

## 4. “ทางเลือกเพื่อสุขภาพกับการ ลด 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/ผู้รับผิดชอบ/ผู้ประกอบการค้าอาหารเพื่อชี้แจงสถานการณ์การใช้โฟมอันตรายจากโฟมบรรจุอาหาร ระดมความคิดเห็นการรณรงค์และการเลือกภาชนะในการทดแทนโฟมที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ

- ร่วมกำหนดระยะเวลา ลด ละ การใช้โฟมบรรจุอาหาร
- สิ่งสนับสนุน : สื่อประชาสัมพันธ์การรณรงค์

3 การรณรงค์ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหารและการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมหรือภาชนะที่ปลอดภัยต่อสุขภาพและรักษ์สิ่งแวดล้อม

- จัดกิจกรรมส่งเสริม/กระตุ้น การรณรงค์ลด ละ เลิก การใช้โฟมบรรจุอาหาร
- สิ่งสนับสนุนการรณรงค์ เช่น ภาชนะตัวอย่างทดแทนโฟม ธง No Foam



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

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

- จัดกิจกรรมมอบป้ายรณรงค์ “ร้านนี้ปลอดภัยไม่ใช้โฟมบรรจุอาหาร” (สำหรับร้านที่เลิกการใช้โฟมไม่น้อยกว่า 4 เดือนนับจนถึงวันมอบป้าย)

- มอบรางวัล ยกย่อง ชมเชยหน่วยงานหรือผู้ประกอบการที่ส่งเสริมการลด ละ เลิกการใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เช่น  
 - หน่วยงาน / สถานที่ปลอดโฟมบรรจุอาหาร เช่น กระทรวง กรม ศูนย์วิชาการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เทศบาล ตลาดสด ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ แหล่งท่องเที่ยว ฯลฯ



คำแนะนำการเลือกใช้ภาชนะทดแทนโฟมให้ปลอดภัย

- 1 เลือกใช้ภาชนะที่ปลอดภัย ย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ เช่น ใบตอง ใบบัวกระดาก (Food Grade) ขานอ้อย มันสำปะหลัง ข้าวโพด
- 2 ภาชนะต้องไม่ทำ หรือประกอบด้วยวัสดุที่เป็นพิษ
- 3 ภาชนะต้องมีความแข็งแรงทนทาน ไม่ชำรุดสึกหรอหรือแตกกะเทาะ เป็นสนิมง่าย
- 4 ป้องกันการปนเปื้อนได้ เช่น ต้องมีฝาปิด



# โครงการรณรงค์

## ลด ละ เลิก

### การใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย



องค์การบริหารส่วนตำบลศรีเมืองชุม

อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย

โทร ๐๕๓๖๖๘๔๖๙ โทรสาร

๐๕๓๖๖๘๔๖๗

[www.srimueangchum.go.th](http://www.srimueangchum.go.th)

# 1. รู้เท่ากัน.....โฟม

โฟม (Foam) เป็นผลิตภัณฑ์จากพลาสติก ที่ใช้สารเร่ง (Additive) หรือยาพอง (Blowing Agents) ทำให้เกิดการฟู และพองตัว จากการใช้ความร้อนสูง ประกอบกับการอัดลงในแม่พิมพ์(Mold) ที่มีรูปร่างที่ต่างกันคุณสมบัติที่ได้คือ มีน้ำหนักเบา ทำเป็นรูปลักษณะต่างๆ ได้ดี โฟมที่ใช้ทำภาชนะบรรจุอาหารผลิตมาจากวัสดุโพลีเมอร์ ชนิดโพลีสไตรีน(Polystyrene)



ปัจจุบันพ่อค้าแม่ค้าที่ขายอาหารมักนิยมใช้กล่องโฟม เป็นภาชนะบรรจุอาหารปรุงสำเร็จ เช่น ข้าวผัด ผัดกระเพรา ข้าวต้ม กระเพาะปลา ก๋วยเตี๋ยว เป็นต้น เนื่องจากสะดวก ใช้งานง่าย รวดเร็ว และราคาถูก อย่างไรก็ตามการนำภาชนะโฟมมาบรรจุอาหารร้อนจัดเป็นเวลานาน ทำให้โฟมเสียรูปทรงและอาจหลอมละลายจนมีสารเคมีปนเปื้อนมากับอาหารได้



# 2. โฟม กินสบาย.....แต่ตายเร็ว

## สารเคมีที่พบในโฟมบรรจุอาหาร

- 1 สารสไตรีน (Styrene) ซึ่งจัดอยู่ในสารก่อมะเร็งในกลุ่ม 2B (Carcinogen Group 2B) ซึ่งเป็นสารที่อาจจะก่อให้เกิดอันตรายดังนี้
  - เพิ่มความเสี่ยงของมะเร็งเต้านมในผู้หญิง มะเร็งต่อมลูกหมากในผู้ชาย และมีโอกาสสูงต่อการเป็นมะเร็งตับ
  - มีผลต่อสมองและเส้นประสาท ทำให้อ่อนเพลีย หงุดหงิดง่าย นอนหลับยาก
  - ประจำเดือนมาไม่ปกติ
  - สมองเสื่อง่าย , ความจำเสื่อม ,สมาธิสั้น ,ชาปลายมือปลายประสาท

