

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

ครูผู้สอน ครูสุจิตรา บุญธรรม

ครูปณิฏญา ประจันบาน



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑.

อธิบายหลักการและวิธีเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

๒.

เลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพได้อย่างถูกวิธี

๓.

เห็นความสำคัญของการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ถูกต้อง





คำถาม

นักเรียนรู้จักผลิตภัณฑ์
สุขภาพหรือไม่

ผลิตภัณฑ์สุขภาพ คือ...

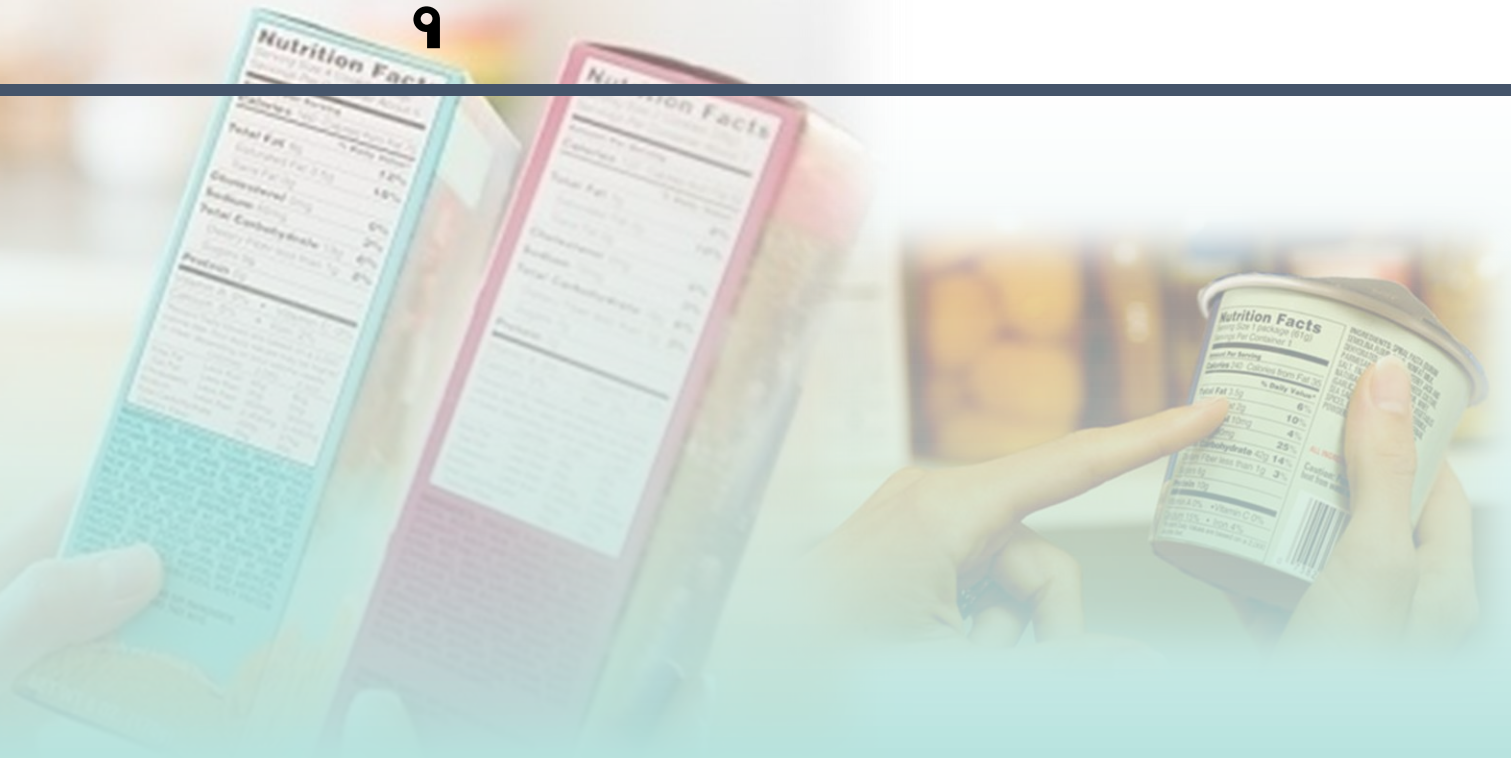
ผลิตภัณฑ์ที่ใช้ในการอุปโภคบริโภค เป็นผลิตภัณฑ์ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต และมีวัตถุประสงค์เพื่อสุขภาพอนามัย ตลอดจนผลิตภัณฑ์ที่อาจมีผลกระทบโดยตรงหรือโดยอ้อมต่อสุขภาพอนามัยของผู้บริโภค



