

สารฟอกขาว... อย่าวางใจ อันตรายต่อชีวิต



➢ สารฟอกขาว หรือ สารโซเดียมไฮโดรซัลไฟต์ (Sodium hydrosulfite) หรือผงซักฟอง นิยมใช้ในอุตสาหกรรมฟอกย้อมเส้นใยไหม แห และอวน แต่พบว่ามีผู้ค้าบางรายนำมาใช้ฟอกขาวในอาหาร

เพื่อให้อาหารมีความขาว สดใสสำหรับประทานและดูใหม่อยู่เสมอ ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพ

➢ อาหารที่มักตรวจพบสารฟอกขาว ถั่วงอก ชิงฝอย ยอดมะพร้าว กระถ่อน หน่อไม้ดอง น้ำตาลมะพร้าว ทุเรียนกวน อันตรายต่อผู้บริโภค หากสัมผัสสารฟอกขาวโดยตรงจะทำให้ผิวหนังอักเสบ เป็นผื่นแดง และถ้าบริโภคเข้าไป จะทำให้เกิดอาการอักเสบในอวัยวะที่สัมผัส เช่น ปาก ลำคอ กระเพาะอาหาร นอกจากนั้น ทำให้เกิดอาการ แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก ความดันโลหิตต่ำ ปวดท้อง ปวดศีรษะ อาเจียน อูจจาระร่วง และหากแพ้สารนี้อย่างรุนแรง จะทำให้ถ่ายเป็นเลือด ชัก ช็อก หมดสติ หายใจไม่ออก ไตวาย และเสียชีวิตในที่สุด

➢ วิธีหลีกเลี่ยง อันตรายจากสารฟอกขาว เลือกซื้ออาหารที่สะอาด มีสีใกล้เคียงกับธรรมชาติ ไม่ขาวจนผิดปกติ เช่น ทุเรียนกวนที่มีสีหมองคล้ำตามธรรมชาติ หลีกเลี่ยงการซื้อถั่วงอกหรือชิงฝอยที่ผ่านการใช้สารฟอกขาวจนทำให้มีสีขาวอยู่เสมอ แม้ตากลม สีก็ยังไม่คล้ำเป็นต้น นอกจากนี้ก่อนบริโภคอาหารที่สงสัยว่ามีสารฟอกขาวควรทำให้สุกเสียก่อนเพราะสารโซเดียมไฮโดรซัลไฟต์จะถูกทำลายด้วยความร้อน ซึ่งจะปลอดภัยกว่าการนำมารับประทานแบบสด ๆ

ขนมขบเคี้ยว ...ที่น่าขบคิด



➢ เด็กๆ กับขนม ดูเหมือนจะกลายเป็นของคู่กันไปเสียแล้วไม่ว่าจะเป็นยุคสมัยใด โดยเฉพาะในปัจจุบันได้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ค่านิยม เทคโนโลยี หรือจากด้านอื่นๆ ขนมจึงได้ถูกนำมาบรรจุภัณฑ์ให้เป็นสินค้าหรือเรียก

อีกอย่างหนึ่งว่า “ขนมขบเคี้ยว” ที่มีรูปลักษณะสวยงาม ล่อตาล่อใจรสชาติหลากหลายสารพัดรูปแบบ รวมทั้งเด็กๆ สามารถหาซื้อได้เองทั้งจากห้างสรรพสินค้า ร้านขายของทั่วไปหรือกระทั่งในโรงเรียน ซึ่งในขนมดังกล่าว จัดเป็นอาหารที่ให้พลังงานสูง แต่ให้โภชนาการค่อนข้างน้อยเพราะอุดมไปด้วยแป้ง น้ำตาล ไขมัน เกลือ และผงชูรสเป็นส่วนประกอบหลักทั้งสิ้น ถ้าเด็กรับประทานเข้าไปมากอาจทำให้ได้รับพลังงานเกินในร่างกาย เกิดภาวะโภชนาการเกินก่อให้เกิดภาวะผิดปกติอันเนื่องมาจากภาวะอ้วน เช่น มีไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์สูง และการทำงานของไตเริ่มผิดปกติ

