



แนวทางการ ยา เครื่องสำอาง อาหาร เข้าร้านค้า

สู่การเป็นร้านค้าคุณภาพ ปลอดภัยอันตรายเพื่อชุมชน





เลือกขายเฉพาะผลิตภัณฑ์ที่มีเลขทะเบียน



ยา

- มีทะเบียนตำรับยา
1A XX/2565

ตัวอย่างเลขตำรับทะเบียนยาที่อย.รับรอง



สแกน
ตรวจสอบเลขอย.



เครื่องสำอาง

- มีฉลากภาษาไทย
- มีเลขที่รับจดแจ้ง

10 หลัก XX-X-XXXXXXX

หรือ 13 หลัก XX-X-XXXXXXXXXXXX

ตัวอย่างเลขที่รับจดแจ้งที่อย.รับรอง



อาหาร

- แสดงฉลากครบถ้วน
- มีเลขสารบบ 13 หลัก



ตัวอย่างสารบบอาหารที่อย.รับรอง₂

ไม่ขายของหมดอายุ ดูวันหมดอายุของผลิตภัณฑ์



ยา

MFG/MFD = วันผลิต

EXP/EXD = วันหมดอายุ (ต้องตั้ง)

เช่น EXP 01/01/2565

หมดอายุ วันที่ 1 มกราคม 2565 = ต้องตั้ง



เครื่องสำอาง

EXP /EXD = วันหมดอายุ (ต้องตั้ง)



วันหมดอายุ

ค.ศ.2019 มกราคม วันที่ 17

*ในบางผลิตภัณฑ์จะใช้ปีค.ศ.ขึ้นก่อนวันที่



อาหาร

MFG/MFD = วันผลิต

EXP/EXD = วันหมดอายุ (ต้องตั้ง)

เช่น EXP 01/01/2565

หมดอายุ วันที่ 1 มกราคม 2565 = ต้องตั้ง

BB /BBE = ควรบริโภคก่อน (กินได้อยู่)

เช่น BBE 01/01/2565

ควรบริโภคก่อน วันที่ 1 มกราคม 2565 = หากบริโภคหลังวันนี้รสชาติหรือสีอาจเปลี่ยนไป



ยา **1** ขายได้เฉพาะยาที่แสดงข้อความ

ยาสามัญประจำบ้าน



ไม่ขายยาอันตราย ยาปฏิชีวนะ
ไม่จำหน่ายยาสมุนไพร ยาแผนโบราณ ที่ไม่มีการขึ้นทะเบียน

ฝ่าฝืนขายยาที่ไม่ใช่สามัญประจำบ้าน

โทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี และปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ตัวอย่างการแสดงข้อความบนแผงยา

