

บทที่ 10

การคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพ

จิราภรณ์ จำปาจันทร์

แนวคิด

ในปัจจุบันมีการแข่งขันกันในด้านการผลิตผลิตภัณฑ์สุขภาพไม่ว่าจะเป็นยารักษาโรคและเครื่องสำอางเพิ่มมากขึ้นเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภค แต่พบว่า มีผู้ผลิตจำนวนมากไม่น้อยที่ไม่คำนึงถึงความปลอดภัยของผู้บริโภค รวมถึงผู้บริโภคเองไม่พิจารณาสินค้าให้รอบคอบก่อนซื้อผลิตภัณฑ์ส่งผลให้ได้รับสินค้าหรือเครื่องสำอางที่ไม่มีคุณภาพและก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้บริโภค ด้วยเหตุนี้รัฐบาล จึงต้องทำหน้าที่ในการดูแลกำกับแก้ไขเรื่องการคุ้มครองผู้บริโภค ทั้งในด้านสิทธิและหน้าที่ของผู้บริโภค ไม่ว่าจะเป็นการคุ้มครองผู้บริโภคด้านการโฆษณา ฉลากอาหารและโภชนาการของผลิตภัณฑ์ ตลอดจนการคุ้มครองสุขภาพของผู้บริโภคโดยใช้ระบบประกันสุขภาพ เพื่อพัฒนาผู้บริโภคให้เป็นผู้ฉลาดในการบริโภค รู้จักป้องกันตนเอง รู้จักใช้กฎหมายเป็นเครื่องมือ และรู้จักปกป้องผลประโยชน์ของตนเอง รวมถึงการยกระดับสังคมไทยให้เป็นที่น่าเชื่อถือในเรื่องของความปลอดภัยและความเป็นธรรมจากการซื้อและการใช้ผลิตภัณฑ์ต่างๆ

จุดประสงค์ของการเรียนรู้

1. เข้าใจถึงหลักการและแนวคิดเรื่องการคุ้มครองผู้บริโภค
2. มีความรู้เรื่องสิทธิและหน้าที่ของผู้บริโภค
3. ตระหนักและเห็นความสำคัญการคุ้มครองผู้บริโภคด้านการโฆษณา
4. มีความรู้เรื่องการเลือกซื้ออาหาร การอ่านฉลากอาหารและฉลากโภชนาการ
5. มีความรู้เรื่องการเลือกซื้อเครื่องสำอางอย่างไรให้ปลอดภัย
6. มีความรู้เรื่องระบบประกันสุขภาพของประเทศไทย

เนื้อหาวิชา

1. ความหมายและความสำคัญของการคุ้มครองผู้บริโภค
2. สิทธิและหน้าที่ของผู้บริโภค
3. การคุ้มครองผู้บริโภคด้านการโฆษณา
4. การคุ้มครองผู้บริโภคด้านฉลาก
5. การเลือกซื้อเครื่องสำอางอย่างไรให้ปลอดภัย
6. ระบบหลักประกันสุขภาพของประเทศไทย

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. บรรยาย
2. อภิปรายกลุ่มจากใบงาน

แผนการเรียนรู้การสอน ใช้เวลา 3 ชั่วโมง

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยการสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพกับผู้เรียน
2. บรรยายเรื่องการคุ้มครองผู้บริโภคในด้านผู้บริโภคด้านการโฆษณา ด้านฉลาก การเลือกซื้อเครื่องสำอาง และระบบหลักประกันสุขภาพของคนไทย
3. แบ่งกลุ่มผู้เรียนและแจกใบงานเรื่องฉลากอาหารบอกอะไรได้มากกว่าที่คิด โดยให้สมาชิกในกลุ่มวิเคราะห์เปรียบเทียบผลิตภัณฑ์อาหารโดยการอ่านฉลากและโภชนาการ
4. ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอกลุ่มละ 5 นาที
5. ผู้สอนสรุป และชี้ให้เห็นประเด็นความสำคัญของการคุ้มครองผู้บริโภคด้านการโฆษณาด้านฉลากอาหารและโภชนาการ รวมถึงระบบหลักประกันสุขภาพของคนไทย

สื่อการเรียนรู้การสอน

- 1.เอกสารการสอน หนังสือ
- 2.Power point
- 3.อภิปรายกลุ่มจากใบงานที่มอบหมาย

การประเมินผล

1. สังเกตการณ์มีส่วนร่วม ความสนใจ
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นภายในกลุ่ม
3. การทดสอบย่อย

1. ความหมายและความสำคัญของการคุ้มครองผู้บริโภค

“บริโภค” ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน แปลว่า กิน เสพ ใช้ สิ้นเปลือง ใช้สอยจับจ่าย (ศูนย์สารสนเทศ ราชบัณฑิตยสถาน , 2542)

ดังนั้น คำว่า “บริโภค” จึงมิได้หมายถึง กิน แต่เพียงอย่างเดียว แต่ยังหมายถึง การจับจ่าย ใช้สอย การซื้อสินค้า หรือบริการต่าง ๆ เช่น บริการทางการแพทย์ บริการโทรคมนาคม บริการเสริมความงาม

“ผู้บริโภค” หมายถึง ผู้หนึ่งผู้ใดก็ตาม ที่จ่ายเงินเพื่อซื้อสินค้าและบริการ เพื่อการอุปโภค บริโภค อันเป็นการตอบสนองความต้องการของตนเอง ทั้งนี้เป็นความต้องการทางด้านร่างกาย และรวมถึงความพึงพอใจ

“ผู้ประกอบการธุรกิจ” หมายถึง ผู้ขาย ผู้ผลิตเพื่อขาย ผู้ส่งหรือนำเข้าในราชอาณาจักรเพื่อขายหรือผู้ซื้อเพื่อขายต่อซึ่งสินค้า หรือผู้ให้บริการ และหมายความรวมถึงผู้ประกอบการโฆษณาด้วย

“สินค้า” หมายถึง สิ่งของที่ผลิต หรือ มีไว้เพื่อจำหน่าย เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยา บ้าน รถยนต์ เป็นต้น

“บริการ” หมายถึง การรับจัดทำกรงาน การให้สิทธิใดๆ หรือ การให้ใช้ หรือ ให้ประโยชน์ทรัพย์สินหรือกิจการใดๆ โดยเรียกค่าตอบแทนเป็นเงินหรือผลประโยชน์อย่างอื่น แต่ไม่รวมถึงการจ้างแรงงานตามกฎหมายแรงงาน ตัวอย่างเช่น การตรวจรักษาในโรงพยาบาล (บริการทางการแพทย์) แท็กซี่รับจ้าง (บริการทางการขนส่ง) เช่าห้องพักในโรงแรม (บริการที่พัก) ส่งพัสดุไปรษณีย์ (บริการทางการสื่อสาร) เป็นต้น

การคุ้มครองผู้บริโภค หมายถึง การปกป้องดูแลผู้บริโภคให้ได้รับความปลอดภัย เป็นธรรม และ ประหยัด จากการบริโภคสินค้าและบริการ

2. สิทธิและหน้าที่ของผู้บริโภค

2.1 สิทธิของผู้บริโภค

พระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2541 ได้บัญญัติสิทธิของผู้บริโภคที่จะได้รับความคุ้มครองตามกฎหมาย 5 ประการ ดังนี้

1. สิทธิที่จะได้รับข่าวสารรวมทั้งคำพรรณนาคุณภาพที่ถูกต้องและเพียงพอเกี่ยวกับสินค้าและบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการโฆษณาหรือการแสดงฉลากตามความเป็นจริงและปราศจากพิษภัยแก่ผู้บริโภค รวมตลอดจนสิทธิที่จะได้รับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสินค้าหรือบริการอย่างถูกต้องและเพียงพอที่จะไม่หลงผิดในการซื้อสินค้าหรือบริการโดยไม่เป็นธรรม

2. สิทธิที่จะมีอิสระในการเลือกหาสินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะเลือกซื้อสินค้าหรือรับบริการด้วยความ สมัครใจของผู้บริโภค และปราศจากการชักจูงใจอันไม่เป็นธรรม

3. สิทธิที่จะได้รับความปลอดภัยจากการใช้สินค้าหรือบริการ ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับสินค้าหรือบริการที่ปลอดภัย มีสภาพและคุณภาพได้มาตรฐานเหมาะสมแก่การใช้

ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต ร่างกายหรือทรัพย์สิน ในกรณีใช้ตามคำแนะนำหรือระมัดระวังตามสภาพของสินค้าหรือบริการนั้นแล้ว

4. สิทธิที่จะได้รับความเป็นธรรมในการทำสัญญา ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับข้อสัญญาโดยไม่ถูกเอารัดเอาเปรียบจากผู้ประกอบธุรกิจ

5. สิทธิที่จะได้รับการพิจารณาและชดเชยความเสียหาย ได้แก่ สิทธิที่จะได้รับการคุ้มครองและชดเชยค่าเสียหาย เมื่อมีการละเมิดสิทธิของผู้บริโภคตามข้อ 1, 2, 3 และ 4 ดังกล่าว

2.2 หน้าที่ของผู้บริโภค

การที่ผู้บริโภคจะได้สิทธิดังกล่าว ผู้บริโภคมีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติเช่นกัน ทั้งนี้ แม้ว่าตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 จะมีได้บัญญัติถึงหน้าที่ของผู้บริโภคไว้ชัดเจน แต่ผู้บริโภคจะได้รับสิทธิตามที่บัญญัติไว้ก็ต่อเมื่อได้ปฏิบัติหน้าที่ของตนเสียก่อน หน้าที่ของผู้บริโภค

1. ผู้บริโภคควรใช้ความระมัดระวังตามสมควรในการซื้อสินค้าและบริการ เป็นต้นว่า ตรวจสอบการแสดงฉลาก ปริมาณและราคา ว่ายุติธรรมหรือไม่ อย่าเชื่อข้อความโฆษณาโดยไม่พิจารณาให้รอบคอบ และหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณภาพแหล่งกำเนิด และลักษณะของสินค้าดังกล่าวว่าเป็นความจริงตามที่ได้โฆษณาไว้หรือไม่ ถ้ามีข้อสงสัยไม่แน่ใจควรพิจารณาให้ดีเสียก่อน