ตัวอย่างผลิตภัณฑ์สุขภาพ



หลักการอ่านข้อมูลบนฉลาก ผลิตภัณฑ์สุขภาพ



๑

อ่านชื่อผลิตภัณฑ์

เพื่อทราบวัตถุประสงค์
และประโยชน์ต่อร่างกาย



๒

อ่านวิธีการใช้

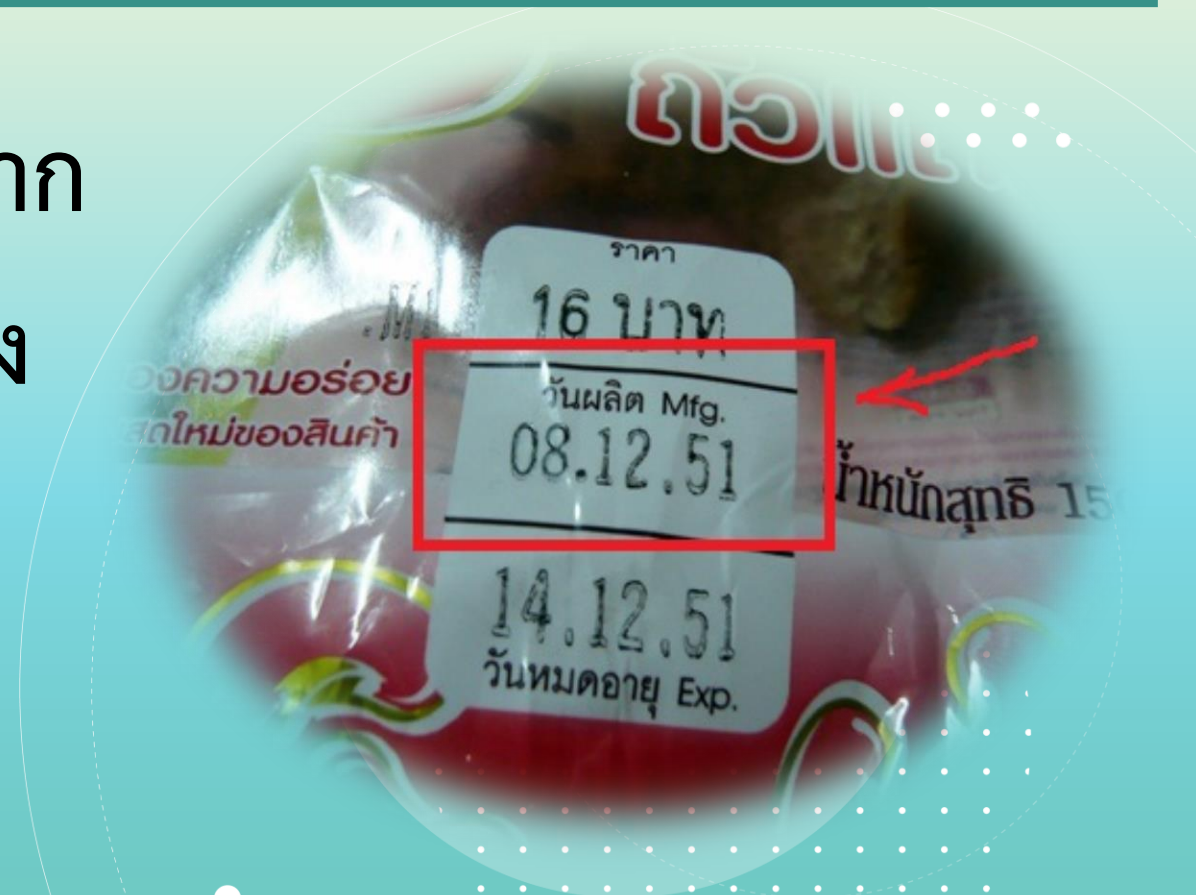
เพื่อจะได้ใช้ผลิตภัณฑ์ได้
อย่างปลอดภัยและถูกวิธี



