

“ลด ละ เลิก”

การใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย

4. ทางเลือกเพื่อสุขภาพกับการลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหาร

แนวทางการดำเนินการรณรงค์ลด ละ เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย

1. การสำรวจสถานการณ์การใช้โฟมบรรจุอาหาร

สิ่งสนับสนุน : สามารถ Download แบบฟอร์มการสำรวจได้ที่ website : <http://foodsan.anamai.moph.go.th>
- ดำเนินการประมวลผลข้อมูล วิเคราะห์สถานการณ์ วางแผนการดำเนินการรณรงค์



2. การให้ความรู้ผู้ประกอบการค้าอาหาร



- จัดการประชุมผู้ดูแล/ผู้รับผิดชอบผู้ประกอบการค้าอาหารเพื่อชี้แจงสถานการณ์การใช้โฟมบรรจุอาหาร กระทบสุขภาพ ทัศนคติเห็นการรณรงค์และการเลือกภาชนะในการทดแทนโฟมที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ
- ร่วมกำหนดระยะเวลา ลด ละ การใช้โฟมบรรจุอาหาร
- สิ่งสนับสนุน : แผนกับประชาสัมพันธ์การรณรงค์

3. การรณรงค์ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหารและการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟม หรือภาชนะที่ปลอดภัยต่อสุขภาพและรักษาสิ่งแวดล้อม

- จัดกิจกรรมส่งเสริม/กระตุ้น การรณรงค์ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหาร
- สิ่งสนับสนุนการรณรงค์ เช่น ภาชนะตัวอย่าง ทดแทนโฟม โฉนดประชาสัมพันธ์



5. ขอบคุน ที่ไม่ใช้โฟม...บรรจุอาหาร....

4 กำหนดวัน D-Day เลิกการใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย เช่นวันที่ 5 มิถุนายน (วันสิ่งแวดล้อมโลก) หรือกำหนดวันอื่นๆ ที่เหมาะสมสำหรับการจัดกิจกรรม

- จัดกิจกรรมมอบป้ายรณรงค์ “ร้านนี้ปลอดภัยไม่ใช้โฟมบรรจุอาหาร” (สำหรับร้านที่เลิกการใช้โฟมไม่น้อยกว่า 3 เดือน นับจนถึงวันรับมอบป้าย)
- มอบรางวัล ยกย่อง ชมเชยหน่วยงานหรือผู้ประกอบการที่ส่งเสริมการลด ละ เลิกการใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร มอบให้หน่วยงาน/สถานที่ปลอดโฟมบรรจุอาหาร เช่น กระทรวง กรม ศูนย์ราชการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เทศบาล ตลาดสด ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ ซูเปอร์มาร์เก็ต สถานีบริการน้ำมัน แหล่งท่องเที่ยว ฯลฯ



คำแนะนำการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมให้ปลอดภัย

- 1 เลือกใช้ภาชนะที่ปลอดภัย ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัวกระดก (Food Grade) ขานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด พลาสติกชีวภาพ
- 2 ภาชนะต้องไม่ทำ หรือประกอบด้วยวัสดุที่เป็นพิษ
- 3 ภาชนะต้องมีความแข็งแรง ทนทาน ไม่ชำรุดสึกหรอ หรือแตกกะเทาะ เป็นสนิมง่าย
- 4 ป้องกันการปนเปื้อนได้ เช่น ต้องมีฝาปิด

ติดต่อสอบถามรายละเอียดที่
สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย
โทร. 02-5904173,02-590-8179

พิมพ์ครั้งที่ 3/2558 จำนวน 40,350 แผ่น
โรงพิมพ์ : ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์ในวังเจ้าจอม
มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์มหาสาร



โครงการรณรงค์

ลด ละ เลิก

การใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร
เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย

Say No To Foam



สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

Website : <http://foodsan.anamai.moph.go.th>

Facebook : ลด ละ เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร

1. รู้เท่าทัน.....โฟม

โฟม (Foam) เป็นผลิตภัณฑ์จากพลาสติก ที่ใช้สารเร่ง (Additive) หรือยาฟอง (Blowing Agents) ทำให้เกิดการฟู และฟองตัว จากการใช้ความร้อนสูง ประกอบกับการอัดลงโมแม่พิมพ์ (Mold) ที่มีรูปร่างที่ต่างกันคุณสมบัติที่ได้คือ มีน้ำหนักเบา ทำเป็นรูปลักษณะต่างๆ ได้ดี โฟมที่ใช้ทำภาชนะบรรจุอาหารผลิตมาจากวัสดุโพลีเอเธอร์ ซบิตโพลีสไตรีน (Polystyrene)



