

อย่าประมาท !!

บริโภคน้ำดื่ม น้ำแข็ง ไอศกรีม
โปรดระวัง
อาจเกิดโรคอาหารเป็นพิษ
ร้ายแรงถึงชีวิต

ผู้ที่เป็นโรคอาหารเป็นพิษ ส่วนใหญ่จะมีอาการ
ปวดท้อง อาเจียน ท้องร่วง บางครั้งอาจปวดศีรษะ
ปวดเมื่อยตามเนื้อตัว หรือเกิดอาการอักเสบที่
อวัยวะต่าง ๆ ได้ แต่หากเชื้อเข้าสู่กระแสโลหิต
อาจทำให้เสียชีวิตจากภาวะโลหิตเป็นพิษหรือ
ในรายที่อุจจาระร่วงมาก ๆ อาจช็อกหมดสติ และ
เสียชีวิตจากการขาดน้ำและเกลือแร่ได้

น้ำดื่ม น้ำแข็ง ไอศกรีม

หากเลือกซื้อไม่ระมัดระวัง

อาจพบผลิตภัณฑ์ที่กระบวนการผลิตไม่สะอาด
หรือมีการขนส่งและเก็บรักษาผลิตภัณฑ์
ไม่เหมาะสม ทำให้อาหารปนเปื้อนเชื้อโรค

เช่น เชื้ออีโคไล (E.coli)

เชื้อสแตฟฟีโลคอคคัส ออเรียส (Staphylococcus aureus)

เชื้อแซลโมเนลล่า (Salmonella) ฯลฯ

ก่อให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ

ซื้ออาหารปลอดภัย อย่าลืมใช้เคล็ดลับ 5 ดู

- ♥ ดู ฉลาก
- ♥ ดู ลักษณะอาหาร
- ♥ ดู สภาพภาชนะบรรจุ
- ♥ ดู การเก็บรักษาของร้านค้า
- ♥ ดู พู๊บาย

จดจำและปฏิบัติ

ผลิตโดย : กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค
โทรศัพท์ 0 2590 7110

บริโภค

น้ำดื่ม น้ำแข็ง และไอศกรีม

อย่างปลอดภัย

อร่อยชื่นใจ

เย็นชื่นฉ่ำ

ไปกับน้ำดื่ม

น้ำแข็ง ไอศกรีม

แต่ต้องรู้จัก “เลือก”

ไม่ว่าฤดูร้อน

หรือฤดูไหน

ไกลห่างจากโรค

อาหารเป็นพิษ



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข

บริโภคน้ำดื่ม



น้ำดื่ม

1. อ่านฉลาก

ดูให้มีข้อมูล อาทิ เลขสารบบอาหาร ชื่อที่อยู่ ผู้ผลิต หรือผู้จัดจำหน่าย วันที่ผลิต เป็นต้น ตัวอย่างเลขสารบบอาหาร เช่น



2. ภาชนะบรรจุ

ต้องสะอาด ไม่รั่วซึม ไม่บุบ ไม่มีคราบตะไคร่ อยู่ภายในขวด หรือมีรอยสกปรกเปื้อน

3. น้ำที่บรรจุอยู่

ต้องใส ไม่มีตะกอน ไม่มีสี และกลิ่นรสที่ผิดปกติ เช่น กลิ่นเหม็นเน่า หรือกลิ่นพลาสติก แผลกปลอม ตลอดจนไม่มีสิ่งเจือปนอื่น ๆ เช่น ตะไคร่น้ำ เป็นต้น

4. ฝาปิดพลาสติก

ไม่มีร่องรอยการเปิดใช้ หรือพลาสติกที่รัดปากขวดยังปิดสนิทแน่นหนา

5. ราน้ำดื่ม

ต้องไม่วางน้ำดื่มตากแดด และไม่เก็บน้ำดื่มในที่ร้อน



ไอศกรีม



ไอศกรีมในภาชนะบรรจุ

1. อ่านฉลาก ดูข้อมูลประกอบการเลือกซื้อ เช่น ชื่ออาหาร เลขสารบบ-อาหาร ชื่อและที่อยู่ของผู้ผลิต

ส่วนประกอบสำคัญ วันเดือนและปีที่ผลิต และ / หรือวันเดือนและปีที่หมดอายุการบริโภค เป็นต้น

2. ภาชนะบรรจุไอศกรีม

สะอาด ปิดสนิท ไม่ฉีกขาด ไอศกรีมไม่รั่วซึมออกมา

3. ลักษณะไอศกรีม

ต้องมีสี กลิ่น รส ตามลักษณะของไอศกรีมนั้น ๆ ตัวไอศกรีมไม่เหลวหรือมีลักษณะเหมือนเคยละลายมาแล้ว

4. สถานที่จำหน่าย

จะต้องมีตู้เย็นแช่แข็งไอศกรีม และจัดไอศกรีมเป็นสัดส่วนเรียบร้อย



ไอศกรีมตักขาย

ตัวไอศกรีมต้องไม่มีสี กลิ่น รส ผิดปกติ และไม่เหลวหรือมีลักษณะเหมือนละลายมาแล้ว ภาชนะที่ใช้ใส่และตักไอศกรีมต้องสะอาด และต้องสังเกตสุขลักษณะของผู้ขายด้วย เช่น เล็บมือ การแต่งกาย เป็นต้น

น้ำแข็ง อย่าง...วางใจ



การเลือกซื้อ	น้ำแข็งหลอดบรรจุถุง	น้ำแข็งตักขาย	น้ำแข็งซอง
อ่านฉลาก	สังเกตดูให้มีข้อความ “ น้ำแข็งใช้-รับประทานได้ ” เลขสารบบอาหาร ชื่อและที่อยู่ผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือผู้แบ่งบรรจุ ปริมาณบรรจุ	สังเกตดู ไม่มีคราบ ปิดผนึกแน่นหนา ไม่ฉีกขาด และตู้ที่เก็บรักษาสะอาด ถูกสุขลักษณะ	ไม่ควรรื้อหน้าแข็งซองที่ผู้ขายวางหรือลากกับพื้น
ภาชนะที่ใส่น้ำแข็ง และลักษณะการวางจำหน่าย	ดูสะอาด ไม่มีคราบ ปิดผนึกแน่นหนา ไม่ฉีกขาด และตู้ที่เก็บรักษาสะอาด ถูกสุขลักษณะ	ถึงใส่สะอาด มีฝาปิด ไม่ควรมีอาหารหรือวัสดุอื่น ๆ แฝงอยู่ในน้ำแข็งและวางในสถานที่ปราศจากฝุ่นละออง และสิ่งสกปรก	
ลักษณะน้ำแข็ง	ใส สะอาด ไม่มีสีหรือกลิ่นผิดปกติ ตลอดจนไม่มีผู้หลอกลวง	หรือสิ่งแปลกปลอมในก้อนน้ำแข็ง	
ผู้ขาย	แต่งกายสะอาด ตัดเล็บสั้น สวมสะอาด ไม่มีคราบสกปรก ไม่เป็นโรคผิวหนัง หรือโรคติดต่อ และไม่เอื้อมลงไปในน้ำแข็งที่ตักขาย หรือน้ำแข็งซอง		