๓

ดู วัน เดือน ปี ที่ผลิตและหมดอายุ

เพื่อจะได้ทราบว่าผลิตมานานมาก
น้อยเพียงใดและหมดอายุหรือยัง
ถ้าหมดอายุแล้วก็ไม่ควรซื้อ
หรือใช้ผลิตภัณฑ์นั้น



๕

ดูสถานที่ผลิต

เมื่อมีปัญหาสุขภาพจะได้ทราบ
แหล่งที่มาของผลิตภัณฑ์

ผู้ผลิต : บริษัท [redacted] จำกัด
249 หมู่ 7 ซอยลำโพ 33 ต.ลำโพ อ.บางบัวทอง จ.นนทบุรี 11110

ผู้จัดจำหน่าย : อาภาเซีย

เลขที่ใบรับแจ้ง : 10-1-6100018243

ปริมาณสุทธิ 3 กรัม
Net wt. 3 g.

วันที่ วน เดือน ปี ที่ผลิต
FG : 190618
P : 190620
: 072018-01

๕

ดูปริมาณสุทธิ

เพื่อเปรียบเทียบราคา
ว่าคุ้มค่าหรือไม่





คำถาม

นักเรียนมีวิธีการเลือกซื้อ
ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างไร



วิธีการเลือกซื้อ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ

วิธีการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

๑) ควรเลือกตามความจำเป็น
และเหมาะสม



วิธีการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

๒) อ่านฉลากผลิตภัณฑ์เพื่อดู
รายละเอียดก่อนซื้อทุกครั้ง



๓) ตรวจสอบบรรจุภัณฑ์ว่ามี
ความชำรุดเสียหายหรือไม่



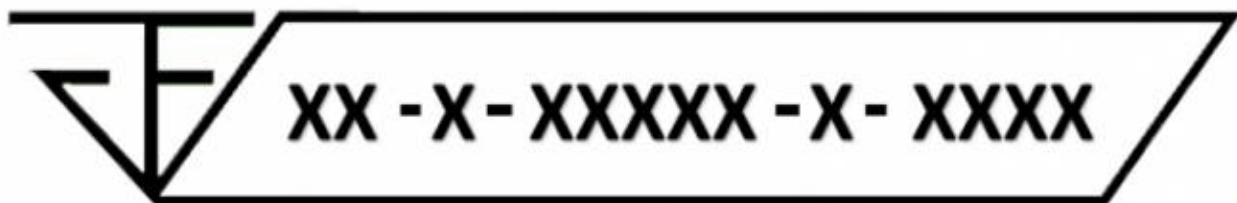
วิธีการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

๔) ไม่หลงคำโฆษณา
ชวนเชื่อ



การตรวจสอบ

หมายเลข อย.





เข้าไปยังเว็บไซต์ [www. Oryor.com](http://www.Oryor.com)

← → ↻ 164.115.28.123/FDA_SEARCH_ALL/MAIN/SEARCH_CENTER_MAIN.aspx

 ระบบตรวจสอบผลิตภัณฑ์
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข

ค้นหาข้อมูล ข้อมูลการระบบ

☒ ทั้งหมด

☐ สืบค้นในฐานข้อมูล

☐ อาหาร

☐ ยา

☐ วัตถุอันตราย

☐ เครื่องสำอาง

☐ ยาเสพติด

☐ เครื่องมือแพทย์

สืบค้นข้อมูลผลิตภัณฑ์

ค้นหา

ตัวอย่างในการค้นหา

ผลิตภัณฑ์อาหาร เลข ใบอนุญาต 10-3-XXXXX-X-XXXX หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "ขนมแสนอร่อย"

ผลิตภัณฑ์ยา เลข ใบสำคัญ 1A1/59 หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "พาราเซตามอล"