➢ การห้ามไม่ให้เด็กรับประทานขนมขบเคี้ยวเป็นไปไม่ได้ โดยเฉพาะในปัจจุบันพบที่มีการโฆษณาชวนทางสื่อต่างๆ อย่างหนัก รวมทั้งของแถมที่มาพร้อมกับขนม ซึ่งเป็นสิ่งจูงใจให้นิยมชมชอบขนมขบเคี้ยวมากขึ้น ดังนั้นหากไม่ต้องการให้เด็กรับประทานบรรดาขนมขบเคี้ยวมากเกินไปควรจัดวินัยในการรับประทานขนมให้เด็กอย่างถูกวิธี ควรให้หลังจากเด็กรับประทานอาหารหลักแล้วรวมทั้งเวลาเลือกซื้อขนมขบเคี้ยวชนิดต่างๆ ควรคำนึงถึงปริมาณและคุณภาพของขนมที่จะรับประทานก่อนทุกครั้ง โดยพิจารณาจากฉลากโภชนาการที่ระบุไว้เพื่อประเมินส่วนประกอบของขนมก่อนเลือกซื้อเป็นสำคัญ และควรสอนเด็กให้รู้จักการอ่านและวิเคราะห์ฉลากอย่างง่าย ๆ ซึ่งเป็นพื้นฐานให้เด็กได้รู้จักเลือกบริโภคอาหารอื่นๆ ได้อีกด้วย และสิ่งสำคัญที่ลืมไม่ได้คือควรเป็นตัวอย่างที่ดี เพราะเด็กๆ จะสังเกตได้จากพฤติกรรมกรรมการเลือก

รับประทานอาหารจากบุคคลใกล้ชิด นอกจากนี้ควรรับประทานอาหารให้เป็นเวลา ครบทั้ง 5 หมู่ บริโภคผักผลไม้ทุกวัน ซึ่งมีประโยชน์และคุณค่ามากกว่าขนมขบเคี้ยว และควรออกกำลังกายร่วมด้วยเพื่อสร้างสุขภาพอนามัยที่ดี ความอ้วนไม่อย่างกราย โรคภัยไม่มารุมเร้า..

สิทธิของผู้บริโภคตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย 5 ประการ ได้แก่

1. สิทธิที่จะได้รับข่าวสารรวมทั้งคำพรรณนาคุณภาพที่ถูกต้องและเพียงพอเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการโฆษณาหรือการแสดงฉลากตามความเป็นจริงและปราศจากพิษภัยแก่ผู้บริโภค รวมถึงสิทธิที่จะได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการอย่างถูกต้องและเพียงพอที่จะไม่หลงผิด ในการซื้อสินค้าหรือรับบริการโดยไม่เป็นธรรม

2. สิทธิที่จะมีอิสระในการเลือกหาสินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะเลือกซื้อสินค้าหรือรับบริการด้วยความ สมัครใจของผู้บริโภค และปราศจากการชักจูงใจอันไม่เป็นธรรม

3. สิทธิที่จะได้รับความปลอดภัยจากการใช้สินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับสินค้าหรือบริการที่ปลอดภัย มีสภาพและคุณภาพได้มาตรฐานเหมาะสมแก่การใช้ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต ร่างกายหรือทรัพย์สิน ในกรณีใช้ตามคำแนะนำหรือระมัดระวังตามสภาพของสินค้าหรือบริการนั้นแล้ว

4. สิทธิที่จะได้รับความเป็นธรรมในการทำ

สัญญา ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับข้อสัญญาโดยไม่ถูกเอาเปรียบจากผู้ประกอบธุรกิจ

5. สิทธิที่จะได้รับการพิจารณาและชดเชย

ความเสียหาย ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการคุ้มครองและชดเชยค่าเสียหาย เมื่อมีการละเมิดสิทธิของผู้บริโภคตามข้อ 1, 2, 3 และ 4 ดังกล่าว

การใช้เครื่องสำอางอย่างถูกวิธี



✦ **ต้องใช้เครื่องสำอางให้ถูกวิธี** ผู้บริโภคต้องเอาใจใส่ตั้งแต่ปริมาณเครื่องสำอางที่ใช้ในแต่ละครั้ง บริเวณที่ใช้ (ทาขอบดวงตา/ทาหน้า/ทามือ/ทาผิวกาย) เวลาที่ใช้(ตอนเช้า/ก่อนนอน) ความถี่ในการใช้ รวมทั้งระยะเวลาที่ผลิตภัณฑ์สัมผัสกับผิวหนังด้วย ดังนั้น ควรอ่านฉลากเครื่องสำอางอย่างละเอียด โดยเฉพาะวิธีใช้และคำเตือน

