



ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ



ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒๐๒ ประจำเดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๑



หยุดเสี่ยง จากการซื้อยาออนไลน์

ปัจจุบันสื่อสังคมออนไลน์ มีบทบาทต่อชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก ทำให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพต่างๆ ได้ง่าย รวมไปถึงคำเชื่อโฆษณาชวนเชื่อ ซึ่งจะนำไปสู่อันตรายอาจถึงแก่ชีวิต



ความเสี่ยงจากการซื้อยาออนไลน์

การซื้อยาออนไลน์ผ่านทางอินเทอร์เน็ตอาจมีการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณเกินจริง เป็นยาไม่ได้มาตรฐาน มีการปลอมปนสารอื่น หรือยาปลอมที่ไม่ได้ขึ้นทะเบียน ทำให้ผู้บริโภคใช้แล้วไม่เห็นผล เสียเงินโดยไม่คุ้มค่า และได้รับอันตรายจากสินค้า



การขายยาออนไลน์

ประเภทยาอันตรายหรือยาควบคุมพิเศษ ถือว่า **ผิดกฎหมาย**

พระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 มาตรา 19 ห้ามไม่ให้ขายยาประเภทยาอันตราย หรือยาควบคุมพิเศษนอกสถานที่ที่กำหนดไว้ในใบอนุญาต เนื่องจากยาดังกล่าวต้องจ่ายโดยแพทย์หรือเภสัชกรเท่านั้น เพื่อให้ได้รับคำแนะนำการใช้ยาอย่างถูกต้อง การระวังผลข้างเคียงและอันตรายจากการใช้ยา การแพ้ยา เป็นต้น

ดังนั้นหากผู้บริโภค เมื่อมีความเจ็บป่วย ไม่ควรซื้อยากินเอง ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร ก่อนซื้อยาทุกครั้ง และต้องร่วมมือกันไม่สนับสนุนการขายยาออนไลน์ที่ผิดกฎหมายเหล่านี้ เพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภค

เอกสารอ้างอิง

1. https://aging.oryx.com/detail/media_printing/1490/ วันที่สืบค้น 6 ธันวาคม 2560

2. พระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510

ผู้จัดทำบทความ : ภญ.ธมลวรรณ ผลประเสริฐ

E-mail : vck_rx@hotmail.com





ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ



ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒๐๓ ประจำเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๖๓

บำรุงดวงตาด้วยผักและผลไม้

ผักและผลไม้ที่มีสีต่างๆ ชนิด มีสารชะลอความเสื่อมสภาพและบำรุงสุขภาพตาได้ สารเหล่านี้ ได้แก่

เบตาแคโรทีน

ช่วยให้สามารถมองเห็นในตอนกลางคืนได้ดี

ช่วยลดความเสี่ยงของเซลล์ตา

และลดความเสี่ยง ในการเป็นโรคต้อกระจก

พบใน ผักและผลไม้ที่มีสีส้ม เหลืองหรือแดง รวมถึงผัก
ที่มีสีเขียวทุกชนิด เช่น ฟักทอง แครอท ข้าวโพดอ่อน
แตงโม หน่อไม้ฝรั่ง แคนตาลูป มะละกอสุก มะระ ตำลึง
บล็อคโคลี่ ผักคะน้า ผักบุ้ง ผักกวางตุ้ง เป็นต้น



ไลโคปีน

เป็นสารตัวกลางในการสังเคราะห์เบตาแคโรทีน

และแซนโทฟิลล์ ช่วยป้องกันโรคจอตาเสื่อม

ยับยั้งการเสื่อมของกล้ามเนื้อกระบอกตา

พบใน มะเขือเทศ ผลไม้สีแดงเช่นฟักข้าว (Gac)
แครอท แตงโม มะละกอ ผักใบเขียวเช่น หน่อไม้ฝรั่ง
และผักชีฝรั่ง (parsley)



แซนโทฟิลล์

ได้แก่ ลูทีน และ ซีแซนทีน ป้องกันความเสี่ยงของจอตา

พบใน ดอกดาวเรือง ไข่แดง ผักใบเขียว เช่น ผักคะน้า
และผักปวยเล้ง



สารกลุ่มแอนโทไซยานิน

เพิ่มการมองเห็นชัด และการมองเห็นในที่มืด

พบใน ผลไม้ที่มีสีม่วงเข้ม ลูกเกดดำ (Black currant)

ผลเบอร์รี่สีฟ้าเข้ม (Bilberry) ลูกหม่อน (Mulberry)



การชะลอความเสื่อมของดวงตา ทำได้โดยกินพืชผักผลไม้ที่มีสีเหลือง แสด แดง เขียว น้ำเงินและม่วงเป็นประจำ
และหลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรงกับแสงแดดจ้า ควรป้องกันสายตาด้วยแว่นกันแดดที่กันยูวี

เอกสารอ้างอิง <http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/๓๕๕/สมุนไพรบำรุงตา/> วันที่สืบค้น ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๐