2. การเข้าทำสัญญาผูกพันตามกฎหมายโดยการลงลายมือชื่อนั้น ผู้บริโภคต้องตรวจสอบความชัดเจนของภาษาที่ใช้ว่ารัดกุมและให้สิทธิแก่ผู้บริโภคครบถ้วน หรือไม่ตามที่ได้เจรจากันไว้ และสัญญามีเงื่อนไขข้อใดบ้างที่ไม่เป็นธรรมกับผู้บริโภค ถ้าสงสัย ในข้อกฎหมายใดหรือไม่แน่ใจในความชัดเจนของสัญญาก็ควรปรึกษาผู้ที่มีความรู้ให้แน่ชัดเสียก่อน

3. ข้อตกลงต่างๆ ที่ต้องการให้มีผลบังคับ ควรทำเป็นหนังสือและลงลายมือชื่อผู้ประกอบธุรกิจด้วย นอกจากนี้ผู้บริโภคจะต้องปฏิบัติหน้าที่ของผู้บริโภคหลังซื้อสินค้าหรือบริการ ดังนี้

1) ผู้บริโภคมีหน้าที่ในการเก็บรักษาพยานหลักฐานต่างๆ ที่แสดงถึงการละเมิดสิทธิของผู้บริโภคไว้ เพื่อทำการเรียกร้องตามสิทธิของตน พยานหลักฐานดังกล่าวอาจจะ เป็นสินค้าที่แสดงให้เห็นว่ามีปริมาณหรือคุณภาพไม่เป็นไปตามมาตรฐานที่ระบุไว้ในฉลากมีความสกปรกหรือเป็นพิษอาจเกิดอันตรายจากการใช้สินค้าหรือบริการนั้นได้ ควรจดจำสถานที่ซื้อสินค้าหรือรับบริการนั้นไว้ เพื่อประกอบการร้องเรียนอีกด้วย

2) ในกรณีที่มีการทำสัญญาเป็นลายลักษณ์อักษรกับผู้ประกอบธุรกิจ ต้องเก็บเอกสารสัญญาต่างๆ รวมทั้งเอกสารโฆษณาและใบเสร็จรับเงินไว้ด้วย

3) เมื่อมีการละเมิดสิทธิของผู้บริโภค ผู้บริโภคมีหน้าที่ในการดำเนินการร้องเรียนตามสิทธิของตนที่กล่าวมาแล้ว

3. การคุ้มครองผู้บริโภคด้านการโฆษณา

3.1 ความหมายและความสำคัญของการโฆษณา

“ข้อความ” หมายความว่ารวมถึงการกระทำที่ปรากฏด้วยตัวอักษร ภาพ ภาพยนตร์ แสง เสียง เครื่องหมายหรือการกระทำอย่างใดๆ ที่ทำให้บุคคลทั่วไปสามารถเข้าใจความหมายได้

“โฆษณา” หมายถึง การกระทำการใดๆให้ประชาชนเห็นหรือทราบข้อความ เพื่อประโยชน์ในทางการค้า

“สื่อโฆษณา” หมายถึง สิ่งที่ใช้เป็นสื่อในการโฆษณาเช่น หนังสือพิมพ์ สิ่งพิมพ์ วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ ไปรษณีย์โทรเลข โทรทัศน์ หรือป้าย

อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า “การสื่อโฆษณา” คือ การเผยแพร่ ชักจูง หรือจูงใจในเรื่องที่เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ และการผลิตด้วยข้อความที่เป็นจริงและด้วยวิธีการที่ไม่เป็นการส่วนตัว โดยผ่านสื่อประเภทต่างๆ ด้วยจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยในการจำหน่ายสินค้า และบริการให้ผ่านจากผู้ผลิต ผู้จำหน่ายไปถึงผู้บริโภคโดยเร็ว

3.2 วัตถุประสงค์ของการโฆษณา

การโฆษณาโดยทั่วไปมีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

- 1.แนะนำสินค้า หรือบริการให้รู้จักแพร่หลาย เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสินค้าและบริการ เป็นการส่งเสริมการขายตัวของการซื้อและขายบริการ
- 2.เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับสินค้า และบริการว่ามีการเพิ่มหรือการพัฒนาอย่างไร เช่น การทำสบูกลิ่นใหม่ แชมพูหรือแป้งชนิดพิเศษ ฯลฯ
- 3.เพื่อชักจูงใจให้เกิดความต้องการ และซื้อสินค้าและบริการนั้น
- 4.เพื่อแสวงหา รักษาไว้ และเพิ่มการจำหน่ายสินค้าและบริการนั้น

3.3 กลไกการโฆษณาชักจูง

ผู้บริโภคทราบกลไกของคนในการถูกชักจูงด้วยการโฆษณา เพื่อไว้ป้องกันตัวเองซึ่งมีสาระสำคัญ สรุปได้ดังนี้

- 1.การกระตุ้นความต้องการ มนุษย์ทุกคนมีความต้องการเป็นจุดอ่อนประจำอยู่แล้ว นักโฆษณาก็พยายามหาวิธีกระตุ้นหรือเร่งเร้าให้เกิดความต้องการมากขึ้น

2. การพยายามบ่อนข้อมูลให้รับรู้มากที่สุด มนุษย์ทุกคนมีระบบการรับรู้ทางโสตประสาททั้ง 5 ประการ นักโฆษณาจึงพยายามหาวิธีบ่อนข้อมูลเข้ามาให้ผู้บริโภคมากที่สุด และแทบตลอดเวลากเว้นเฉพาะขณะที่หลับเท่านั้น

3. การกระตุ้นให้ยอมรับโดยผ่านกลุ่มต่างๆ ผู้บริโภคโดยทั่วไปมักจะมีแนวคิดความเชื่อและการปฏิบัติตนที่อิงค่านิยมทางวัฒนธรรมหรือกลุ่มทางสังคมทั้งที่เป็นเพื่อนและสมาชิกในครอบครัว

3.4 ตัวอย่างการโฆษณาที่ไม่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค

ข้อความและตัวอย่างการโฆษณาที่ไม่เป็นธรรมต่อผู้บริโภค ถือเป็นข้อความที่อาจก่อให้เกิดผลเสียต่อสังคมโดยรวม ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522 มีดังนี้

1. ข้อความที่เป็นเท็จหรือเกินความเป็นจริง ข้อความที่โฆษณาในประเทศไทย มักนิยมใช้คำว่า “ที่สุด” ซึ่งคณะกรรมการวินิจฉัยการโฆษณา ของ ก.บ.ว. ไม่ยินยอมให้ใช้เพราะเป็นข้อความโอ้อวดและพิสูจน์ได้ยาก ดังตัวอย่างเช่น

- “ครั้งแรก ลิปสติกยักษ์สูง**ที่สุด**ในโลก.....”
- “ประหยัด**ที่สุด**ในเครื่องยนต์แบบเดียวกัน.....”
- “แจกแบบนี้**แห่งเดียว**และ**แห่งแรก**ในภาคอีสาน”
- “บริการ**ไม่มีใครเทียบเท่า**.....”

2. ข้อความที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิดในสาระสำคัญที่เกี่ยวกับสินค้าหรือบริการไม่ว่ากระทำโดยใช้หรืออ้างอิงรายงานทางวิชาการ สถิติ หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งอันไม่เป็นความจริงหรือเกินความจริงก็ตาม ดังตัวอย่างเช่น

- “ผ่านการทดลองจาก**โรงพยาบาลชั้นนำทั่วโลก**มาแล้ว.....”
- “ผ่านการทดสอบและยอมรับในประสิทธิภาพจาก 3 สถาบันของ**ทางราชการสหรัฐอเมริกา**.....”

- “สามารถต้านทานการเจริญเติบโตของเชื้อโรค เพราะเชื้อโรคไม่สามารถอยู่ในยางธรรมชาติได้นานเกิน 24 ชั่วโมง”

3. ข้อความที่เป็นการสนับสนุนโดยตรงหรือโดยอ้อมให้มีการกระทำผิดกฎหมายหรือนำไปสู่ความเสื่อมเสียในวัฒนธรรมของชาติ ข้อความที่โฆษณาที่พบมักเป็นการแจกแถมให้รางวัลด้วยการเสี่ยงโชคหรือการประกวดชิงรางวัล ดังตัวอย่างต่อไปนี้

- “ซื้อเครื่องล้างจาน 1 เครื่องแจกวิทยุฟรี 1 เครื่อง.....”
- “..แห่งเดียวที่แถมหม้อหุงข้าวไฟฟ้า ฟรี.....”
- “ซื้อตู้เย็น...รับไปได้ทันทีพัดลมปรับอากาศฟรี วันนีถึง 30 มิถุนายน 2527”

การโฆษณาแจกแจงแถมรางวัลด้วยการเสี่ยงโชคหรือการประกวดชิงรางวัลต้องระบุข้อความดังต่อไปนี้ จึงจะสมบูรณ์และถูกต้องตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ. 2522

- (1) ประเภทและลักษณะของรางวัล จำนวนรางวัล และมูลค่าของรางวัล
- (2) วิธีการแจกแจงหรือชิงโชค
- (3) กำหนดเขตหรือถิ่น หรือสถานที่สำหรับจับฉั้วส่วนหรือคูปอง
- (4) กำหนดระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดและวันประกาศผล

4. ข้อความที่จะทำให้เกิดความแตกแยกหรือเสื่อมเสียความสามัคคีในหมู่ประชาชน

5. ข้อความอย่างอื่นตามที่กำหนดในกฎกระทรวง (ข้อความในข้อ 4) และ 5) ยังตัวอย่างข้อความโฆษณาที่ฝ่าฝืน