ผลิตภัณฑ์วัตถุอันตราย เลข ใบสำคัญ 1/59 หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "ยาฉีดปลูก"

ผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง 10-X-XXXXXXX หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "แป้งแป้ง"

ผลิตภัณฑ์ยาเสพติด 23 1D/47 หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "ทรานซ์"

ผลิตภัณฑ์เครื่องมือแพทย์ ม. 1/59 หรือ ค้นหาด้วยชื่อ "เครื่องบดกระดูก"

สำนักงานอาหารและยา : 89/24 ถนนติวานนท์ ตำบลเมืองชัย จังหวัดขอนแก่น 43100 โทรศัพท์ 0-2560-7000



กรอกหมายเลข อย. ของผลิตภัณฑ์

← → ↻ 164.115.28.123/FDA_SEARCH_ALL/MAIN/SEARCH_CENTER_MAIN.aspx

 ระบบตรวจสอบผลิตภัณฑ์
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข

Q&Aแรก ออกจากระบบ

☒ ทั้งหมด

☐ สืบค้นในฐานข้อมูล

☐ อาหาร

☐ ยา

☐ วัตถุอันตราย

☐ เครื่องสำอาง

☐ ยาเสพติด

☐ เครื่องมือแพทย์

สืบค้นข้อมูลผลิตภัณฑ์

20-1-07645-2-0002

ประเภทผลิตภัณฑ์	ใบสำคัญ	ชื่อผลิตภัณฑ์ไทย - อังกฤษ	ชื่อผู้รับอนุญาต	Newcode	สถานะ
อาหาร (สบ.3)	20-1-07645-2-0002	น้ำดื่ม (ตราคริสตัง)	บริษัท เสริมสุข	U1FL0001012010764520002C	คงอยู่

สำนักงานอาหารและยา : 88/24 ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000 โทรศัพท์ 0-2590-7000



ระบบจะขึ้นข้อมูลของผลิตภัณฑ์ที่ค้นหา

← → ↻ 164.115.28.123/FDA_SEARCH_ALL/MAIN/SEARCH_CENTER_MAIN.aspx

 ระบบตรวจสอบผลิตภัณฑ์
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข

ดูข่าวสาร ปิดหน้าต่างระบบ

☒ ทั้งหมด
☐ สืบค้นในฐานข้อมูล
☐ อาหาร
☐ ยา
☐ วัตถุอันตราย
☐ เครื่องสำอาง
☐ ยาเสพติด
☐ เครื่องมือแพทย์