ปัจจุบันพ่อค้าแม่ค้าที่ขายอาหารมักนิยมใช้กล่องโฟม เป็นภาชนะบรรจุอาหารปรุงสำเร็จ เช่น ข้าวผัด ผัดกระเพรา ข้าวต้ม กระทบปลา ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น เนื่องจากสะดวก ใช้งานง่าย รวดเร็ว และราคาถูก อย่างไรก็ตาม การนำภาชนะโฟมมาบรรจุอาหารร้อนจัดเป็นเวลานาน ทำให้โฟมเสีรูปทรงและอาจหลอมละลายจนมีสารเคมีปนเปื้อนมากับอาหารได้



2. โฟม กินสบาย.....แต่ตายเร็ว

สารเคมีที่พบในโฟมบรรจุอาหาร

- 1 สารสไตรีน (Styrene) ซึ่งจัดอยู่ในสารก่อมะเร็งในกลุ่ม 2B (Carcinogen Group 2B) ซึ่งเป็นสารที่อาจเกิดการปนเปื้อน และจะก่อให้เกิดอันตรายดังนี้
 - เพิ่มความเสี่ยงของมะเร็งเต้านมในผู้หญิง มะเร็งต่อมลูกหมากในผู้ชาย และมีโอกาสสูงต่อการเป็นมะเร็งตับ
 - มีผลต่อสมองและเส้นประสาท ทำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนหลับยาก
 - ประจำเดือนมาไม่ปกติ
 - สมอ้งท้องง่าย



เส้นทางสารสไตรีนเข้าสู่ร่างกาย

โดยปริมาณการละลายออกมาของสารสไตรีนจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

- 1) ไขมันในอาหาร ไขมันอิ่มตัว ไขมันไม่อิ่มตัว จะดูดซับสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ
- 2) ระยะเวลา ที่ภาชนะโฟมสัมผัสอาหาร ถ้าอาหารใส่กล่องโฟมทิ้งไว้นานๆ อาหารจะดูดซับสารสไตรีนในปริมาณมาก
- 3) อุณหภูมิของอาหารที่ร้อน (เกิน 60 องศาเซลเซียส) ทำให้สไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูง รวมทั้งการอุ่นในไมโครเวฟ



3. อาหารจากกล่องโฟม น่ากลัวกว่าที่คิด...

- 2 เบนซีน (Benzene) ละลายได้ดีในน้ำมัน ส่งผลต่อร่างกายมีความเป็นพิษสูงและเป็นสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดอาการเวียน อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว ถ้าได้รับสารเป็นเวลานานทำให้เป็นโรคโลหิตจาง (Anemia) เนื่องจากเบนซีนจะทำลายไขกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้จำนวนเม็ดเลือดลดลง
- 3 ฟทาเลท (Phthalate) เป็นสารที่มีพิษต่อระบบสืบพันธุ์ ทำให้เป็นหมันในผู้ชาย หญิงมีครรภ์อาจทำให้เกิดลูกที่มีอาการดาวน์ (Down Syndrome)



ความเป็นมาของโครงการณรงค์

ตามหนังสือสำนักงานเลขาธิการคณะรัฐมนตรีที่ นร ๐๕๐๕๖/ล(๑) ๒๓๘๘๙ ลงวันที่ ๕ กันยายน ๒๕๕๖ เรื่อง ความเห็นและข้อเสนอแนะของสภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เรื่อง การจัดการอันตรายจากโฟมที่ใช้สำหรับบรรจุอาหาร ซึ่งมีข้อเสนอแนะให้กระทรวงสาธารณสุขดำเนินการงดใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารร้อนหรือไขมันเพื่อเป็นตัวอย่างให้ส่วนราชการอื่นและประชาชน โดยการเป็นหน่วยงานนำร่องในการเลิกใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร กรมอนามัย จึงได้จัดทำโครงการณรงค์ลด ละ เลิก การใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย เพื่อเป็นแบบอย่างให้ส่วนราชการอื่นและประชาชนต่อไป

วัตถุประสงค์

- 1 เพื่อณรงค์ให้ผู้ประกอบการค้าอาหารและผู้บริโภคตระหนักถึงอันตรายจากการใช้โฟมบรรจุอาหาร
- 2 เพื่อให้ผู้ประกอบการค้าอาหารและผู้บริโภค เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร
- 3 เพื่อให้ผู้ประกอบการค้าอาหารเลิกใช้ภาชนะบรรจุอาหารทดแทนโฟมที่มีความปลอดภัยต่อสุขภาพ

กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข

ที่มา; สำนักสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ/กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข