราะมีไขมันและเนื้อที่ย่อยยาก จึงควรหันไปทานโปรตีนจากแหล่งอื่นบ้าง เช่น ปลา เห็ดชนิดต่าง ๆ หรือธัญพืชต่าง ๆ เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม เพื่อสุขภาพที่ดี ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ และฝึกนิสัยคิดบวก เพียงเท่านี้ก็จะช่วยให้เรามีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ห่างไกลจากโรคร้ายไข้เจ็บได้ 

ที่มา : http://www.trueplookpanya.com/new/cms_detail/general_knowledge/25300
ภาพจาก : แผ่นพับ ลด หวาน มัน เค็ม มองหาสัญลักษณ์ “ทางเลือกสุขภาพ”

เรื่องเล่าจากเครือข่าย

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 (9)



เมื่อวันที่ 15 มิถุนายน 2559 ที่ผ่านมา อย. ได้นำคณะทำงานภาคประชาชนและเครือข่าย เดินทางไปศึกษาดูงาน ณ ศูนย์ธรรมชาติบำบัด โรงพยาบาลโพธาราม จังหวัดราชบุรี เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการ การดำเนินงานเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สร้างความเข้าใจ ตระหนักถึงความสำคัญในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามแนวทางของ “การแพทย์วิถีธรรม” พร้อมทั้งการเรียนรู้ปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จในการดูแลสุขภาพ และส่งเสริมการดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนเอง ขอนำภาพบรรยากาศมาฝากกันค่ะ



และเมื่อเร็ว ๆ นี้ ได้มีการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง เผยแพร่ความรู้ สู้ภัยสุขภาพ เมื่อวันที่ 18 – 19 พฤษภาคม 2559 ณ โรงแรมแอมบาสเตอร์ สุขุมวิท กรุงเทพฯ โดยท่านนายแพทย์ไพศาล ดั่นคุ้ม รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานในพิธีเปิด วัตถุประสงค์ในการจัดอบรมครั้งนี้ เพื่อให้คณะทำงานภาคประชาชนและภาคีเครือข่าย มีความรู้

 **อ่านต่อหน้า 14**

ต่อจากหน้า 3

ปราบปรามการกระทำความผิดเกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภค (บก.ปคบ.) ปราบปรามจับกุมผลิตภัณฑ์ลดความอ้วนที่ผิดกฎหมายดังกล่าวมาโดยตลอด ทั้งนี้ ตั้งแต่เดือนมกราคม 2558 - ปัจจุบัน สามารถจับกุมและดำเนินคดีผู้กระทำความผิด จำนวน 18 ราย มูลค่าของกลาง จำนวน 19 ล้านบาท

การใช้ยาลดความอ้วนจะต้องใช้ภายใต้การควบคุมดูแลของแพทย์และเภสัชกรเท่านั้น ประชาชน ไม่ควรหาซื้อมารับประทานเอง เพราะมีผลกระทบต่อสุขภาพและชีวิต อีกทั้งต้องเข้าร่วมกับการควบคุมอาหารและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสมอ การใช้ยาลดความอ้วน

ไม่สามารถทำให้หายจากโรคอ้วนเมื่อหยุดยาค้ำน้ำหนักจะกลับขึ้นได้อีก (yo-yo effect) การลดน้ำหนักที่ถูกต้องคือ การควบคุมอาหาร เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคด้วยการลดแป้งลดอาหารหวาน ลดอาหารมัน อาหารทอดและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นอกจากนี้ ผู้ปกครองควรมีส่วนช่วยในการสอดส่องดูแลบุตรหลานที่กังวลเกี่ยวกับเรื่องน้ำหนักตัวมากเกินไปและมีแนวโน้มในการใช้ยาลดความอ้วนให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการใช้ยา พร้อมกันนี้ ขอเตือนว่าการซื้อยาต้องซื้อจากร้านขายยาแผนปัจจุบันที่ได้รับอนุญาตและมีเภสัชกรให้คำแนะนำในการใช้ยา ไม่สามารถซื้อหรือขายยา

ทางเว็บไซต์ หรือโซเชียลมีเดียได้และเป็นการกระทำที่เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายได้ ส่วนผู้กระทำการฝ่าฝืนกฎหมายมีโทษหลายกรณี เช่น ขายยาแผนปัจจุบันโดยไม่ได้รับอนุญาต มีโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี และปรับไม่เกิน 1 หมื่นบาท หรือการโฆษณาโดยไม่ได้รับอนุญาต มีโทษปรับไม่เกิน 100,000 บาท เป็นต้น หากผู้บริโภคพบเบาะแสการโฆษณาการผลิต/จำหน่าย ยาลดความอ้วนผิดกฎหมาย ขอให้แจ้งมาได้ที่สายด่วน อย. 1556 หรือร้องเรียนผ่าน Oryor Smart Application หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ เพื่อดำเนินคดีกับผู้กระทำความผิดอย่างเข้มงวด 🙏

ต่อจากหน้า 13

เพื่อลดปัญหาภาวะอ้วน และโรคเรื้อรังต่าง ๆ ตลอดจนให้รู้เท่าทันการโฆษณาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่กล่าวอ้างเกินจริง ไม่หลงเชื่อโดยง่าย 🍌

ความเข้าใจ เกี่ยวกับการบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารที่ปลอดภัย และร่วมรณรงค์เผยแพร่ความรู้ให้กับประชาชน ให้รู้จักเลือกบริโภคอาหารอย่างเหมาะสม ลดการกินอาหารหวาน





ประกาศผลการตัดสินโครงการจิตอาสาดีเด่น “จิตอาสาสร้างสรรค์ อย. สร้างเสริม”

นพ.ไพศาล ดั่นคุ้ม รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการแถลงข่าวประกาศผลการตัดสินโครงการจิตอาสาดีเด่น “จิตอาสาสร้างสรรค์ อย. สร้างเสริม” และมอบเงินรางวัล 20,000 บาท พร้อมเหรียญทองใบประกาศนียบัตร ให้กับทีมลูกพระสัพพัญญู มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ที่ได้รับรางวัลโครงการดีเด่น และมอบรางวัลเหรียญเงินพร้อมใบประกาศนียบัตร อีก 3 ทีม ที่ผ่านเข้ารอบ ณ ห้องประชุมชัยนาทนเรนทร อาคาร 1 ชั้น 1 ตึก อย. เมื่อวันที่ 31 พฤษภาคม 2559



การประชุมคณะกรรมการบริหารจัดการข้อร้องเรียน

ภก.ประพนธ์ อางตระกูล รองเลขาธิการฯ อย. เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการบริหารจัดการข้อร้องเรียน ข้อเสนอแนะ และข้อคิดเห็นของผู้รับบริการ ครั้งที่ 2/2559 ณ ห้องประชุมกองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค อาคาร 5 ชั้น 6 ตึก อย. เมื่อวันที่ 9 มิถุนายน 2559



พิธีเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง ครั้งที่ 46

พล.ร.อ.ณรงค์ พิพัฒนาศัย รองนายกรัฐมนตรี เป็นประธานการเผาทำลายยาเสพติดให้โทษของกลาง ครั้งที่ 46 โดยมีปริมาณยาเสพติดให้โทษของกลาง จำนวนกว่า 5,136 กิโลกรัม จาก 231,100 คดี รวมมูลค่าทั้งสิ้นกว่า 10,961 ล้านบาท ณ ศูนย์บริหารสาธารณสุขปภอคและสิ่งแวดล้อม นิคมอุตสาหกรรมบางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2559



**การประชุมหารือแนวทางและแผนการประชาสัมพันธ์สัญลักษณ์
โภชนาการ (Healthier logo) “ทางเลือกสุขภาพ”**

นพ.บุญชัย สมบูรณ์สุข เลขาธิการ อย. เป็นประธานการประชุมหารือและแผนการประชาสัมพันธ์สัญลักษณ์โภชนาการ (Healthier Logo) “ทางเลือกสุขภาพ” ณ โรงแรมริชมอนด์ จ.นนทบุรี เมื่อวันที่ 19 พฤษภาคม 2559