4. การคุ้มครองผู้บริโภคในด้านฉลาก

4.1 ความหมายและความสำคัญของฉลากอาหาร

ฉลากอาหาร หมายถึง รูป รอยประดิษฐ์ เครื่องหมาย หรือข้อความใด ๆ ที่แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับอาหารที่ติดไว้ที่ภาชนะบรรจุอาหาร หรือหีบห่อของภาชนะที่บรรจุอาหาร สำหรับผลิตภัณฑ์สุขภาพ ได้แก่ อาหาร ยา เครื่องสำอาง เครื่องมือแพทย์ และวัตถุอันตรายที่ใช้ในบ้านเรือนอยู่ในการกำกับดูแลของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ซึ่งตามกฎหมายแล้วผลิตภัณฑ์เหล่านี้ก่อนที่จะผลิต จำหน่าย หรือนำเข้าจะต้องมีการขออนุญาตกับ อย. ก่อน ผู้บริโภคบางกลุ่มจึงมีความเชื่อว่าผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพและได้รับการอนุญาตจาก อย. นั้น จะต้องมีความหมาย อย. ดังนั้น ผู้บริโภคกลุ่มนี้เวลาที่จะซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพใด ๆ จึงมักจะมองหาเครื่องหมาย อย. ที่ฉลากก่อนเป็นอันดับแรก จึงเป็นช่องทาง ที่ทำให้ผู้ประกอบการบางรายฉวยโอกาสนี้ ใช้เครื่องหมาย อย. เป็นเครื่องมือโฆษณาขายสินค้าของตนเอง โฉ่รอดสรรพคุณ อย่างไรก็ตามกฎหมายได้กำหนดชนิดของอาหารที่ต้องแสดงฉลากไว้ ดังนี้

4.2 กลุ่มอาหารที่ต้องมีฉลาก

ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ว่าด้วยเรื่องฉลาก กำหนดกลุ่มอาหารที่ต้องมีฉลาก ไว้ เป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 อาหารควบคุมเฉพาะ ได้แก่ อาหารที่กฎหมายกำหนดให้ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้า อาหารประเภทนี้เพื่อจำหน่าย ต้องมาขออนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาก่อน เมื่อได้รับอนุญาตแล้วจึงจะผลิตและนำเข้าเพื่อจำหน่ายได้

กลุ่มที่ 2 อาหารที่กำหนดคุณภาพหรือมาตรฐาน อาหารประเภทนี้มีการกำหนดคุณภาพ มาตรฐาน ดังนั้นผลิตภัณฑ์ที่จะได้รับอนุญาต จะต้องเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ มาตรฐานตามที่ประกาศ กระทรวงสาธารณสุขกำหนดว่าด้วยเรื่องอาหารประเภทนั้น ๆ

กลุ่มที่ 3 อาหารที่รัฐมนตรีประกาศให้เป็นอาหารที่ต้องมีฉลาก

กลุ่มที่ 4 อาหารอื่นนอกจากอาหารตามกลุ่มที่ 1-3

4.3 ประเภทของฉลากอาหาร

แบ่งเป็น 4 ประเภท ได้แก่

ประเภทที่ 1 ฉลากอาหารที่จำหน่ายโดยตรงต่อผู้บริโภค

ประเภทที่ 2 ฉลากอาหารที่จำหน่ายให้ผู้ปรุงหรือผู้จำหน่ายอาหาร

ประเภทที่ 3 ฉลากอาหารที่จำหน่ายเป็นวัตถุดิบให้โรงงานผลิตอาหาร

ประเภทที่ 4 ฉลากอาหารที่ผลิตเพื่อส่งออก

4.4 สิ่งจำเป็นที่ต้องมีในฉลากอาหารที่จำหน่ายต่อผู้บริโภค

อย. ได้กำหนดไว้ว่าฉลากอาหารที่จำหน่ายต่อผู้บริโภคโดยตรง ต้องแสดงข้อความภาษาไทย อาจจะมีภาษาต่างประเทศด้วยก็ได้ ซึ่งฉลากอาหารดังกล่าวจะต้องแสดงรายละเอียดดังต่อไปนี้ เว้นแต่จะได้รับการยกเว้นไม่ให้ระบุ

1.1 ชื่ออาหาร

1.2 เลขสารบบอาหาร ในเครื่องหมาย อย. ด้วยตัวเลขที่มีสีตัดกับสีพื้นของกรอบ และมีขนาดไม่เล็กกว่า 2 มิลลิเมตร สีของกรอบ ตัดกับสีพื้นของฉลาก

1.3 ชื่อและที่ตั้งของผู้ผลิตหรือผู้แบ่งบรรจุ เพื่อจำหน่าย แล้วแต่ กรณี โดยมีคำว่า "ผลิตโดย" หรือ "ผลิต-แบ่งบรรจุโดย" กำกับ สำหรับอาหารที่ผลิตภายในประเทศอาจแสดงสำนักงานใหญ่ของผู้ผลิตหรือของผู้แบ่งบรรจุก็ได้ ในกรณีที่เป็นอาหารนำเข้าให้แสดง ชื่อและที่ตั้งของผู้นำเข้าและประเทศผู้ผลิตด้วย

1.4 ปริมาณสุทธิของอาหารเป็นระบบเมตริก

1.5 ส่วนประกอบที่สำคัญเป็นร้อยละของน้ำหนักโดยแสดงจากปริมาณมากไปหาน้อย

1.6 ข้อความว่า "ใช้วัตถุดิบเสีย" ถ้ามีการใช้

1.7 ข้อความว่า "เจือสีธรรมชาติ" หรือ "เจือ สีสังเคราะห์" แล้วแต่กรณีที่มีการใช้

1.8 ข้อความว่า "..... เป็นวัตถุปรุงแต่งรสอาหาร" (ความที่เว้นไว้ให้ระบุชนิดของวัตถุปรุงแต่งที่ใช้) เช่น กรณีที่เป็นโมโนโซเดียมกลูตาเมตให้แสดงข้อความว่า "ใช้โมโนโซเดียมกลูตาเมตเป็นวัตถุปรุงแต่งรส อาหาร"

1.9 ข้อความว่า "ใช้ เป็นวัตถุที่ทำให้ความหวานแทนน้ำตาล" (ความที่เว้นไว้ให้ระบุชนิดของวัตถุ ที่ให้ความหวานแทนน้ำตาลที่ใช้)

1.10 ข้อความว่า "แต่งกลิ่นธรรมชาติ", "แต่งกลิ่นเลียนธรรมชาติ", "แต่งกลิ่นสังเคราะห์", "แต่งรส ธรรมชาติ" หรือ "แต่งรสเลียนธรรมชาติ" แล้วแต่กรณีถ้ามีการใช้

1.11 แสดงวันเดือนปีที่ผลิต หรือหมดอายุการใช้ หรือควรบริโภคก่อน โดยมีคำว่า "ผลิต" หรือ "หมดอายุ" หรือ "ควรบริโภคก่อน" กำกับ แล้วแต่กรณีดังต่อไปนี้

ก. อาหารที่เก็บได้ไม่เกิน 90 วัน ให้แสดงวันเดือนปีที่ผลิต หรือหมดอายุ หรือควรบริโภคก่อน

ข. อาหารที่เก็บได้เกิน 90 วัน ให้แสดงเดือนปีที่ผลิต หรือวันเดือนปีที่หมดอายุ หรือวันเดือนปีที่ ควรบริโภคก่อน

ค. อาหารที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประกาศกำหนดให้แสดงวันเดือนปีที่หมดอายุ เช่น นมเปรี้ยว นมพาสเจอร์ไรส์ ชนมปัง

1.12 คำแนะนำในการเก็บรักษา (ถ้ามี)

1.13 วิธีปรุงเพื่อรับประทาน (ถ้ามี)

1.14 วิธีการใช้และข้อความที่จำเป็นสำหรับอาหารที่มุ่งหมายจะใช้กับทารกหรือเด็กอ่อน หรือ บุคคลกลุ่มใดใช้โดยเฉพาะ

1.15 ข้อความที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยากำหนด

4.5 รายละเอียดของเลขสารบบอาหาร

เลขสารบบอาหารหรือเครื่องหมาย อย.ไม่ได้เป็นสัญลักษณ์ที่ใช้รับประกันสรรพคุณที่โฆษณา แต่เป็นเพียงสัญลักษณ์ที่ทำให้ทราบว่าผลิตภัณฑ์นั้นขึ้นทะเบียนอย่างถูกต้องเท่านั้น สำหรับรายละเอียดของเลขสารบบอาหาร 13 หลักนี้ จะแบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม (ภาพที่ 10.1) คือ

กลุ่มที่ 1 XX แสดงจังหวัดที่เป็นที่ตั้งของสถานที่ผลิตหรือนำเข้าอาหาร โดยใช้ตัวเลขที่ใช้แทนชื่อจังหวัดของกระทรวงมหาดไทย ซึ่งรายละเอียดแสดงดังภาพที่ 9.1

