

กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ



กินร้อน...

...กินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ทันที หลังจากปรุงอาหารให้สุกด้วยความร้อนแล้ว ปรุงอาหารด้วยความร้อนให้สุกอย่างทั่วถึงทุกส่วน ไม่ปรุงอาหารแบบสุกๆ ดิบๆ เก็บอาหารที่ปรุงสุกอย่างเหมาะสม/อาหารที่เก็บไว้นานเกินกว่า 4 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นให้ร้อนอย่างทั่วถึง ก่อนนำมากินอีกครั้ง...

ช้อนกลาง...

...เป็นช้อนที่ใช้ในสำหรับกับข้าวเพื่อใช้ตักแบ่งอาหารมาใส่จานของผู้กิน ช่วยป้องกันโรคที่ติดต่อผ่านทางน้ำลายได้...

ล้างมือ...

...ล้างมือให้สะอาดเพราะมือเป็นสื่อนำเชื้อโรคได้อย่างดี โดยการล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหารและหลังจากออกจากห้องส้วม...



สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่



สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

รมนามัย กระทรวงสาธารณสุข

อาคาร 3 ชั้น 3 เลขที่ 88/22 หมู่ 4 ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง

นนทบุรี 11000 โทรศัพท์/โทรสาร 0 2590 4188

<http://foodsafety.anamai.go.th>

พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด

จำนวน 2,000 เล่ม ปี พ.ศ. 2556

เลขเด็ด... “มือสะอาด”

ล้างมือด้วยน้ำและสบู่

7 ขั้นตอน



ฝ่ามือถูกัน



ฝ่ามือถูหลังมือ
และนิ้วถูข้อมือ



ฝ่ามือถูฝ่ามือ
และนิ้วถูข้อมือ



หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ



ถูนิ้วหัวแม่มือ
โดยรอบด้วยฝ่ามือ



ปลายนิ้วมือ
ถูข้อมือฝ่ามือ



ถูรอบข้อมือ

2 ก่อน

ก่อนปรุงอาหาร
ก่อนกินอาหาร

5 หลัง

หลังเข้าห้องส้วม
หลังสัมผัสสิ่งสกปรก
หลังเล่นกับสัตว์เลี้ยง
หลังกลับจากโรงพยาบาล
หลังกลับมาจากนอกบ้าน

“รวมกันเป็นหนึ่ง เพื่อสุขอนามัยของมือ”
Unite for Universal Hand Hygiene



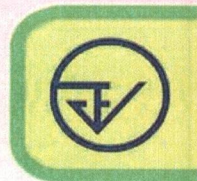
5 วิธี เลือกซื้ออาหาร

ให้ปลอดภัยจากสารปนเปื้อน

● การเลือกซื้ออาหารให้ปลอดภัย ควรสังเกต ดังนี้ ●



ระบุสถานที่ผลิต
วันเดือนปีที่ผลิต
และหมวดอายุที่ชัดเจน



อาหารในภาชนะบรรจุปิดสนิท
มีเครื่องหมาย อย. หรือ มอก.



เลือกซื้อจากสถานที่ผลิต
และจำหน่ายที่น่าเชื่อถือ
สะอาด-ถูกสุขลักษณะ



ภาชนะที่บรรจุไม่มีรอยร้าว
บุบ บวม หรือฉีกขาด



ก่อนนำมารับประทานสังเกต
สภาพของอาหาร ไม่มีสี
กลิ่น รูปร่างผิดปกติ



หมั่นล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์
ก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย : สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ



เลี้ยงอาหารปีใหม่ ใช้หลัก 3 ล.

เพื่อความปลอดภัยของคนในครอบครัว

1

เลือกสุก



ปรุงอาหารให้สุก หรืออุ่นด้วยความร้อนอย่างทั่วถึง โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์ หรืออาหารทะเล

เลี้ยงเลี้ยง

2

หลีกเลี่ยงอาหารสุกๆดิบๆ เช่น ลาบ หลู้ ปลา ย่างต่างๆ หรืออาหารที่ทำจากกะทิ



3

เลี้ยงที่สะอาด



หากจัดงานเลี้ยงในร้านอาหาร ควรเลือกร้านที่สะอาด จัดเป็นสัดส่วน มีป้ายรับรองจากหน่วยงานราชการ



สร้างเสริมพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลที่ดี

" เว้นระยะห่าง สวมหน้ากากอนามัย หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด กินอาหารร้อน ใช้ช้อนกลางส่วนตัว หมั่นล้างมือ "

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ

สแกนคิวอาร์โค้ด
รับความรู้เรื่อง COVID-19

เผยแพร่ : ธันวาคม 2565



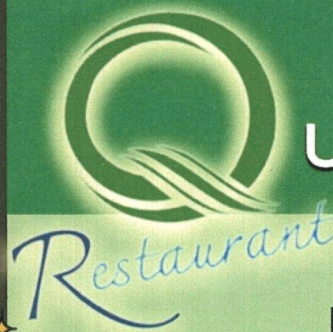
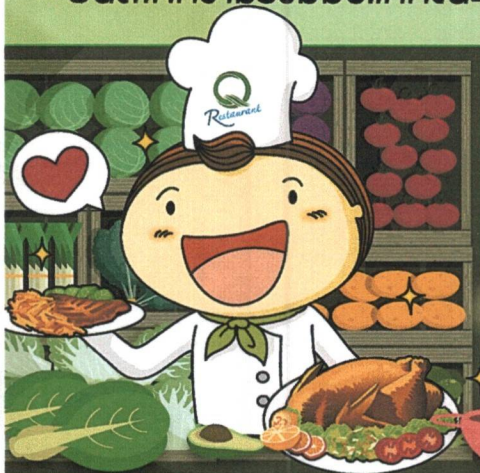
กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ โดยสำนักงานมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหารแห่งชาติ (มกอช.) ร่วมกับสำนักงานเกษตรและสหกรณ์จังหวัดพัทลุงจัดทำโครงการขึ้น เพื่อให้ร้านอาหารที่มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับในระดับจังหวัด ซึ่งมีการใช้วัตถุดิบที่มีความปลอดภัย โดยวัตถุดิบดังกล่าวได้มาจากการผลิตตามมาตรฐานการผลิตและผ่านการรับรอง หรือเป็นผลผลิตที่เกิดจากผู้ผลิตที่รับรองตนเองว่า ผลิตโดยไม่ใช้สารเคมี หรือจำกัดการใช้สารเคมี รวมทั้งมุ่งเน้นให้ร้านอาหารเป็นจุดรับซื้อผลผลิต จากการผลิตทางการเกษตรที่มีความปลอดภัยได้อีกช่องทางหนึ่ง

คุณสมบัติของร้านอาหาร

- ร้านมีความสนใจและสมัครใจขอรับการตรวจ
- เป็นร้านที่จดทะเบียนพาณิชย์ตามกฎหมาย
- วัตถุดิบหลักที่ประกอบอาหารต้องเป็นสินค้า Q
- เป็นสินค้าที่ผ่านการตรวจรับรองไม่น้อยกว่า 70%
- ร้านอาหารสะอาด ปลอดภัย ถูกสุขลักษณะ
- ยินดีให้ความร่วมมือแก่คณะผู้เข้าตรวจประเมิน

แนวทางการดำเนินงาน

- รับสมัครร้านอาหารที่สนใจเข้าร่วมโครงการ
- คณะทำงานตรวจประเมินร้านอาหารเบื้องต้น
- มอบป้ายร้านอาหารที่ผ่านการตรวจประเมิน
- นำเข้าสู่เว็บไซต์ www.qrestaurant.acfs.go.th
- เพิ่มข้อมูลในแอปพลิเคชัน QRestaurant
- ตรวจติดตามเพื่อสร้างความมั่นใจต่อไป



โครงการร้านอาหารวัตถุดิบปลอดภัยเลือกใช้สินค้า Q

สินค้า Q ย่อมาจาก **Quality** หมายถึง เครื่องหมายรับรองมาตรฐานสินค้าเกษตรและอาหาร เพื่อแสดงถึงความปลอดภัยของวัตถุดิบ

รายชื่อร้านอาหาร

ที่ผ่านการตรวจรับรอง ปี 2563-2565

- จันทรเจ้า Food & Coffee
- บึงนา คาเฟ่
- สวีทไอส์แลนด์
- เดอะควนดินสอ
- สวนยางคาเฟ่@หาบโพธิ์
- * หลาบตาซุสเติ้ลเฮ้าส์ (สาขาควนขนุน)
- ครัวจินุช
- * ส้มตำบายพาส
- Route 41 Farm
- บ้านดริบ