ขายได้



ยาสามัญประจำบ้าน

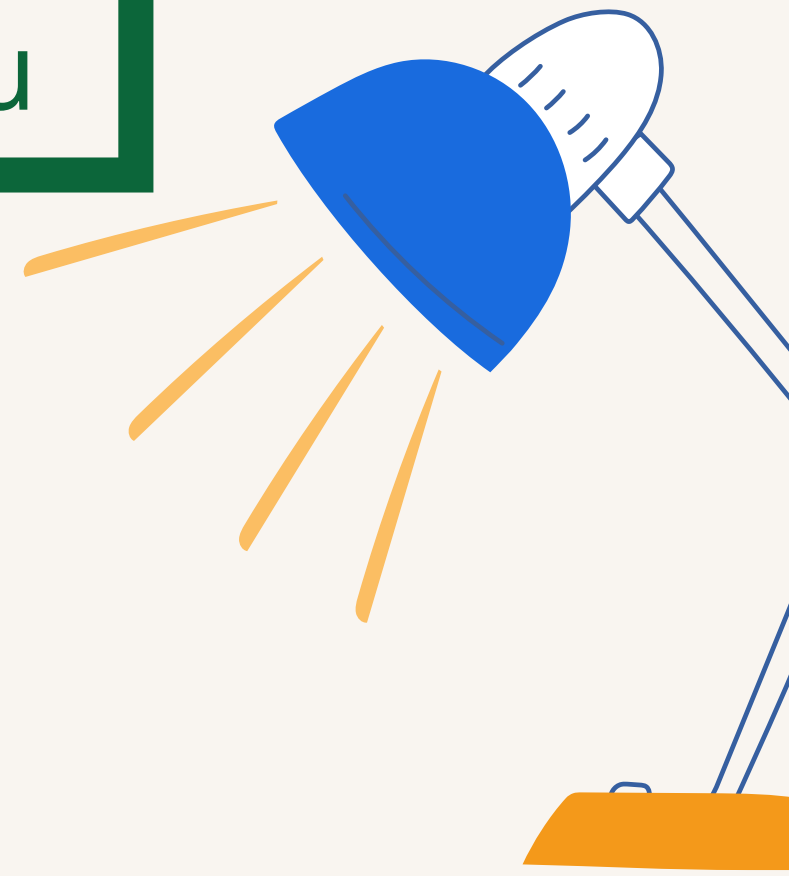


ยาอันตราย



ยาควบคุมพิเศษ

ห้ามขาย



ตัวอย่างยาที่ไม่มีเลขขึ้นทะเบียน



ยาหม่องสมุนไพรบ้านบางเค็ม

ถ้าลองสังเกต

ฉลากข้างขวดยาหม่อง ระบุว่า

- **สมานกระดุกที่แตกหรือหัก**

เกินจริง

ซึ่งสรรพคุณนั้นกล่าวเกินจริง ไม่มียาทาตัวไหนที่สามารถสมานกระดุกได้ แต่สาเหตุที่ทำให้คนใช้ทาแล้วหายปวดนั้นมาจากตัวยาสเตียรอยด์ที่แอบผสมมา เพราะไม่ได้รับการขึ้นทะเบียน



ยา 2 ไม่ขายยาชุด(มรณะ)ในชุมชน เพื่อความปลอดภัยของคนในชุมชน

ผลตรวจหาสารสเตียรอยด์พบว่า

X สรรพคุณครอบจักรวาล
ตัวอย่างยาชุดที่พบ

มหัสจรรย์ แท้เหล่า !!
มี 3 เม็ด เป็น
สเตียรอยด์ 2 เม็ด
ผลจากการทดสอบโดยใช้ชุดทดสอบสเตียรอยด์เบื้องต้น 25/9/2557



ชื้อยาชุด 10 บาทมากินแก้หวัด สุดท้ายอาการหนัก

ยาไข้หวัด

สรรพคุณ>> แก้หวัด คัดจมูก แก้ไข้จับสั้น
สามารถใช้แทนยาฉีดได้



ยาหมอมอาหาร

สรรพคุณ>> ทั้งรักษาเกาต์ อัมพฤกษ์ รูมาตอย
ฟื้นฟูเส้นประสาท เสริมสร้างแคลเซียม



ยา 2 ไม่ขายยาชุด(มรณะ)ในชุมชน เพื่อความปลอดภัยของคนในชุมชน

โทษจากการกินยาชุด

1. ได้รับยาเกินขนาด

อาจส่งผลให้กระเพาะทะลุ หรือบวมน้ำ ในบางรายอาจถึงขั้นเสียชีวิต

2. มียาสแตียรอยด์ผสมอยู่

3. ยาชุดมักไม่มีเลขสารบบ ทำให้ไม่ทราบที่มาของแหล่งผลิต

เมื่อไม่สามารถตรวจสอบได้ก็จะไม่รู้ว่ามีการปนเปื้อนของสารอันตรายหรือไม่



เครื่องสำอาง

เกณฑ์เลือกเครื่องสำอางที่ได้มาตรฐาน ดังนี้

1. ชื่อจากแหล่งขายที่น่าเชื่อถือ เช่น ร้านขายยา ร้านตัวแทนเครื่องสำอาง ห้างสรรพสินค้า
2. ต้องไม่ใช่คำโฆษณาเกินจริง โอ้อวด ไม่สุภาพ

