อย. แนะทำบุญวันมาฆบูชา ยึดหลัก 1 ตรวจ 1 เลือก 1 ลด เพื่อสุขภาพพระสงฆ์

อย.แนะประชาชนเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ ปลอดภัย และเหมาะสมต่อสุขภาพพระสงฆ์ เน้นย้ำตรวจฉลาก เลือกสินค้ามาตรฐาน ลดหวาน มัน เค็ม

เภสัชกรเลิศชาย เลิศวุฒิ รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา เปิดเผยว่า เนื่องในวันมาฆบูชา ซึ่งในปีนี้ตรงกับวันอังคารที่ 3 มีนาคม 2569 นับเป็นวันสำคัญทางพุทธศาสนา พบว่าพุทธศาสนิกชนมักจะทำบุญตักบาตรข้าวสาร อาหารแห้ง หรืออาหารที่อยู่ในภาชนะบรรจุพร้อมจำหน่าย สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) มีความห่วงใยสุขภาพพระภิกษุสงฆ์ จึงขอแนะนำให้ชาวพุทธทุกคนคำนึงถึงผลิตภัณฑ์ที่เป็นประโยชน์ เหมาะสำหรับนำไปถวายพระสงฆ์ โดยก่อนเลือกซื้ออาหารที่อยู่ในภาชนะบรรจุพร้อมจำหน่ายมาใส่บาตรหรือถวายสังฆทาน ขอให้ยึดหลัก 1 ตรวจ 1 เลือก 1 ลด ดังนี้

1 ตรวจ ฉลากต้องแสดงข้อความรายละเอียดครบถ้วน เช่น ชื่ออาหาร เลขสารบบอาหาร 13 หลัก ชื่อและที่ตั้งผู้ผลิต/ผู้นำเข้า วันเดือนปีที่ผลิตและหมดอายุ หรือควรบริโภคก่อน ส่วนประกอบที่สำคัญ วิธีการเก็บรักษา วิธีการบริโภค และข้อมูลโภชนาการ เป็นต้น

1 เลือก สินค้าที่ได้มาตรฐาน เช่น กรณีอาหารกระป๋อง ควรดูลักษณะกระป๋องต้องไม่บุบบี้ หรือโป่งพอง หรือมีรอยรั่ว ตะเข็บหรือรอยต่ออยู่ในสภาพสมบูรณ์ ไม่มีสนิม ควรมีระยะเวลาในการบริโภคก่อนหมดอายุไม่น้อยกว่า 6 เดือน กรณีอาหารอื่น ๆ ต้องบรรจุในภาชนะบรรจุที่สะอาด อยู่ในสภาพดี ไม่มีรอยบุบ หรือฉีกขาด

1 ลด ลดอาหาร หวาน มัน เค็ม เพื่อสุขภาพที่ดีของพระสงฆ์ ซึ่งปัจจุบันมีผลิตภัณฑ์อาหารที่ผ่านการรับรองสัญลักษณ์ทางเลือกสุขภาพให้ผู้บริโภคได้เลือกสรรมากถึง 15 กลุ่มอาหาร กว่า 3,500 ผลิตภัณฑ์

นอกจากนี้ ขอให้ระมัดระวังผลิตภัณฑ์ที่มีการโฆษณาโอ้อวดสรรพคุณเกินจริง โดยเฉพาะสินค้าในกลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เครื่องสำอาง หรือผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพ ควรตรวจสอบข้อมูลก่อนตัดสินใจซื้อทุกครั้ง เพื่อให้การทำบุญเป็นไปอย่างปลอดภัยและได้ประโยชน์อย่างแท้จริง

รองเลขาธิการฯ อย. กล่าวในตอนท้ายว่า การเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ ไม่เพียงเป็นการทำบุญตามประเพณี แต่ยังสะท้อนถึงความใส่ใจต่อสุขภาพของพระสงฆ์ และส่งเสริมการบริโภคสินค้าที่ได้มาตรฐานตามกฎหมาย ก่อนเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพทุกประเภทควรสังเกตต้องมีฉลากภาษาไทยและได้รับอนุญาตจาก อย. โดยสามารถตรวจสอบผ่านทางเว็บไซต์ www.fda.moph.go.th หรือ Line@FDAThai เพื่อป้องกันการตกเป็นเหยื่อผลิตภัณฑ์ผิดกฎหมาย สามารถสอบถามหรือแจ้งร้องเรียนได้ที่สายด่วน อย. 1556 หรือผ่าน Line@FDAThai, Facebook : FDAThai หรือ E-mail : 1556@fda.moph.go.th ตู้ ปณ. 1556 ปณฝ. กระทรวงสาธารณสุข จ.นนทบุรี 11004 หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ

****

วันที่เผยแพร่ข่าว 2 มีนาคม 2569 ข่าวแจก 116 / ปีงบประมาณ พ.ศ. 2569