- ไอคูล (I'Cool)
- แบบไทย
- * CC STEAK (สาขาพนมวัง)
- CC STEAK (สาขาในเมือง)
- ตำนานโฮววัย
- * จุด 3 จุด @ พัทลุง
- * บ้านฝน Coffee & Steak
- สามก๊กทะเลน้อย
- เบ๊นคลุซัน
- ห้อยขาเมี่ยงปลาเผา



- สวนเลอซู
- เคียวทะเล
- มิสลิค
- * ไร่ป่องคุณ
- Roof 6/6
- บ้านเพ็ญคอฟฟี่แอนด์เบค
- ขนมป่า By ใจเกษ
- water Side Cafe
- ดอลลาร์ สเต็ก
- ศรีปากประ





สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพัทลุง

กลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภคและเภสัชสาธารณสุข

ฉบับที่ 48/2566 7 กรกฎาคม 2566



ประกาศผลวิเคราะห์ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร อัลฟ่า พลัส ตรวจพบเจือปนยาแผนปัจจุบัน



1

รายละเอียดผลิตภัณฑ์

ชื่อผลิตภัณฑ์ : ผลิตภัณฑ์อัลฟ่า พลัส
(ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร)

เลขสารบบอาหาร 11-2-04463-5-0047

ผลิตโดย : บริษัท วีไลฟ์ อินโนเวชั่น จำกัด

342/2 หมู่ 1 ซอยสุดใจ-ทองนพคุณ ถ.แพรกษา

5 อ.เมือง จ.สมุทรปราการ 10280

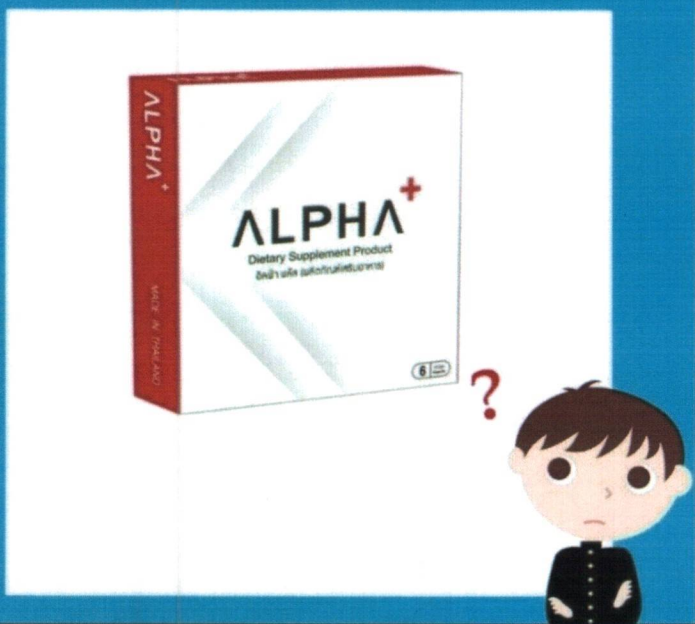
จำหน่ายโดย : บริษัท ลา แพลนท์ต้า จำกัด 381

ซอยเอกชัย 45 แขวง/เขตบางบอน กทม. 10150

รุ่นการผลิต AP6503/01

วันเดือนปีที่ผลิต 09/03/2022

ควรบริโภคก่อน 09/03/2024



2

ตรวจพบยาแผนปัจจุบัน Sildenafil (Viagra®) ซึ่งเป็นยาควบคุมพิเศษ

- ยาดังกล่าวมีฤทธิ์ยับยั้งเอ็นไซม์ฟอสโฟไดเอสเทอเรส 5 ซึ่งใช้รักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ต้องใช้ภายใต้การดูแลรักษาของแพทย์
- ผลข้างเคียงอาจทำให้เกิดอาการ ได้แก่ ความผิดปกติของระบบประสาทตา ถึงขั้นตาบอดได้ มีอาการปวดศีรษะอย่างรุนแรง หัวใจเต้นผิดปกติ หายใจลำบาก ความดันโลหิตสูง