กลุ่มที่ 2 X แสดงสถานะของสถานที่ผลิตอาหาร หรือนำเข้าอาหาร และหน่วยงานที่อนุญาต

หมายเลข 1 คือสถานที่ผลิตอาหารซึ่ง อย.เป็นผู้อนุญาต

หมายเลข 2 คือสถานที่ผลิตอาหารซึ่ง จังหวัดเป็นผู้อนุญาต

หมายเลข 3 คือสถานที่นำเข้าอาหาร ซึ่ง อย.เป็นผู้อนุญาต

หมายเลข 4 คือสถานที่นำเข้าอาหาร ซึ่งจังหวัดเป็นผู้อนุญาต

กลุ่มที่ 3 XXXXX

เลข 3 หลักแรก คือเลขสถานที่ผลิตอาหาร หรือเลขสถานที่นำเข้าอาหาร ที่ได้รับอนุญาต

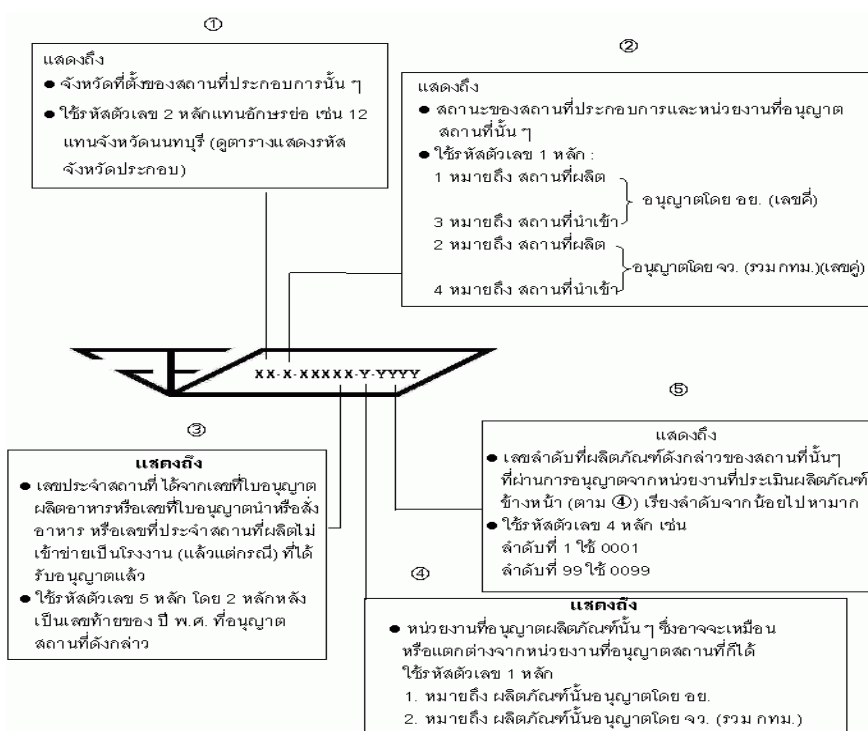
เลข 2 หลักท้าย คือ ตัวเลข 2 หลักสุดท้ายของปีพุทธศักราชที่อนุญาต

กลุ่มที่ 4 Y แสดงหน่วยงานที่ออกเลขสารบบอาหาร

หมายเลข 1 คือ อาหารที่ได้รับเลขสารบบจาก อย.

หมายเลข 2 คือ อาหารที่ได้รับเลขสารบบจากจังหวัด

กลุ่มที่ 5 YYYY แสดงลำดับที่ของอาหารที่ผลิตโดยสถานที่ผลิต หรือ นำเข้า โดยสถานที่นำเข้าแต่ละแห่งแยกหน่วยงานที่เป็นผู้อนุญาต



ภาพที่ 10.1 รายละเอียดข้อมูลแสดงบนเลขสารบบอาหาร

ที่มา: [http:// 161.200.184.9/PDF_52/3303100QLife/เครื่องหมาย%20อย..pdf](http://161.200.184.9/PDF_52/3303100QLife/เครื่องหมาย%20อย..pdf)

4.6 ความหมายและความสำคัญของฉลากโภชนาการ

ฉลากโภชนาการ ก็คือ ฉลากอาหารที่มีการแสดงข้อมูลโภชนาการของอาหารนั้นอยู่ในกรอบสี่เหลี่ยม หรือที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า “Nutrition Information” ที่ระบุรายละเอียดของชนิดและปริมาณสารอาหารที่มีในอาหารนั้นไว้ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อผู้ใส่ใจสุขภาพ หรือผู้สูงวัยที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง เช่นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และหลอดเลือด เป็นต้น เพราะจะช่วยให้ทราบถึงชนิด และปริมาณสารอาหารที่จะได้รับจากการบริโภคอาหารนั้นๆ ทำให้เลือกบริโภคอาหารได้ตรงตามภาวะโภชนาการของแต่ละบุคคล และสามารถนำมาเปรียบเทียบ เพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหาร ทำให้เลือกบริโภคอาหารได้ตรงตามภาวะโภชนาการของแต่ละบุคคล และสามารถนำมาเปรียบเทียบ เพื่อเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารี่ห่อที่เป็นประโยชน์มากที่สุดได้อีกด้วย ที่สำคัญยังช่วยให้ผู้บริโภค หลีกเลี่ยงสารอาหารที่ไม่ต้องการได้ เช่น เป็นโรคไต ต้องควบคุมปริมาณโซเดียมหรือไขมันในเลือดสูง ต้องควบคุมโคเลสเตอรอล เป็นต้น

4.7 รูปแบบของการแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการ มี 2 แบบ คือ

1. กรอบข้อมูลโภชนาการแบบเต็ม ต้องแสดงสารอาหารบังคับ 15 ตัว ได้แก่ พลังงานทั้งหมด พลังงานจากไขมัน ไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัว โคเลสเตอรอล โปรตีน คาร์โบไฮเดรตทั้งหมดใยอาหาร น้ำตาล โซเดียม วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 แคลเซียม และเหล็ก (ภาพที่ 10.2)
2. กรอบข้อมูลโภชนาการแบบย่อ เลือกใช้ได้หากอาหารนั้นมีสารอาหารบังคับตามแบบเต็มจำนวน 8 รายการขึ้นไป จาก 15 รายการที่บังคับ อยู่ในปริมาณน้อยมาก แต่จะต้องแสดงข้อมูลคุณค่าทางโภชนาการ 6 ชนิด ได้แก่ พลังงานทั้งหมด ไขมันทั้งหมด โปรตีน คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด น้ำตาล และโซเดียม แม้จะมีค่าที่จัดว่าเป็นศูนย์ก็ตาม (ภาพที่ 10.3)

		ข้อมูลโภชนาการ	
ส่วนที่ 1	ส่วนที่ 2	หนึ่งหน่วยบริโภค :.....(.....)	
		จำนวนหน่วยบริโภคต่อ.....	
	ช่วงที่ 1	คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
		พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน กิโลแคลอรี)	
	ช่วงที่ 2	ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *	
		ไขมันทั้งหมด ก.%	
		ไขมันอิ่มตัว ก.%	
		โคเลสเตอรอล มก.%	
		โปรตีน ก.%	
		คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด ก.%	
	ช่วงที่ 3	ใยอาหาร ก.%	
		น้ำตาล ก.%	
		โซเดียม มก.%	
		วิตามินเอ%	วิตามินบี 1%
		วิตามินบี 2%	แคลเซียม%
		เหล็ก%	
	ส่วนที่ 3	* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	
		ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่าง ๆ ดังนี้	
		ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า 65 ก.
		ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 20 ก.
		โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 300 มก.
		คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	300 ก.
		ใยอาหาร	25 ก.
		โซเดียม	น้อยกว่า 2,400 มก.
		พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน = 9 ; โปรตีน = 4 ; คาร์โบไฮเดรต = 4	

ภาพที่ 10.2 การแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการแบบเต็ม รูปแบบมาตรฐาน

ข้อมูลโภชนาการ	
หนึ่งหน่วยบริโภค :.....(.....)	
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ.....	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	
พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี	
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *	
ไขมันทั้งหมด ก. %
โปรตีน ก.	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด ก. %
น้ำตาล ก.	
โซเดียม มก. %
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	

ภาพที่ 10.3 การแสดงกรอบข้อมูลโภชนาการแบบย่อ รูปแบบมาตรฐาน

ที่มา: <http://www.centallabthai.com>

4.8 ตัวอย่างไรไม่ตกเป็นเหยื่อผลิตภัณฑ์หลอกหลวง

สำหรับผู้บริโภคมีหลักง่าย ๆ ในการอ่านข้อมูลฉลากผลิตภัณฑ์อาหาร ดังนี้

1. อ่านชื่อผลิตภัณฑ์และประเภทผลิตภัณฑ์เพื่อให้แน่ใจว่าผลิตภัณฑ์นั้น ๆ ใช้สำหรับอะไรและให้ประโยชน์อย่างไรต่อร่างกาย
2. อ่านดู วัน เดือน ปีที่ผลิต หมาดอายุ หรือควรบริโภคก่อน เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพดี ไม่เก่าเก็บ ไม่หมดอายุ
3. อ่านส่วนประกอบ เพื่อเปรียบเทียบคุณค่าและคุณภาพของผลิตภัณฑ์ประเภทเดียวกัน และหลีกเลี่ยงส่วนประกอบที่ไม่ต้องการ
4. อ่านสรรพคุณหรือประโยชน์ ดูว่าตรงตามที่ต้องการหรือไม่ หากมีการโฆษณาขายผลิตภัณฑ์ที่มีคุณสมบัติที่น่าจะเหลือเชื่อเกินจริง ให้กลับมาอ่านตรงสรรพคุณ และเชื่อเฉพาะข้อมูลที่ระบุบนฉลากผลิตภัณฑ์เท่านั้น ข้อมูลอื่น ๆ นอกเหนือจากนั้น อาจเป็นการโฆษณาโอ้อวดเกินจริง
5. นอกจากนี้ยังมีข้อมูลอื่นๆ อีกที่สำคัญ เช่น สถานที่ผลิต ว่าผลิตที่ใดหรือใครเป็นผู้จัดจำหน่าย เวลาที่เกิดปัญหาทางสุขภาพเราสามารถทราบแหล่งที่ผลิตและแหล่งที่มาได้
6. อ่านดูว่ามีปริมาณสุทธิเท่าใดเพื่อคุ้มค่างบเงินที่ต้องเสียไปในการซื้อผลิตภัณฑ์นั้น ๆ
7. สังเกตเครื่องหมายรับรองคุณภาพมาตรฐาน เช่น เครื่องหมาย อย. ,มอก. เป็นต้น

5. การเลือกซื้อเครื่องสำอางอย่างไรให้ปลอดภัย

5.1 ความหมายและประเภทของเครื่องสำอาง

เครื่องสำอาง หมายถึงผลิตภัณฑ์ที่ปรุงเพื่อใช้บนผิวหนัง หรือส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย โดย ฑู ทา ฟัน หรือโรย เป็นต้น ในการทำความสะอาด ป้องกัน แต่งเสริมเพื่อความงามหรือเปลี่ยนแปลง ทำให้เกิดความสบายใจแก่ตนเอง เครื่องสำอางแตกต่างจากยา ตรงที่มีได้ถือเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต

ประเภทของเครื่องสำอางโดยทั่วไปแบ่งการใช้เป็น 2 ทางคือ

- แบ่งตามลักษณะการใช้ต่อส่วนต่างๆ ของร่างกาย แบ่งย่อยเป็น 4 ประเภทคือ
 - ประเภทที่ 1 เครื่องสำอางสำหรับผมและหนังศีรษะ เช่น แชมพู น้ำยาตัดผม น้ำมันใส่ผม

ประเภทที่ 2 เครื่องสำอางสำหรับใบหน้าและส่วนประกอบ เช่น แป้งผัดหน้า ลิปสติก

ประเภทที่ 3 เครื่องสำอางสำหรับลำตัว แขน ขา และส่วนประกอบ เช่น ครีม โลชั่นทาผิว

ประเภทที่ 4 เครื่องสำอางเบ็ดเตล็ด เช่น น้ำหอม เครื่องสำอางที่ทำให้ขนร่วง

○ แบ่งตามประโยชน์ที่ได้รับจากการใช้เครื่องสำอาง แบ่งย่อยเป็น 3 ประเภท

ประเภทที่ 1 เครื่องสำอางสำหรับทำความสะอาดผิว เช่น ครีมล้างหน้า

ประเภทที่ 2 เครื่องสำอางสำหรับแต่งสีผิวให้งดงามกว่าธรรมชาติ

ประเภทที่ 3 เครื่องสำอางบำรุงรักษาผิว เช่น ฮอว์โมนครีม

5.2 สารห้ามใช้ที่พบบ่อยในเครื่องสำอางทาผิว-ผ้า ทำให้หน้าขาว

1. **ปรอทแอมโมเนีย (Ammoniated mercury)** สารนี้ถูกประกาศเป็นสารห้ามใช้ในเครื่องสำอางทุกชนิด ตั้งแต่ เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2532 เนื่องจากมีอันตรายต่อผู้บริโภค คือ ทำให้เกิดการแพ้ ผื่นแดง ผิวดำ ผิวด่างลง เกิดพิษสะสมของสารปรอท ทำให้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ และไตอักเสบ

2. **ไฮโดรควิโนน (Hydroquinone)** สารนี้ถูกประกาศเป็นสารห้ามใช้ในเครื่องสำอาง (ยกเว้นให้ใช้ได้ในผลิตภัณฑ์ประเภทย้อมผม) ตั้งแต่เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2539 เนื่องจากมีอันตรายต่อผู้บริโภค คือ ทำให้เกิดการแพ้ ระคายเคือง เกิดจุดด่างขาวที่ผิวดำ ผิวดำ เป็นฝ้าถาวรรักษาไม่หาย

3. **กรดวิตามินเอ (Retinoic acid, its derivatives esters and salts)** สารนี้ถูกประกาศเป็นสารห้ามใช้ในเครื่องสำอางทุกชนิด ตั้งแต่ เดือนกรกฎาคม 2532 เนื่องจากมีอันตรายต่อผู้บริโภค คือ ทำให้หน้าแดง ระคายเคือง แสบร้อนรุนแรง เกิดการอักเสบ ผิวดำลอกอย่างรุนแรง และอาจเป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ได้

5.3 การใช้เครื่องสำอางอย่างถูกวิธี

1. ต้องใช้เครื่องสำอางให้ถูกวิธี ผู้บริโภคต้องเอาใจใส่ตั้งแต่ ปริมาณเครื่องสำอางที่ใช้ในแต่ละครั้ง บริเวณที่ใช้ (ทาขอบดวงตา/ทาหน้า/ทามือ/ทาผิวกาย) เวลาที่ใช้(ตอนเช้า/ก่อนนอน) ความถี่ในการใช้ รวมทั้งระยะเวลาที่ผลิตภัณฑ์สัมผัสกับผิวหนังด้วย ดังนั้น ควรอ่านฉลากเครื่องสำอางอย่างละเอียด โดยเฉพาะวิธีใช้และคำเตือน และปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

2. หากจะใช้เครื่องสำอางชนิดใดเป็นครั้งแรก เพื่อความปลอดภัย ควรทดสอบการแพ้ก่อนใช้ด้วยการทาเครื่องสำอางนั้นในปริมาณเล็กน้อยที่บริเวณท้องแขนแล้วทิ้งไว้ประมาณ 24-48 ชั่วโมง หากไม่มีความผิดปกติใด ๆ เกิดขึ้น แสดงว่าใช้ได้

3. อย่าหลงเชื่อโฆษณาผลิตภัณฑ์ที่ว่า อายากสวย ต้องอดทน ทนแสบ ร้อน แดง ผิวดอก แล้วผิวใหม่จะสวยใส ผลิตภัณฑ์เหล่านั้นล้วนอันตราย

4. เมื่อใช้เครื่องสำอางแล้ว หากมีความผิดปกติใดๆ เกิดขึ้นต้องหยุดใช้ทันที หากอาการไม่ดีขึ้น ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรต่อไป (โดยนำเครื่องสำอางที่สงสัยไปด้วย)

5.4 หลักในการเลือกซื้อเครื่องสำอาง

1. ซื้อเครื่องสำอางจากร้านค้าที่มีหลักแหล่งแน่นอน เชื่อถือได้ (หากมีปัญหาเกิดขึ้นสามารถติดต่อหา ผู้รับผิดชอบได้) ทางร้านมีการจัดเก็บเครื่องสำอางเป็นอย่างดี ไม่เก็บผลิตภัณฑ์ไว้ในที่ร้อน ชื้น แสงแดดส่องถึง (เพราะสินค้า จะเสื่อมคุณภาพเร็วกว่าปกติ)

2. เลือกซื้อเครื่องสำอางที่มีฉลากภาษาไทย ซึ่งแสดงข้อความบังคับครบถ้วน ชัดเจน เข้าใจได้ง่าย ได้แก่ ชื่อ/ชนิดของเครื่องสำอาง ชื่อส่วนประกอบสำคัญ ชื่อและที่ตั้งผู้ผลิต วันเดือนปีที่ผลิต วิธีใช้ และปริมาณสุทธิ

3. อ่านฉลากให้ละเอียดถี่ถ้วนก่อนซื้อ เพื่อจะได้ผลิตภัณฑ์ที่ตรงตามความต้องการ และสามารถนำไปใช้ได้ถูกต้องวิธีใช้ จะได้เกิดผลดีตามต้องการ

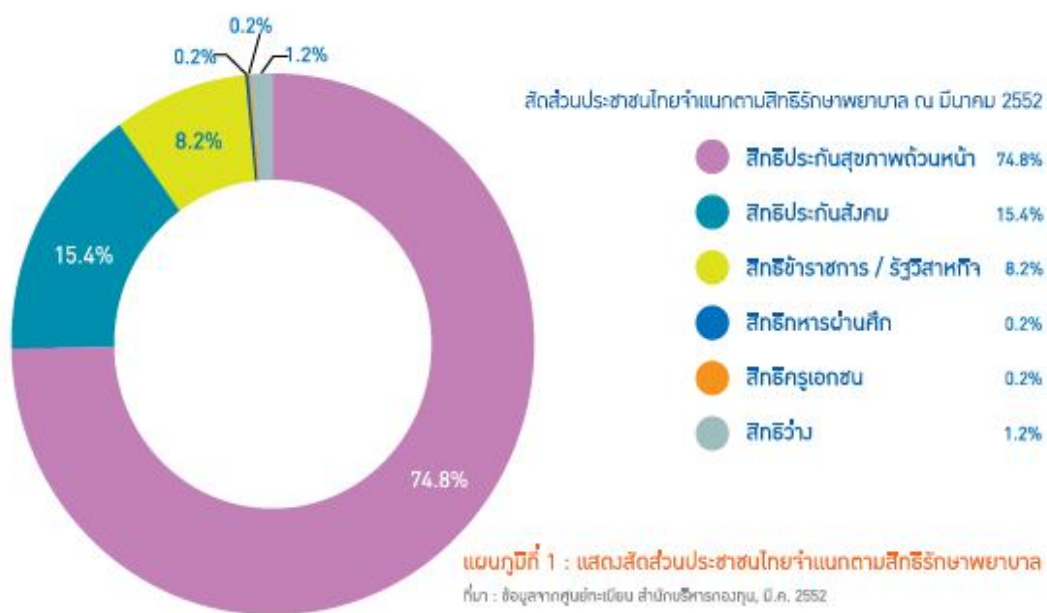
4. ติดตามข่าวที่ อย.ประกาศผลวิเคราะห์เครื่องสำอางไม่ปลอดภัย (ผ่านสื่อต่างๆ/แผ่นพับ/อินเตอร์เน็ต) อย่างเช่น กรณีผลิตภัณฑ์ 3 ทรีเดย์ ไบรเทน แอนด์ รีไวเทน ที่มีผู้ใช้แล้วผิวด่างขาว ผิวน้ำบางส่วนเป็นฝ้าถาวร เป็นผลิตภัณฑ์ที่ อย.ประกาศผลวิเคราะห์หลายครั้งแล้ว แต่ก็ยังคงพบว่ามีจำหน่ายอยู่ ขณะนี้เจ้าหน้าที่ได้เร่งตรวจสอบสถานที่ขายส่ง ขายปลีก เพื่อยึดอายัดผลิตภัณฑ์อันตรายเหล่านี้

6. ระบบประกันสุขภาพในประเทศไทย

คนเราทุกคนมีโอกาสเจ็บป่วยได้ และเมื่อเกิดการเจ็บป่วยแล้วสมควรได้รับการบริการทางการแพทย์อย่างถูกต้องเหมาะสม และทัดเทียมกัน ตามเป้าหมายของรัฐบาลที่ต้องการให้ประชาชนทุกคนมี “สุขภาพดีถ้วนหน้า ในปี 2543” แต่ด้วยความแตกต่างของบุคคลทั้งทางด้านการศึกษา สังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม อีกทั้งข้อจำกัดของรัฐบาลในเรื่องการกระจายสถานพยาบาล และบุคลากร รวมถึงงบประมาณต่างๆ จึงได้มีการจัดทำระบบประกันสุขภาพขึ้น เพื่อเป็นทางเลือกหนึ่งเพื่อให้ประชาชนทุกคนมีสุขภาพที่ดี และสามารถได้รับการบริการทางการแพทย์อย่างถูกต้องเหมาะสม และทัดเทียมกันตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