✦ หากจะใช้เครื่องสำอางชนิดใดเป็นครั้งแรก เพื่อความปลอดภัย ควรทดสอบการแพ้ก่อนใช้ ด้วยการทาเครื่องสำอางนั้นในปริมาณเล็กน้อย ที่บริเวณท้องแขน แล้วทิ้งไว้ประมาณ 24-48 ชั่วโมง หากไม่มีความผิดปกติใดๆ เกิดขึ้น ก็แสดงว่าน่าจะใช้ได้

✦ อย่าหลงเชื่อโฆษณาผลิตภัณฑ์ที่ว่า **อยากสวย ต้องอดทน ทนแสบ ร้อน แดง ผิวลอก แล้วผิวใหม่จะสวยใส** ผลิตภัณฑ์เหล่านั้นล้วนอันตราย เครื่องสำอางเป็นผลิตภัณฑ์ที่ใช้แล้ว สวย สะอาด หอม สบาย ไม่ต้องอดทนต่อความทุกข์ทรมานใดๆ

✦ เมื่อใช้เครื่องสำอางแล้ว หากมีความผิดปกติใดๆ เกิดขึ้นต้องหยุดใช้ทันที หากอาการไม่ดีขึ้น ควร

ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรต่อไป (โดยนำเครื่องสำอางที่สงสัยไปด้วย)

อย.จึงขอเตือนผู้บริโภคอย่าซื้อเครื่องสำอาง 57 ยี่ห้อที่ประกาศห้ามใช้อย่างเด็ดขาด เพราะเสี่ยงต่อการได้รับอันตรายจากสารห้ามใช้ ได้แก่ **ไฮโดรควิโนน** อาจทำให้ผู้ใช้เกิดอาการระคายเคือง เกิดจุดต่างขาวที่หน้า ผิวหน้าดำ เป็นฝ้าถาวร รักษาไม่หาย **กรดเรตินอยิกหรือกรดวิตามินเอ** อาจทำให้เกิดอาการหน้าแดงแสบร้อนรุนแรง เกิดการอักเสบ ผิวหน้าลอกอย่างรุนแรง และอาจเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ **สารประกอบของปรอทหรือปรอทแอมโมเนีย** อาจทำให้เกิดการแพ้ ผื่นแดง ผิวหน้าดำ ผิวบางลง เกิดพิษสะสมของสารปรอท ทำให้ทางเดินปัสสาวะและไตอักเสบ ถ้าผู้บริโภคพบเห็นการผลิตหรือขายที่ใดโปรดแจ้งที่สายด่วน อย. 1556 หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนั้น ๆ เลขาธิการฯ นพ.ศิริวัฒน์ ทิพย์ธราดล ให้ข้อสังเกตว่า **เครื่องสำอางที่พบสารอันตราย มักให้รายละเอียดบนฉลากไม่ครบถ้วน** เช่น ไม่ระบุแหล่งผลิต ครั้งที่ผลิตและวันเดือนปีที่ผลิต การเลือกซื้อจึงควรระมัดระวัง และควรสังเกตฉลากเป็นลำดับแรก ซึ่งฉลากที่ถูกต้องจะต้องเป็นฉลากภาษาไทย มีข้อความบังคับครบถ้วน ได้แก่ ชื่อและประเภทผลิตภัณฑ์ ส่วนประกอบสำคัญ วิธีใช้ ชื่อและที่ตั้งแหล่งผลิต วันเดือนปีที่ผลิต และปริมาณสุทธิ นอกจากนี้ ควรเลือกซื้อจากบริษัทที่น่าเชื่อถือ ไม่ควรซื้อเพราะคำโฆษณา สำหรับผู้ผลิตเพื่อขาย ผู้นำเข้าเพื่อขาย และผู้ขาย **เครื่องสำอางที่ไม่ปลอดภัยจะต้องถูกระวางโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งปี หรือปรับไม่เกินหกหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ กรณีของผู้ขาย** หากรู้ต้นตอแหล่งผลิตให้แจ้งทางราชการทราบโดยด่วน เพื่อจะได้ดำเนินการกวาดล้างเครื่องสำอางอันตรายให้หมดไป

(ฉบับหน้า ว่าด้วยเรื่องเครื่องสำอาง 57 ยี่ห้อที่ประกาศ

ห้ามใช้อย่างเด็ดขาด)



สารประชาสัมพันธ์ ประจำปีฯ 1-15 พฤษภาคม 2550



ชมรม อย.น้อย ร.ว.ร.

งานอนามัยโรงเรียนร่มเกล้าพัฒนานคร

สระแก้ว รัชมิ่งคลาภิเษก

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสระแก้ว เขต 2



(037) 243014



(037) 261604