3

ผู้จำหน่าย

มีโทษตามมาตรา 58 แห่งพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ.2522

ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000

บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

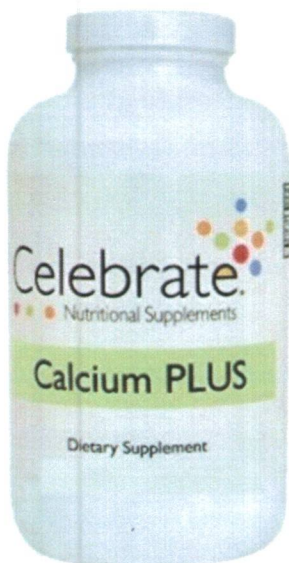


หากพบการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ดังกล่าว โปรดแจ้งกลุ่มงานเภสัชกรรมโรงพยาบาลชุมชนทุกแห่ง
หรือกลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภคฯ สนง.สาธารณสุขจังหวัดพัทลุง
โทร .074-613127 ต่อ 104 หรือ 082-8181954





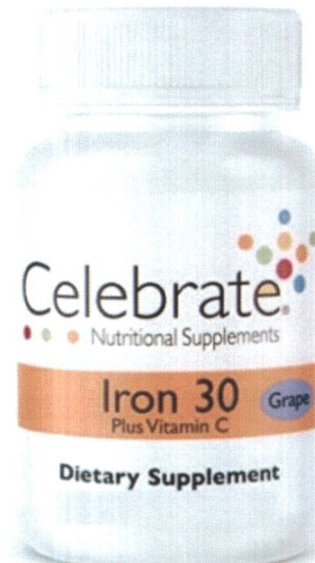
แจ้งผลการตรวจสอบฉลาก ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ไม่ได้รับอนุญาต



**CELEBRATE NUTRITIONAL
SUPPLEMENTS CALCIUM PLUS
DIETARY SUPPLEMENT**

รายละเอียดผลิตภัณฑ์

- ✓ ฉลากแสดงปริมาณสารอาหารที่ได้รับต่อวันเกินกว่าที่กฎหมายกำหนด ดังนี้
 - ปริมาณวิตามินดี 90 ไมโครกรัมต่อวัน (กำหนด ไม่เกิน 5 ไมโครกรัมต่อวัน)
 - ปริมาณแคลเซียม 3600 มิลลิกรัมต่อวัน (กำหนด ไม่เกิน 800 มิลลิกรัมต่อวัน)
- ✓ ไม่แสดงฉลากภาษาไทย
- ✓ ไม่แสดงเลขสารบบอาหาร
- ✓ ไม่แสดงชื่อและที่ตั้งของผู้นำเข้า



**CELEBRATE NUTRITIONAL
SUPPLEMENTS IRON 30 PLUS
VITAMIN C**

รายละเอียดผลิตภัณฑ์

- ✓ ฉลากแสดงปริมาณสารอาหารที่ได้รับต่อวันเกินกว่าที่กฎหมายกำหนด ดังนี้
 - ปริมาณเหล็ก 30 มิลลิกรัมต่อวัน (กำหนด ไม่เกิน 15 มิลลิกรัมต่อวัน)
- ✓ ไม่แสดงฉลากภาษาไทย
- ✓ ไม่แสดงเลขสารบบอาหาร
- ✓ ไม่แสดงชื่อและที่ตั้งของผู้นำเข้า

หากพบการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ดังกล่าว โปรดแจ้งกลุ่มงานเภสัชกรรมโรงพยาบาลชุมชนทุกแห่ง
หรือกลุ่มงานคุ้มครองผู้บริโภคฯ สนง.สาธารณสุขจังหวัดพัทลุง
โทร .074-613127 ต่อ 104 หรือ 082-8181954

ภาพฉลากผลิตภัณฑ์ที่ตรวจพบไซบูทรามิน (Sibutramine)

"ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร (ตรา คอร์เซ่) (Korse) เลขสารบบอาหาร ๑๓-๑๒๕๖๐-๕-๐๐๔๔ LOT ๐๐๒๐๗๒๑ MFG ๑๙/๐๗/๒๐๒๑ EXP ๑๙/๐๗/๒๐๒๓ ผู้ผลิต บริษัท พีเอ็ม แลบบอราทอรี จำกัด เลขที่ ๕๒/๑๔ ตำบลหน้าไม้ อำเภอลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี ผู้จำหน่าย บริษัท คอร์เซ่ (ประเทศไทย) จำกัด ราคา ๒๕๐ บาท น้ำหนักสุทธิ ๑๒.๗ กรัม (๑๕ capsule)"