ประเทศไทยมีระบบประกันสุขภาพหลัก 3 ระบบใหญ่ด้วยกัน ได้แก่ (1) ระบบประกันสังคม (2) ระบบสวัสดิการรักษายาบาลข้าราชการ และ (3) ระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ทั้งนี้แต่ละระบบมีวิวัฒนาการและแนวคิดที่แตกต่างกัน ระบบสวัสดิการรักษายาบาลข้าราชการถือเป็นสวัสดิการที่รัฐจัดให้แก่ข้าราชการ รวมถึงพ่อแม่ และบุตรที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะไม่เกิน 2 คน ขณะที่ระบบประกันสังคมถือเป็นความมั่นคงด้านสังคม

ของลูกจ้างที่รัฐ นายจ้างและลูกจ้างร่วมกันสมทบแก่แรงงานในระบบ ส่วนระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าเป็นสวัสดิการที่รัฐจัดให้แก่ประชาชนไทยกลุ่มอื่นๆที่เหลือ



ระบบหลักประกันทั้งสามระบบมีการออกแบบระบบที่ต่างกันหลายประเด็น เช่น แหล่งเงินที่ใช้ สิทธิประโยชน์ ผู้ให้บริการ ดังแสดงในตารางด้านล่าง

ความแตกต่างของระบบหลักประกันทั้งสามของประเทศไทย

	ระบบสวัสดิการ รักษาพยาบาล ข้าราชการ	ระบบประกันสังคม	ระบบหลักประกัน สุขภาพถ้วนหน้า
แหล่งเงิน	งบประมาณรัฐ	สมทบจากรัฐ นายจ้าง และลูกจ้างฝ่ายละ เท่ากันร้อยละ 1.5 ของ เงินเดือน	งบประมาณรัฐ
สิทธิ ประโยชน์	รอบด้านทั้งบริการ ผู้ป่วยนอก/ ใน ทันตกรรม ค่ายา เวชภัณฑ์ ค่าอาหาร และห้องพิเศษ ค่า คลอดบุตร	รอบด้านทั้งบริการ ผู้ป่วยนอก/ ใน ทันต กรรม ค่ายาเวชภัณฑ์ ค่าอาหารและห้อง สามัญ ชดเชยกรณีคลอดบุตร ตาย พิการ	รอบด้านทั้งบริการ ผู้ป่วยนอก/ ใน ทันต กรรม ค่ายาเวชภัณฑ์ ค่าอาหารและห้อง สามัญ ค่าคลอดบุตร ชดเชยตาม มาตรา 41
ผู้ให้บริการ	สถานพยาบาลรัฐเป็น หลัก ใช้ รพ.เอกชนได้ กรณีฉุกเฉินแบบผู้ป่วย ใน แต่เบิกได้ไม่เกิน 3,000 บาท	โรงพยาบาลรัฐและ เอกชนคู่สัญญา และ สถานพยาบาลในเครือ ข่าย	สถานพยาบาลรัฐและ เอกชนคู่สัญญาและ สถานพยาบาลใน เครือข่าย

ที่มา: ¹ ดัดแปลงจากรายงานประจำปี 2551 สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ,
กรมบัญชีกลาง, สำนักงานประกันสังคม

1.ระบบประกันสังคม

ประกันสังคม คือการสร้างหลักประกันสังคมในการดำรงชีวิตในกลุ่มของสมาชิกที่มีรายได้และจ่ายเงินสมทบเข้ากองทุนประกันสังคมเพื่อรับผิดชอบใน**การเฉลี่ยความเสี่ยง**ที่อาจเกิดขึ้นจากการเจ็บป่วย คลอดบุตร ทูพพลภาพ ตาย สงเคราะห์บุตร ชราภาพ และว่างงาน เพื่อให้ได้รับการรักษาพยาบาลและมีการทดแทนรายได้อย่างต่อเนื่อง

ประกันสังคม เป็นสิทธิประโยชน์ที่เกิดขึ้นจาก 3 ฝ่าย คือ ลูกจ้าง นายจ้าง และรัฐบาลโดยทั้งสามฝ่ายร่วมกันสมทบเงินเป็นจำนวนหนึ่งเพื่อจ่ายเป็นสิทธิประโยชน์ แก่ลูกจ้าง ที่ขึ้นทะเบียนในระบบประกันสังคม ให้ได้รับสิทธิประโยชน์ในการรักษาพยาบาลตามเงื่อนไขและตามโรคที่กำหนด โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย รวมทั้งยังมีสิทธิประโยชน์ประเภทอื่น เช่น ค่าคลอดบุตร สงเคราะห์บุตร เงินค่าทำศพ เงินทดแทนกรณีตาย เงินชราภาพ ฯลฯ รวมทั้งมีค่าห้องค่าอาหารสำหรับผู้ป่วยใน จ่ายให้ตามเงื่อนไขสำนักงานประกันสังคม (สำนักงานประกันสังคม, 2555)

1.1 ใครคือ ผู้รับสิทธิประกันตน

คือลูกจ้างที่มีอายุไม่ต่ำกว่า 15 ปีบริบูรณ์ และไม่เกิน 60 ปีบริบูรณ์ในวันเข้าทำงาน และทำงานอยู่ในสถานประกอบการที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 1 คนขึ้นไป

ซึ่ง หากองค์กรบริษัทใดแม้มีพนักงานเพียง 1 คนก็ต้องมีการดำเนินการนำส่งเงินสมทบคือหักค่าจ้างของลูกจ้างร้อยละ 5 ของค่าจ้างและนายจ้างต้องสมทบอีกร้อยละ 5 ของค่าจ้างเข้ากองทุน

1.2 สิทธิประโยชน์ของผู้ประกันตนมีอะไรบ้าง ?

ซึ่งสิทธิประโยชน์ที่จะได้รับจากสำนักงานประกันสังคมมีดังนี้

1. บริการทางการแพทย์ กรณีเจ็บป่วยหรือประสบภัยอันตรายที่ไม่เกี่ยวกับการทำงาน จะได้รับบริการรักษาในสถานพยาบาลที่ท่านกำหนดไว้ รวมถึงเงินทดแทนการขาดรายได้ในขณะที่พักรักษาตัว กรณีคลอดบุตร จะได้ค่าคลอดบุตรและเงินสงเคราะห์การหยุดงานเพื่อคลอดบุตร

ตัวอย่างขอบเขตการให้บริการ / ค่าบริการทางการแพทย์

- เจ็บป่วยปกติ
- เจ็บป่วยฉุกเฉินหรืออุบัติเหตุ
- ค่าบริการทางการแพทย์ กรณีทันตกรรม (ถอนฟัน อุดฟันและขูดหินปูน ไม่เกิน 600 บาทต่อปี)
- กรณีบำบัดทดแทนไต ได้แก่ การฟอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียม การล้างช่องท้องด้วยน้ำยาแบบถาวร การผ่าตัดปลูกถ่ายไต การผ่าตัดเปลี่ยนไตและการให้ยาอีริโทรพัวอิทิน (Erythropoietin)
 - กรณีปลูกถ่ายไขกระดูก (วงเงิน 750,000 บาท)
 - กรณีเปลี่ยนอวัยวะกระเจกตา (วงเงิน 25,000 บาท)
 - ค่าอวัยวะเทียมและอุปกรณ์ในการบำบัดรักษาโรค (เช่น เท้าเทียม แขนเทียม ไม้ค้ำยัน เป็นต้น เบิกได้ตามรายการประกาศที่สำนักสังคมกำหนด)

- กรณีโรคเอดส์ (ผู้ประกันตนสามารถรับยาต้านไวรัสเอดส์ทั้งพื้นฐาน สูตรทางเลือกและสูตรดื้อยา รวมทั้งการตรวจทางห้องปฏิบัติการอื่นๆ ที่โรงพยาบาลตามบัตรรับรองสิทธิการรักษาพยาบาล โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย)
- กรณีที่มีสิทธิแต่ยังไม่มีบัตรรับรองสิทธิการรักษาพยาบาล (เบิกได้เช่นเดียวกับกรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วยฉุกเฉิน หากจำเป็นต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลเกิน 72 ชั่วโมง ให้รับแจ้งสำนักงานประกันสังคมเขตพื้นที่/จังหวัด/สาขา เพื่อสามารถเบิกค่ารักษาได้ถึงวันที่ออกจากโรงพยาบาล)

2. กรณีทุพพลภาพ จะได้เงินค่าบริการทางการแพทย์และเงินทดแทนการขาดรายได้ ค่าอวัยวะเทียม และอุปกรณ์บำบัดรักษาโรค ค่าฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ทุพพลภาพ ค่าทำศพและเงินสงเคราะห์กรณีเสียชีวิต

3. กรณีเสียชีวิต จะได้รับเงินค่าทำศพและเงินสงเคราะห์กรณีเสียชีวิต

4. กรณีสงเคราะห์บุตร จะได้รับเงินสงเคราะห์บุตรสำหรับบุตรที่ชอบด้วยกฎหมายที่มีอายุไม่เกิน 6 ปี คราวละไม่เกิน 2 คน โดยเหมาจ่ายเดือนละ 350 บาท ต่อบุตร 1 คน

5. กรณีชราภาพ จะได้รับเงินบำเหน็จชราภาพ หรือเงินบำนาญชราภาพ ขึ้นอยู่กับระยะเวลาการนำส่งเงินสมทบของผู้ประกันตน

6. กรณีว่างงาน หากถูกเลิกจ้างจะได้รับเงินทดแทนร้อยละ 50 ของค่าจ้าง ปีละไม่เกิน 180 วัน หากลาออกหรือสิ้นสุดสัญญาจ้างจะได้รับเงินทดแทนร้อยละ 30 ของค่าจ้าง ปีละไม่เกิน 90 วัน

สิทธิใน 4 ข้อแรกลูกจ้างจะได้รับความคุ้มครองต่อไปอีก 6 เดือนนับแต่วันสิ้นสภาพการเป็นลูกจ้าง