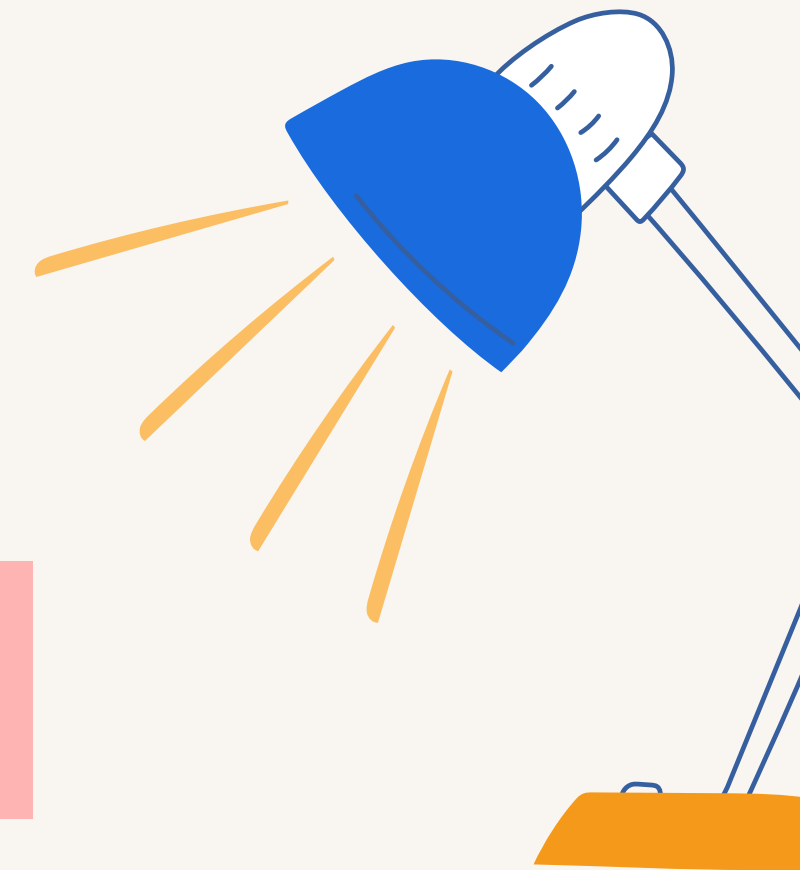
เช่น “ขาวใสชั่วข้ามคืน” “ช่วยสลายไขมัน” “ทาแล้วผิวรักผิวหลง”
“ล้างสารพิษ” “กระตุ้นการสร้างคอลลาเจน” “พอมทันตา”

3. ภาชนะบรรจุเครื่องสำอางไม่มีฉลากใดๆ หรือมีฉลากที่ไม่ได้มาตรฐาน ไม่แสดงแหล่งผลิต

เช่น



ไม่มีฉลากแสดงข้อความมีเพียงคำแอบอ้างจากผู้ขายให้เท่านั้น ว่าขาวอย่างนั้น ีตในวัยรุนอย่างนี้