ภัยเงียบจากกล่องโฟม  
กินสบายแต่ตายเร็ว

สมองบวม    ประจำเดือนมาไม่ปกติ    สมองเสื่อมง่าย    หูดหัวง่าย    ก่อมะเร็ง

คุณทั่วไป    ผู้ชาย    ผู้หญิง  
ถ้ารับประทานอาหาร    เสี่ยงเป็นมะเร็ง    เสี่ยงเป็น  
กล่องโฟมทุกวัน    ต่อลูกหมาก    มะเร็งเต้านม  
วันละอย่างน้อย 1 ถ้วย    1 ถ้วย    1 ถ้วย  
จะมีความเสี่ยงเป็นมะเร็ง    สูงกว่าปกติ 6 เท่า    สูงกว่าปกติ 6 เท่า

สำหรับหน่วยงานที่ต้องการ  
ดำเนินการเป็นบริษัท

สงขลา โทร 36505    36506    36507    36508    36509    36510    36511    36512    36513    36514    36515    36516    36517    36518    36519    36520

เว็บไซต์    Facebook    Line    800-111111

## เส้นทางสารสไตรีนเข้าสู่ร่างกาย

โดยปริมาณการละลายออกมาของสารสไตรีนจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก ได้แก่

- 1) ไขมันในอาหาร น้ำส้มสายชู กรด แอลกอฮอล์ จะดูดสารสไตรีนจากกล่องโฟมได้มากกว่าปกติ
- 2) ระยะเวลา ที่ภาชนะโฟมสัมผัสอาหาร ถ้าอาหารใส่กล่องโฟมที่ใช้นานอาหารจะดูดสารสไตรีนในปริมาณมาก
- 3) อุณหภูมิของอาหารที่ร้อน (เกิน 70 องศาเซลเซียส) ทำให้สไตรีนซึมเข้าสู่อาหารได้สูง รวมทั้งการอุ่นในไมโครเวฟ



# 3. อาหารจากกล่องโฟม น่ากลัวกว่าที่คิด...

- 2 เบนซีน (Benzene) ละลายได้ดีในน้ำมัน ส่งผลต่อร่างกายมีความเป็นพิษสูงและเป็นสารก่อมะเร็ง ทำให้เกิดอาการวิงเวียน อาเจียน หัวใจเต้นเร็ว ถ้าได้รับสารเป็นเวลานานทำให้เป็นโรคโลหิตจาง (Anemia) มะเร็งเม็ดเลือดขาว (Leukemia) เนื่องจากเบนซีนจะทำลายไขกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุทำลายระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายทำให้จำนวนเม็ดเลือดลดลง
- 3 พทาเลท (Phthalate) เป็นสารที่มีพิษต่อระบบสืบพันธุ์ ทำให้เป็นหมันในผู้ชาย หญิงมีครรภ์อาจทำให้เกิดทารกที่มีอาการดาวน์ (Down Syndrome) ทำลายไตและระบบทางเดินอาหาร



## ความเป็นมาของโครงการรณรงค์

ตามหนังสือสำนักงานเลขาธิการคณะรัฐมนตรีที่ นร ๐๔๐๕/ว(ล) ๒๓๘๘๙ ลงวันที่ ๕ กันยายน ๒๕๕๖ เรื่อง ความเห็นและข้อเสนอแนะของสภาที่ปรึกษาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เรื่อง การจัดการอันตรายจากโฟมที่ใช้สำหรับบรรจุอาหาร ซึ่งมีข้อเสนอแนะให้กระทรวงสาธารณสุขดำเนินการงดใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารร้อนหรือมีไขมันเพื่อเป็นตัวอย่างให้ส่วนราชการอื่นและประชาชน โดยการเป็นหน่วยงานนำร่องในการเลิกใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร กรมอนามัย จึงได้จัดทำโครงการรณรงค์ลด ละ เลิก การใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหาร เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทยปี 2558 เพื่อเป็นแบบอย่างให้ส่วนราชการอื่นและประชาชนต่อไป

## วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อรณรงค์ให้ผู้ประกอบการค้าอาหารและผู้บริโภคตระหนักถึงอันตรายจากการใช้โฟมบรรจุอาหาร
- 2) เพื่อให้ผู้ประกอบการค้าอาหารและผู้บริโภคลด ละ เลิกการใช้โฟมบรรจุอาหาร
- 3) เพื่อให้ผู้ประกอบการค้าอาหารเลือกใช้ภาชนะบรรจุอาหารที่มีความปลอดภัยต่อสุขภาพทดแทนโฟม