ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ

NOW ทันสมัย ทำจริง เห็นผลจริง

ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒๒๐ ประจำเดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๑

การเลือกใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ใช้รับประทานนอกเหนือจากการรับประทานอาหารตามปกติ ซึ่งมีสารอาหารหรือสารอื่นเป็นองค์ประกอบ อยู่ในรูปแบบเม็ด แคปซูล ผง เกล็ด ของเหลวหรือลักษณะอื่น ซึ่งมิใช่รูปแบบอาหารตามปกติ สำหรับผู้บริโภคที่คาดหวังประโยชน์ด้านสุขภาพ เป็นอาหารที่กำหนดคุณภาพหรือมาตรฐาน และฉลากต้องได้รับการอนุญาตก่อนนำไปใช้ ดังนั้น

“ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร จึงไม่ใช่ยา และไม่สามารถใช้รักษาหรือบรรเทาโรคได้”

คำแนะนำในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

✓ **ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารจำเป็นต่อตนเองหรือไม่**

หากผู้บริโภคได้รับสารอาหารครบจากการบริโภคอาหารประจำวันก็ไม่มีความจำเป็น

✓ **ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมีประโยชน์จริงหรือ**

ผู้บริโภคควรหาข้อมูลที่น่าเชื่อถือ และระวังการอวดอ้างสรรพคุณที่เกินจริง

✓ **ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารนั้นมีความปลอดภัยหรือไม่**

ผู้บริโภคควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีการผลิตและควบคุมคุณภาพที่มีมาตรฐานเชื่อถือได้ มีฉลากภาษาไทย พร้อมระบุคำเตือน/ผลข้างเคียง และแสดงสัญลักษณ์ อย.เลขสารบบอาหารที่ได้รับอนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

✓ **ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมีราคาเหมาะสมหรือไม่**

ผู้บริโภคต้องประเมินความจำเป็นในการบริโภค และประโยชน์ที่จะได้รับว่าเหมาะสมหรือไม่

หากจำเป็นต้องใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารร่วมกับยาแผนปัจจุบัน ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้

เอกสารอ้างอิง : 1. ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 293) พ.ศ.2548 เรื่อง ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร
2. ศิริวรรณ อธิคมกุลชัย. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร. รอบรู้เรื่องยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สันติศิริการพิมพ์; 2550.185-197.

ผู้ตั้งบทความ : ภญ.ธมลวรรณ ผลประเสริฐ E-mail : vck_rx@hotmail.com