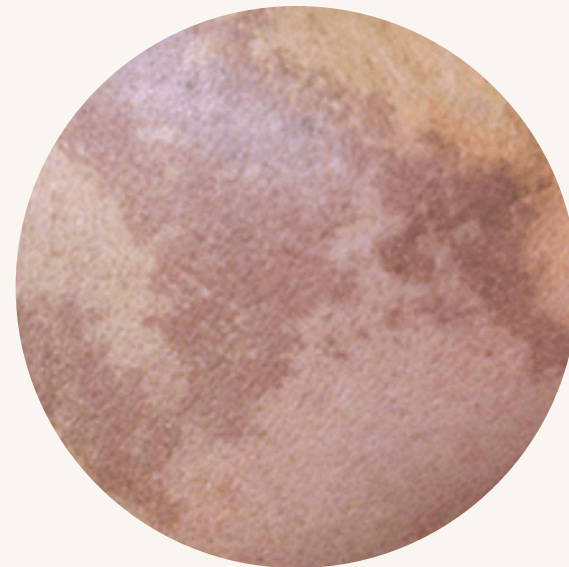
เครื่องสำอาง

ไม่มีสารอันตรายในเครื่องสำอาง ดังนี้



ปรอท

- หน้าดำ
- เกิดฝ้าขาว
- ดูดซึมเข้า
กระแสเลือด
ทำให้ตับและไต
อักเสบ



ไฮโดรควิโนน

- แสบหน้า
- หน้าดำคล้ำตรง
ที่ทา
- เกิดฝ้าขาว
- กลายเป็นมะเร็ง
ผิวหนัง



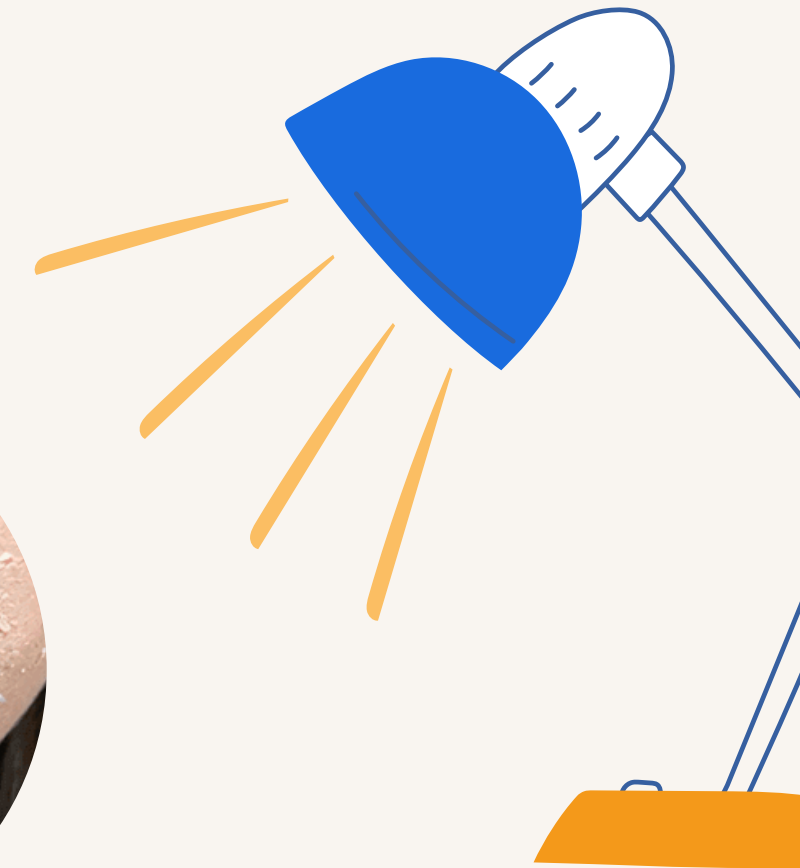
สเตียรอยด์

- หน้าบาง
- เห็นเส้นเลือด
ตามผิวหนังชัด
- มีตุ่มแดงขึ้นทั่ว
ทั้งหน้า



กรดเรตินอยิก เอซิด

- หน้าลอก
- อักเสบได้ง่ายเมื่อ
โดนแดด
- ใช้ในหญิงท้อง
จะทำให้ทารก
พิการ



ผลจากการใช้
สารเหล่านี้

อาหาร

เกณฑ์เลือกอาหาร ดังนี้

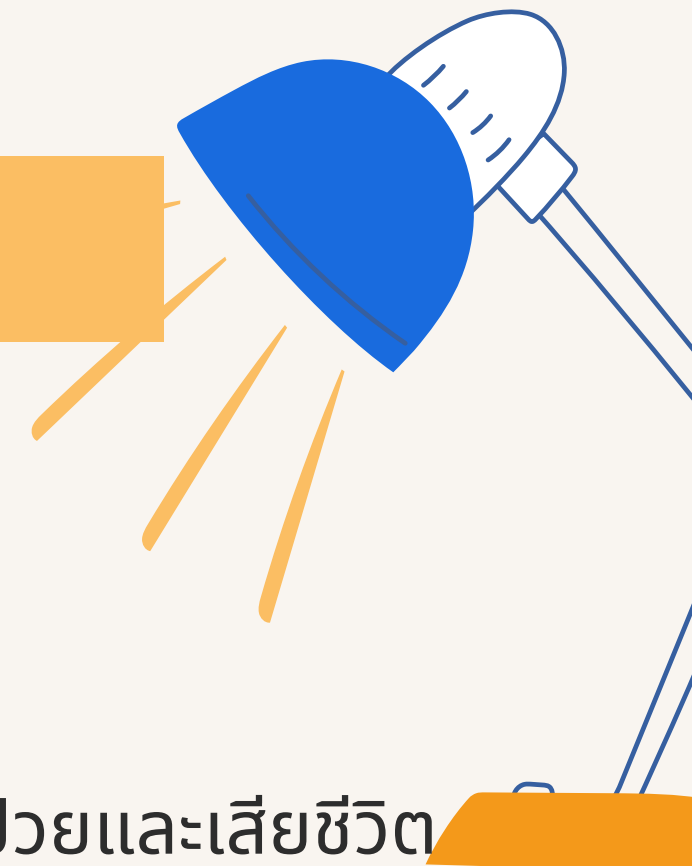
1. ไม่เลือกผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีเครื่องหมาย อย. หรือเลขสารบบรองรับ

ตัวอย่าง **ไส้กรอกที่ไม่มีอย. รองรับ = อันตราย**

เช่น ยี่ห้อ **KC** , ยี่ห้อ **Superrich** ,ยี่ห้อ **KC** หมูยออุบล และอื่นๆ

เพราะในอาหารที่ไม่มีการรับรองจาก อย. **อาจมีสารกันเสียมากกว่าที่กฎหมายกำหนด**

เพื่อที่อาหารจะได้มีอายุนานๆ หากขายไม่หมด ทำให้สารกันเสียนี้อาจสะสมในร่างกายผู้บริโภค ทำให้ป่วยและเสียชีวิต



หากฝ่าฝืน !!