สืบค้นข้อมูลผลิตภัณฑ์

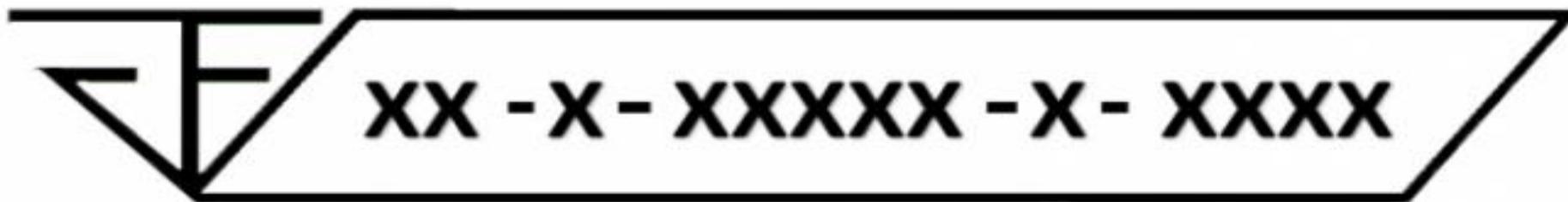
ค้นหา

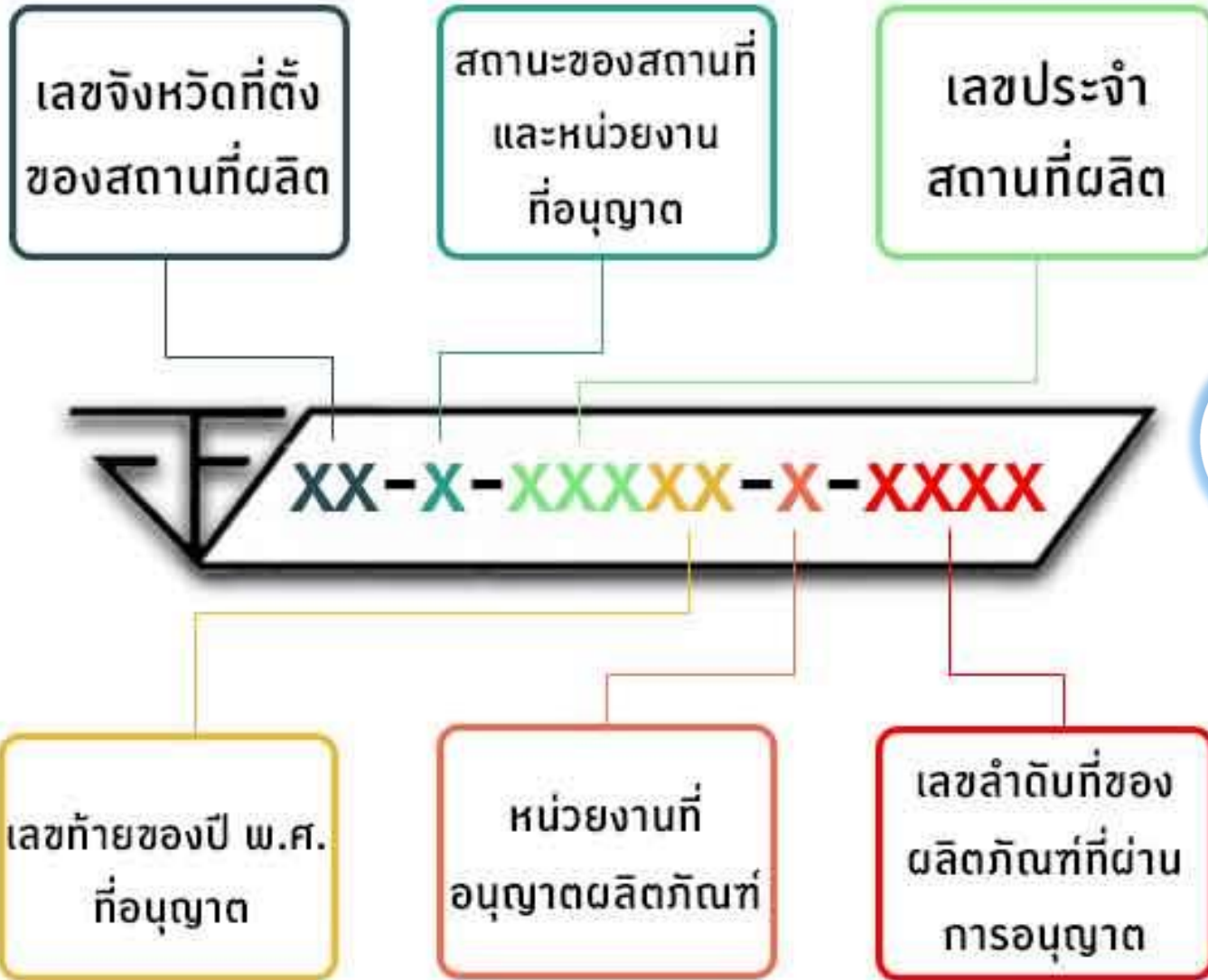
น้ำดื่ม (ตราคริสตัล)

ประเภทผลิตภัณฑ์	ใบสำคัญ	ชื่อผลิตภัณฑ์ไทย - อังกฤษ	ชื่อผู้รับอนุญาต	Newcode	สถานะ
อาหาร (ตน.5/ตน.7)	13-1-10824-2-0001	น้ำดื่ม (ตราคริสตัล)	บริษัท เบริงเกอร์	U1FE0001311311082420001C	คงอยู่
อาหาร (ตน.5/ตน.7)	14-1-22146-2-0013	น้ำดื่ม (ตราคริสตัล)	บริษัท เบียร์ทิพย์ จำกัด (1991)	U1FE0001411412214620013C	คงอยู่
อาหาร (ตน.5/ตน.7)	60-1-05726-2-0001	น้ำดื่ม (ตราคริสตัล)	บริษัท เบริงเกอร์	U1FE0006016010572620001C	คงอยู่
อาหาร (ตน.3)	20-1-07645-2-0002	น้ำดื่ม (ตราคริสตัล)	บริษัท เบริงเกอร์	U1FL00010120010764520002C	คงอยู่