2. ระบบสวัสดิการรักษายาพยาบาลข้าราชการ

สวัสดิการรักษายาพยาบาลข้าราชการ เป็นเงินสวัสดิการที่รัฐกำหนดให้มีขึ้นเพื่อช่วยเหลือเมื่อยามเจ็บป่วยและบรรเทาภาระของผู้มีสิทธิ (ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ ผู้รับเบี้ยหวัดบำนาญ) และบุคคลในครอบครัวในด้านค่ารักษายาพยาบาล

ระบบสวัสดิการรักษายาพยาบาลข้าราชการ ถือได้ว่าเป็นระบบประกันสุขภาพอย่างหนึ่งที่ให้สวัสดิการ และความคุ้มครองที่กว้างขวางที่สุดเมื่อเทียบกับระบบประกันสุขภาพอื่นๆ กล่าวคือ ไม่จำกัดจำนวนครั้ง และค่าใช้จ่ายในการรักษายาพยาบาล ไม่ระบุโรคที่อยู่ นอกเหนือความคุ้มครอง อีกทั้งให้สวัสดิการครอบคลุมไปถึงบิดามารดา คู่สมรส และบุตรที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะของข้าราชการและข้าราชการบำนาญอีกด้วย

2.1 ใครคือผู้มีสิทธิในสวัสดิการการรักษาพยาบาล

ประกอบด้วย 3 ประเภท ดังนี้

1. ข้าราชการและลูกจ้างประจำซึ่งได้รับเงินเดือนหรือค่าจ้างประจำจากเงินงบประมาณรายจ่ายงบบุคลากรของกระทรวง ทบวง กรม
2. ลูกจ้างชาวต่างประเทศซึ่งมีหนังสือสัญญาจ้างที่ได้รับค่าจ้างจากเงินงบประมาณรายจ่ายและสัญญาจ้างนั้นมีได้ระบุเกี่ยวกับค่ารักษาพยาบาลไว้
3. ผู้ได้รับบำนาญปกติหรือผู้ได้รับบำนาญพิเศษเพราะเหตุทุพพลภาพตามกฎหมายว่าด้วยบำเหน็จบำนาญข้าราชการหรือกฎหมายว่าด้วยกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ และทหารกองหนุนมีเบี้ยหวัดตามข้อบังคับกระทรวงกลาโหมว่าด้วยเงินเบี้ยหวัด

นอกจากนี้ ผู้มีสิทธิยังสามารถนำค่ารักษาพยาบาลของบุคคลในครอบครัว (ผู้อาศัยสิทธิ) มาเบิกเงินสวัสดิการเกี่ยวกับการรักษาพยาบาลได้ บุคคลในครอบครัว (ผู้อาศัยสิทธิ) ได้แก่

- (1) บิดาหรือมารดาที่ชอบด้วยกฎหมายของผู้มีสิทธิ
- (2) คู่สมรสที่ชอบด้วยกฎหมายของผู้มีสิทธิ
- (3) บุตรชอบด้วยกฎหมายของผู้มีสิทธิซึ่งยังไม่บรรลุนิติภาวะ หรือบรรลุนิติภาวะแล้วแต่เป็นคนไร้ความสามารถหรือเสมือนไร้ความสามารถซึ่งอยู่ในความอุปการะเลี้ยงดูของ ผู้มีสิทธิ เงินสวัสดิการเกี่ยวกับการรักษาพยาบาลสำหรับบุตรได้เพียงคนที่หนึ่งถึงคนที่สอง

2.2 สิทธิในการรักษาพยาบาลสวัสดิการรักษายาบาลข้าราชการ

ขอบเขตของการรักษาพยาบาล ให้บริการด้านการแพทย์และสาธารณสุข โดยตรงแก่ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวของผู้มีสิทธิ เพื่อการรักษาโรค การตรวจวินิจฉัย การฟื้นฟูสมรรถภาพที่จำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต และให้หมายความรวมถึงการตรวจสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคเพื่อประโยชน์ด้านสาธารณสุข ทั้งนี้ ตามที่กระทรวงการคลังกำหนดแต่ไม่รวมถึงการเสริมความงาม โดยระบบนี้ สามารถเบิกจ่ายค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจากการรักษาพยาบาล ดังต่อไปนี้

1. ค่ายา ค่าเวชภัณฑ์ ค่าอุปกรณ์ทางการแพทย์ ค่าเลือดและส่วนประกอบของเลือดหรือสารทดแทนค่าน้ำยาหรืออาหารทางเส้นเลือด ค่าออกซิเจน และอื่น ๆ ทำนองเดียวกันที่ใช้ในการบำบัดรักษาโรค
2. ค่าอวัยวะเทียมและอุปกรณ์ในการบำบัดรักษาโรค รวมทั้งค่าซ่อมแซมอวัยวะเทียมและอุปกรณ์ดังกล่าว

3. ค่าบริการทางการแพทย์ ค่าบริการทางการแพทย์ ค่าตรวจวินิจฉัยโรค ค่าวิเคราะห์โรคแต่ไม่รวมถึงค่าธรรมเนียมแพทย์พิเศษ ค่าจ้างผู้พยาบาลพิเศษ ค่าธรรมเนียมพิเศษ และค่าบริการอื่นทำนองเดียวกันที่มีลักษณะเป็นเงินตอบแทนพิเศษ
 4. ค่าตรวจครรภ์ ค่าคลอดบุตรและการดูแลหลังคลอดบุตร
 5. ค่าห้องและค่าอาหาร ตลอดระยะเวลาที่เข้ารับการรักษาพยาบาล
 6. ค่าใช้จ่ายเพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพและป้องกันโรค
 7. ค่าฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ
 8. ค่าใช้จ่ายอื่นที่จำเป็นแก่การรักษาพยาบาลตามที่กระทรวงการคลังกำหนด
- การรักษาสามารถเข้ารับได้ทั้งใน สถานพยาบาลของทางราชการและสถานพยาบาลของเอกชน

3. ระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า

สิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า หรือที่ประชาชนรู้จักกันในนาม “สิทธิบัตรทอง” โดยผู้ที่มีสิทธินี้ จะได้รับการบริการขั้นพื้นฐานทางการแพทย์ การสาธารณสุข และการอนามัยอันจำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต ซึ่งให้โดยตรงแก่บุคคลเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ การควบคุมโรค การป้องกันโรค การตรวจ การวินิจฉัย การรักษาพยาบาล การป้องกันความพิการ และการฟื้นฟูสมรรถภาพ และการอื่นใดเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่หน่วยบริการจัดขึ้น โดยไปรับบริการได้ที่สถานอนามัย ศูนย์บริการสาธารณสุข โรงพยาบาลของรัฐทุกแห่งและโรงพยาบาลเอกชนที่เข้าร่วมโครงการ (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2555)

3.1 ใครคือผู้มีสิทธิในหลักประกันสุขภาพ

ตามพระราชบัญญัติหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2545 มาตรา 5 กำหนดให้บุคคลทุกคนมีสิทธิได้รับการสาธารณสุข ที่มีมาตรฐาน และมีประสิทธิภาพตามที่กำหนด ในพระราชบัญญัติ ซึ่งบุคคลในที่นี้ หมายถึง บุคคลที่มีสัญชาติไทย ดังนั้น ผู้มีสิทธิหลักประกันสุขภาพ คือ บุคคลที่มีสัญชาติไทย มีเลขประจำตัวประชาชน 13 หลัก และไม่มีสวัสดิการด้านการรักษาพยาบาลอื่นใดที่รัฐจัดให้

3.2 ทำอย่างไรถึงได้สิทธิหลักประกันสุขภาพ

นำหลักฐานดังต่อไปนี้ ไปติดต่อลงทะเบียนสิทธิหลักประกันสุขภาพ สำหรับต่างจังหวัด ติดต่อได้ที่ สถานอนามัย, โรงพยาบาลของรัฐที่อยู่ใกล้บ้าน สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และกรุงเทพมหานคร ติดต่อลงทะเบียนสิทธิหลักประกันสุขภาพได้ที่สำนักงานเขตที่อยู่ใกล้บ้าน

1. สำเนาบัตรประจำตัวประชาชนหรือบัตรประจำตัวที่มีรูปถ่ายซึ่งทางราชการออกให้ หากเป็นเด็กอายุต่ำกว่า15ปี ใช้สำเนาสูติบัตร (ใบเกิด)
2. สำเนาทะเบียนบ้านที่ผู้ขอมีชื่ออยู่
3. แบบคำร้องลงทะเบียนผู้มีสิทธิหลักประกันสุขภาพ/ขอเปลี่ยนหน่วยบริการประจำ

3.3 การใช้สิทธิเข้ารับการรักษาพยาบาล

ใช้สิทธิที่หน่วยบริการปฐมภูมิที่แจ้งความจำนงก่อนทุกครั้ง แจ้งความจำนงขอใช้สิทธิพร้อมแสดงหลักฐานประกอบ ได้แก่ บัตรประจำตัวประชาชน หรือบัตรประจำตัวที่มีรูปถ่ายซึ่งทางราชการออกให้ (เด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ใช้สำเนาใบสูติบัตร (ใบเกิด))

3.4 สิทธิหลักประกันสุขภาพ

กลุ่มที่ได้รับความคุ้มครอง

- การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและการควบคุมโรค
 1. การตรวจและดูแลเพื่อส่งเสริมสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์
 2. การดูแลสุขภาพเด็ก พัฒนาการและภาวะโภชนาการ รวมถึงการให้ภูมิคุ้มกันโรคตามแผนงานการให้ภูมิคุ้มกันโรคของประเทศ
 3. การตรวจสุขภาพประชาชนทั่วไปและกลุ่มเสี่ยง
 4. การวางแผนครอบครัว (ยาคุมกำเนิด ถุงยางอนามัย ห่วงอนามัย ยาฝังคุมกำเนิด และการทำหมันถาวร)
 5. ยาด้านไวรัสเอดส์
 6. การเยี่ยมบ้าน และการดูแลผู้ป่วยที่บ้าน
 7. การให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้รับบริการในระดับบุคคลและครอบครัว
 8. การให้คำปรึกษา (counseling) และสนับสนุนให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ
 9. การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในช่องปาก ได้แก่ การตรวจสุขภาพช่องปาก การแนะนำ ด้านทันตสุขภาพ การให้ฟลูออไรด์เสริมในกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อโรคฟันผุ เช่น กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยฉายรังสีบริเวณศีรษะและลำคอ รวมทั้งการเคลือบหลุมร่องฟัน

- บริการด้านการตรวจวินิจฉัย
 1. การตรวจ การวินิจฉัย การรักษา และการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์จนถึงสิ้นสุดการรักษา ทั้งนี้ รวมถึงการแพทย์ทางเลือกที่ผ่านการรับรองของคณะกรรมการ
 2. การคลอดบุตร รวมกันไม่เกิน 2 ครั้ง กรณีที่บุตรมีชีวิตอยู่ (กรณีบุตรคลอดแล้วรอดออกมามีชีวิต)โดยนับตั้งแต่ใช้ สิทธิในโครงการหลักประกันสุขภาพ
 3. ค่าอาหาร และค่าห้องสามัญ
 4. การถอนฟัน การอุดฟัน การขูดหินปูน การทำฟันปลอมฐานพลาสติก การรักษาโพรงประสาทฟันน้ำนม และการใส่เพดานเทียมในเด็กปากแหว่งเพดานโหว่
 5. ยาและเวชภัณฑ์ตามกรอบบัญชียาหลักแห่งชาติ
 6. การจัดส่งต่อเพื่อการรักษาระหว่างหน่วยบริการ
- **กลุ่มที่ไม่ได้รับความคุ้มครอง**
 - กลุ่มบริการที่เกินความจำเป็นพื้นฐาน
 1. การรักษาภาวะมีบุตรยาก
 2. การผสมเทียม
 3. การกระทำใดๆ เพื่อความสวยงาม โดยไม่มีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์
 4. การตรวจวินิจฉัย และรักษาใดๆ ที่เกินความจำเป็นและไม่มีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์
 5. การรักษาที่อยู่ระหว่างการค้นคว้าทดลอง
 - กลุ่มบริการที่มีงบประมาณจัดสรรเป็นการเฉพาะ
 1. การบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดและสารเสพติดตามกฎหมายว่าด้วยยาเสพติด
 2. อุบัติเหตุการประสบภัยจากรถและอยู่ในความคุ้มครองตามกฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองผู้ประสบภัยจากรถเฉพาะส่วนที่บริษัทหรือกองทุนตามกฎหมายนั้นต้องเป็นผู้จ่าย
 - กลุ่มบริการอื่นๆ
 1. โรคเดียวกัน ที่ต้องใช้ระยะเวลารักษาตัวในโรงพยาบาล ประเภทผู้ป่วยในเกินกว่า 180 วัน ยกเว้นกรณีมีความจำเป็น ต้องรักษาต่อเนื่อง จากการแทรกซ้อน หรือมีข้อบ่งชี้ทางการแพทย์

กิจกรรมที่ 9.1 ฉลากอาหารและโภชนาการอ่านง่ายได้คุณค่า
 คำชี้แจง จากตัวอย่างฉลากโภชนาการ ให้นักศึกษาตอบคำถามข้อ 1-15

ตัวอย่างข้อมูลทางโภชนาการ

นมชนิดยิว A		นมชนิดยิว B	
ข้อมูลทางโภชนาการ		ข้อมูลทางโภชนาการ	
หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 ชอง (18 กรัม)		หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 ชอง (55 กรัม)	
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยการบริโภคพลังงานทั้งหมด 110 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 50 กิโลแคลอรี)		คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยการบริโภคพลังงานทั้งหมด 204 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 70 กิโลแคลอรี)	
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*	
ไขมันทั้งหมด	6 ก. 9%	ไขมันทั้งหมด	8 ก. 12%
ไขมันอิ่มตัว	2 ก. 10%	ไขมันอิ่มตัว	1 ก. 5%
โคเลสเตอรอล	0 มล. 0%	โคเลสเตอรอล	40 มล. 13%
โปรตีน	2 ก.	โปรตีน	10 ก.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	10 ก. 3%	คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	24 ก. 8%
ใยอาหาร	0 ก. 0%	ใยอาหาร	0 ก. 0%
น้ำตาล	1 ก.	น้ำตาล	19 ก.
โซเดียม	100 มล. 4%	โซเดียม	140 มล. 6%
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *	
วิตามิน เอ	0%	วิตามิน บี 1	8%
วิตามิน บี2	4%	แคลเซียม	0%
เหล็ก	2%		
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี		* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี	
ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่างๆ ดังนี้		ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่างๆ ดังนี้	
ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า 65 ก.	ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า 65 ก.
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 20 ก.	ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า 20 ก.
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 300 มล.	โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 300 มล.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	300 ก.	คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	300 ก.
ใยอาหาร	25 ก.	ใยอาหาร	25 ก.
โซเดียม	น้อยกว่า 2,400 มล.	โซเดียม	น้อยกว่า 2,400 มล.
พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อ 1 กรัม : ไขมัน = 9 โปรตีน = 4 คาร์โบไฮเดรต = 4		พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อ 1 กรัม : ไขมัน = 9 โปรตีน = 4 คาร์โบไฮเดรต = 4	
สถิติโดย บริษัท โฟร์โมสต์ ฟรีแลนส์ (ปทท.) จำกัด (มหาชน) พระประแดง สมุทรปราการ		สถิติโดย บริษัท โฟร์โมสต์ ฟรีแลนส์ (ปทท.) จำกัด (มหาชน) พระประแดง สมุทรปราการ	
วันหมดอายุ 31 01 44		วันหมดอายุ 31 01 44	

1. ถ้านักศึกษาบริโภคขนมขบเคี้ยว A 1 ซอง จะได้พลังงานทั้งหมดกี่กิโลแคลอรี

 1. 110 กิโลแคลอรี 2. 139 กิโลแคลอรี
2. ขนมขบเคี้ยวตามตัวอย่างฉลากโภชนาการชนิดใด ให้พลังงานทั้งหมดมากที่สุด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
3. ถ้านักศึกษาต้องการลดบริโภคโคเลสเตอรอล ควรเลือกบริโภค ขนมขบเคี้ยวตามตัวอย่างฉลากโภชนาการชนิดใด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
4. ขนมขบเคี้ยว A และขนมขบเคี้ยว B ชนิดใดมีปริมาณคาร์โบไฮเดรตมากที่สุด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
5. ถ้านักศึกษาต้องการหลีกเลี่ยงการบริโภคน้ำตาล ควรเลือกขนมขบเคี้ยวตามตัวอย่างโภชนาการชนิดใดจึงจะดีที่สุด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
6. ถ้านักศึกษาต้องการลดปริมาณโซเดียม ควรเลือกขนมขบเคี้ยว ตามตัวอย่าง โภชนาการชนิดใดจึงจะดีที่สุด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
7. ถ้านักศึกษาต้องการเพิ่มวิตามิน บี 1 ควรเลือกขนมขบเคี้ยว ตามตัวอย่าง โภชนาการชนิดใดจึงจะดีที่สุด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B
8. ถ้านักศึกษาต้องการเพิ่มแคลเซียม ควรเลือกขนมขบเคี้ยว B ใช่ หรือ ไม่

 1. ใช่ 2. ไม่ใช่
9. หนึ่งหน่วยบริโภคของขนมขบเคี้ยว A มีปริมาณเท่ากับหนึ่งหน่วยบริโภคของขนมขบเคี้ยว B ใช่หรือไม่

 1. ใช่ 2. ไม่ใช่
10. ผู้ป่วยที่เป็นโรคไตควรเลือกรับประทานขนมขบเคี้ยว ตามตัวอย่างโภชนาการชนิดใด

 1. ขนมขบเคี้ยว A 2. ขนมขบเคี้ยว B

บรรณานุกรม

- กระทรวงการคลัง. (ม.ป.ป.). **สวัสดิการรักษายาบาล**. เรียกใช้เมื่อ 23 มีนาคม 2555
จาก กรมบัญชีกลาง: <http://www.cgd.go.th/wps/portal/CGDInfo/MedicalWelfare>
กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภคร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา. (ม.ป.ป.).
<http://www.fda.moph.go.th/youngfda/knowledge/page30.shtm>. เรียกใช้เมื่อ 26
เมษายน 2555 จาก <http://www.fda.moph.go.th>:
- ณัฐพร อยู่ปาน พัทรี ดวงจันทร์. (2553). **พฤติกรรมการณ์อ่านฉลากก่อนซื้อหรือใช้
ผลิตภัณฑ์ยาและเครื่องสำอาง**. *ไทยเภสัชศาสตร์และวิทยาการสุขภาพ*, 121-130.
- ธีระพล อรุณะกสิกรและคณะ. (2541). **พระราชบัญญัติคุ้มครองผู้บริโภค พ.ศ.2522**.
กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิญญูชน. **มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค**. (2552). **ฉลาดซื้อ
รวมผลสอบผลิตภัณฑ์-บริการ 2009 คู่มือของคนฉลาดเลือก (ฉบับสุขภาพ
ความงาม และครอบครัว)**. กทม.: มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค.
- สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภคสำนักนายกรัฐมนตรื. (2552). **สคบ. กับการ
คุ้มครองผู้บริโภค**. กทม.: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักงานประกันสังคม. (2555). **สำนักงานประกันสังคม**. เรียกใช้เมื่อ 20 เมษายน 2555
จาก สำนักงานประกันสังคม:
<http://www.sso.go.th/wpr/category.jsp?lang=th&cat=109>
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. (2555). **ข้อมูลประชาชน**. เรียกใช้เมื่อ 25 มีนาคม
2555 จาก สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ:
<http://www.nhso.go.th/FrontEnd/page-forpeople.aspx>
- สิรินมาส คัชมาตย์. (2550). **ผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางผิวขาว**. *วารสารอาหารและยา*, 22-26.
- สุชาดา มิ่งเมือง และคณะ. (2549). **วิทยาศาสตร์เพื่อคุณภาพชีวิต**. สกสค. -.