ต้องโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

สู่การเป็นร้านยาชำคุณภาพเพื่อชุมชน

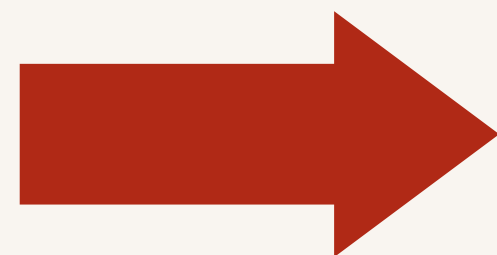
สำนักงานสาธารณสุข
จังหวัดสมุทรสงคราม



ตัวอย่าง
อาหารที่ไม่มีเลขสารบบ
ไม่ทราบแหล่งที่มา



หน้าตาอาหาร
เมื่อออกสู่ตลาดทั่วประเทศ



แหล่งผลิต

อาหาร

เกณฑ์เลือกอาหาร ดังนี้(ต่อ)

2. ไม่มีผลิตภัณฑ์อาหารที่หมดอายุ

3. ไม่มีการโฆษณาผลิตภัณฑ์อาหารโอ้อวดสรรพคุณเกินจริง

4. มีฉลากภาษาไทยแสดงข้อมูลครบถ้วน

- ชื่อผลิตภัณฑ์และประเภทอาหาร
- เครื่องหมาย ออย.
- ชื่อและที่ตั้งสถานที่ผลิต
- ปริมาณสุทธิ
- ส่วนประกอบที่สำคัญ (เรียงจากร้อยละมากไปน้อย)
- ระบุ วันหมดอายุ วันที่ควรบริโภค (EXP/EXD/BBE/BB) ชัดเจน
- ถ้ามีสารกันเสียต้องแสดงข้อความ

หากมีการสุ่มตรวจเจอ

ต้องโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ



ฉลาก GDA

เรียกง่าย ๆ ว่า ฉลากหวาน มัน เค็ม จะปรากฏบนบรรจุภัณฑ์อาหารสำเร็จรูป
พร้อมรับประทานอย่าง
โดยนำข้อมูลของสารอาหาร 4 ชนิด คือ พลังงาน (กิโลแคลอรี) น้ำตาล (กรัม)
ไขมัน (กรัม) และโซเดียม (มิลลิกรัม) มาแสดงให้ผู้บริโภคเห็นได้อย่างชัดเจน
และอ่านง่าย

ข้อดี

ข้อมูลในฉลากโภชนาการจีดีเอ

- 1).ช่วยให้สามารถตัดสินใจเลือกซื้ออาหารรับประทานได้ เพราะบอกปริมาณพลังงาน น้ำตาล ไขมัน และโซเดียมของอาหารชนิดนั้นอย่างชัดเจน
- 2).บอกปริมาณที่ควรบริโภคในหนึ่งวันด้วย

มีการจัดหมวดหมู่อาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพแก่ผู้บริโภค

เป็นสัญลักษณ์ ที่แสดงว่าผลิตภัณฑ์อาหารนั้นได้ผ่านเกณฑ์การพิจารณาแล้วว่า มีปริมาณน้ำตาล ไขมัน และโซเดียมที่เหมาะสม



ข้อดี

- ลดหวาน
- ลดมัน
- ลดเค็ม

สังเกตฉลากและสัญลักษณ์โภชนาการก่อนซื้อ
ลดปัจจัยเสี่ยงโรค **NCDs** เช่น

โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคอ้วน

ตัวอย่างผลิตภัณฑ์ทางเลือกเพื่อสุขภาพ

น้ำปลาตราเค็มน้อย	น้ำปลาตราเค็มจืด
ปรับสูตรและโซเดียมน้อยกว่า 6,000 มิลลิกรัม/ 100 มิลลิลิตร	สูตรปกติ

เพื่อสุขภาพที่ดี บริโภค น้ำตาล ไขมัน เกลือ ไม่เกิน 6:6:1 ช้อนชาต่อวัน หรือโซเดียมไม่เกิน 2,000 มิลลิกรัมต่อวัน

หากมีข้อสงสัยสามารถยกมือถามได้เลยค่ะ
ขอขอบพระคุณที่รับฟังมาถึงตรงนี้