สำนักงานอาหารและยา : 88/24 ถนนสีลมวัง สำนักงานใหญ่ ชั้นที่ 11 ถนนสีลม กรุงเทพฯ 11000 โทรศัพท์ 0-2590-7000

เลข อย. แต่ละตัวคืออะไร





กิจกรรมวันนี้

“ถามมา-ตอบไป”

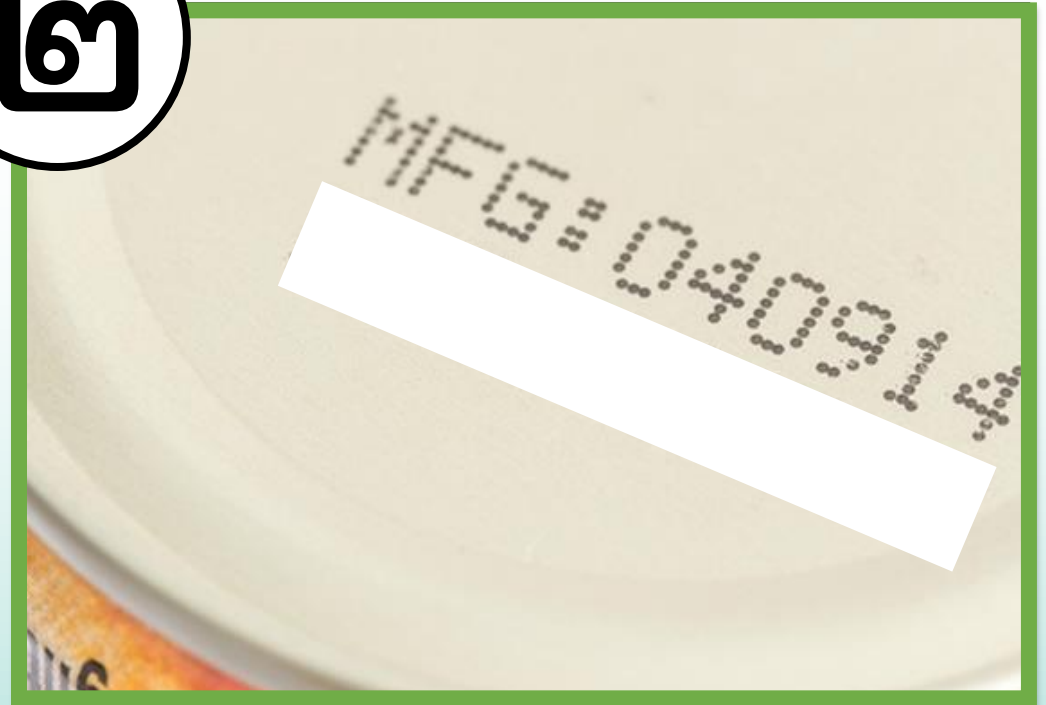


๑) วัน เดือน ปี ที่ผลิต คือภาพใด

๑



๒

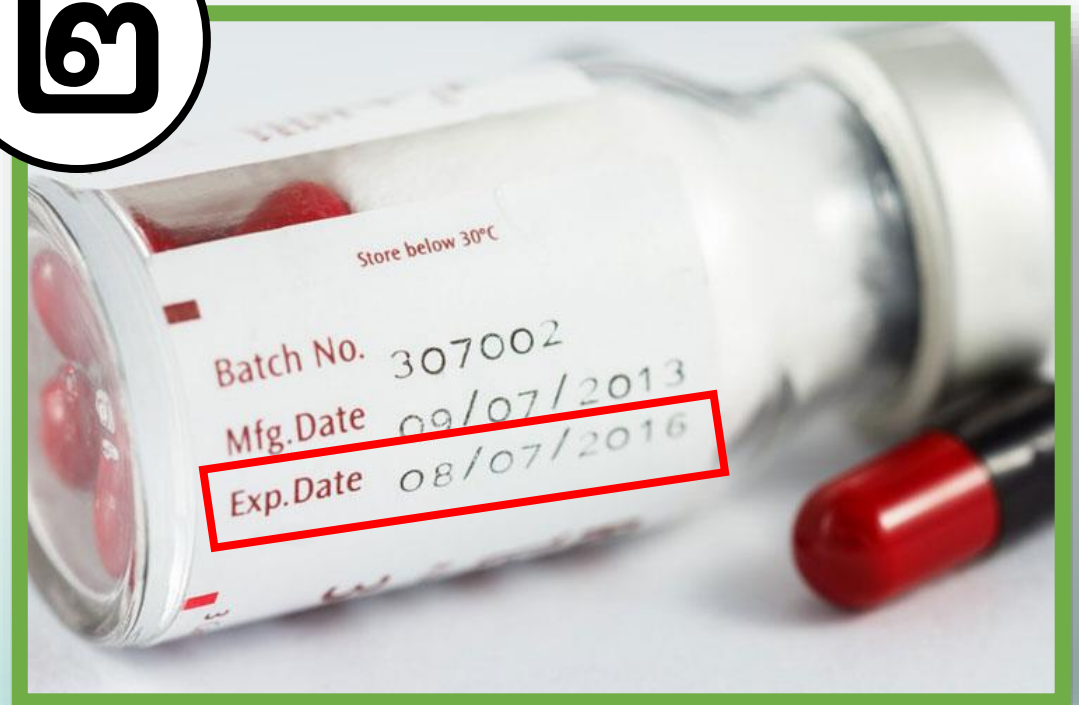


๒) วัน เดือน ปี ที่หมดอายุ คือภาพใด

๑



๒



๓) ภาพใดคือผลิตภัณฑ์ที่ไม่ควรซื้อ

๑



https://th.pngtree.com/freepng/cartoon-vector-fresh-orange-can-drink_๕๗๖๑๑๗๗.html

๒



https://th.pngtree.com/freepng/cartoon-canister-illustration_๕๔๕๗๖๗๐.html

๕) หากต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่จะซื้อควรสอบถามใคร

๑



สอบถามเพื่อน

๒



สอบถามผู้ขาย

๕) หากใช้เครื่องสำอางแล้วเกิดอาหารแพ้ควรปรึกษาใคร

๑



ปรึกษาแพทย์

๒



ปรึกษาครู

คำชี้แจง

ให้นักเรียนสรุปประโยชน์ของ
การอ่านฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพ
และฉลากอาหารเป็นแผนผังความคิด



ตัวอย่าง

ประโยชน์ของการอ่านฉลาก
ผลิตภัณฑ์สุขภาพและฉลากอาหาร



บทบาทหน้าที่ นักเรียนปลายทาง

๑. นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
๒. นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเรียบร้อย



บทบาทหน้าที่ ครูปลายทาง

๑. ครูชี้แจงการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
๒. ให้คำแนะนำหรือเพิ่มเติมเนื้อหาแก่นักเรียน
๓. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม

สรุป

การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

การมีทักษะในการวิเคราะห์ข้อมูล
บนฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพและฉลาก
อาหารพร้อมทั้งเลือกใช้ได้อย่างถูกต้อง
จะส่งผลดีต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต



หลักการอ่านข้อมูล บนฉลากผลิตภัณฑ์สุขภาพ

อ่านชื่อผลิตภัณฑ์

อ่านวิธีการใช้

ดู วัน เดือน ปี ที่ผลิต
และหมดอายุ

ดูสถานที่ผลิต

ดูปริมาณสุทธิ



เนื้อหาในชั่วโมงต่อไป

เรื่อง

เครื่องหมายนำร่อง



สิ่งที่ต้องเตรียมในชั่วโมงต่อไป

๑. อุปกรณ์การเรียน

๒. สมุดจดบันทึก

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

