

อช.เตือน 'กาแฟ'

ไม่ช่วยลดอ้วน

แถมโซซัด

เกินจริง-ไม่ได้รับอนุญาต



นางพริ้ง บุญบาน : รายงาน

[ถ่ายอักษรแล้ว]

สาว ๆ หลายคนอยากหุ่นดี เหมือนนางแบบ แต่แทนที่จะออกกำลังกายและควบคุมอาหาร หลายคนกลับหันไปพึ่งผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร หรือ กาแฟลดน้ำหนัก ที่โฆษณาอ้างสรรพคุณเกินจริงตามสื่อต่าง ๆ ทำให้ผู้บริโภคหลายรายตกเป็นเหยื่อ โดยเฉพาะกาแฟลดน้ำหนักที่มีการโฆษณากันอย่างโจ่งครึม

นพ.พิพัฒน์ ยิ่งเสรี เลขาธิการคณะกรรมการกรรมการอาหารและยา (อย.) ให้ข้อมูลว่า ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 197



นพ.พิพัฒน์ ยิ่งเสรี เลขาธิการ อย.

พ.ศ. 2543 กาแฟที่คั่วแล้ว เป็นอาหารที่กำหนดคุณภาพและมาตรฐาน

กาแฟ แบ่งออกเป็น 6 ชนิด คือ กาแฟแท้ กาแฟผสม กาแฟที่สกัดกาแฟอื่นออก กาแฟสำเร็จรูป กาแฟสำเร็จรูปผสม และกาแฟสำเร็จรูปที่สกัดกาแฟอื่นออก

กาแฟจะมีกาแฟอื่นเป็นสารออกฤทธิ์ ซึ่งจะมีผลในการกระตุ้นสมองและประสาทให้ตื่นตัว แต่หากได้รับในปริมาณมากเกินไป อาจมีผลทำให้หัวใจทำงานหนัก โดยเฉพาะในรายที่มีความไวต่อกาแฟอื่น ดังนั้นผู้ใหญ่ปกติจึงไม่ควรรับประทานกาแฟอื่นเกิน 200 มิลลิกรัม หรือไม่ควรเกิน 2 แก้วต่อวัน

กาแฟโดยปกติ เป็นอาหารที่ดื่มเพื่อวัตถุประสงค์ให้ความสดชื่นหรือได้กลิ่นรสของกาแฟ สำหรับบุคคลที่ชื่นชอบรสชาติกาแฟ ดังนั้นกรณีที่อวดอ้างสรรพคุณว่ามีผลทำให้หอม บ่อยเป็นการโฆษณาที่อวดอ้างกว่าประโยชน์ของกาแฟ ซึ่งไม่เป็นความจริง ไม่มีส่วนประกอบใดในอาหารประเภทกาแฟ ที่ผลการพิสูจน์ว่ามีสรรพคุณในการควบคุมน้ำหนัก และทาง อย. ไม่เคยอนุญาตว่ากาแฟมีสรรพคุณในการลดน้ำหนัก

ไม่มีข้อมูลวิชาการยืนยันชัดเจนว่ากาแฟมีส่วนผสมต่าง ๆ เช่น ไฟเบอร์ คอลลาเจน แอลคาร์นิทีน โครเมียม ทำให้ผู้บริโภคกาแฟลดน้ำหนัก มีผิวสวยหรือเพิ่มความงามแต่อย่างใด และ

อย.ไม่อนุญาตให้กล่าวอ้างได้

ดังนั้นการโฆษณาผลิตภัณฑ์กาแฟสำเร็จรูปจำนวนมากอวดอ้างสรรพคุณว่ามีผลในการลดน้ำหนัก จึงเป็นการกล่าวอ้างและโอ้อวดสรรพคุณเกินจริง ชัด

เดี๋ยวกันหากดื่มมากอาจทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นด้วยซ้ำ จากการเติมน้ำตาล ครีม หรือนม ที่ร้ายไปกว่านั้น คือ อาจได้รับอันตรายจากการเจือปนของยาบางชนิดที่ลักลอบใส่ในผลิตภัณฑ์ เช่น ยาไซบูทรา

มีน จะทำให้เกิดผลข้างเคียง คือ ปวดศีรษะ ปากแห้ง นอนไม่หลับ ท้องผูก ความดันโลหิตสูง ใจสั่น หัวใจเต้นเร็วขึ้น

หาก อย.ตรวจพบกาแฟลักลอบผสมไซบูทรา มีน จะจัดเป็นอาหารไม่

บริสุทธิ์ มีโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี หรือปรับไม่เกิน 2 หมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ หากเป็นการ

โฆษณาโดยไม่ได้รับอนุญาตจะมีโทษปรับไม่เกิน 5,000 บาท หรือโฆษณาสรรพคุณอันเป็นเท็จหรือหลอกลวงต้องโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี หรือปรับไม่เกิน 3 หมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ ที่ผ่านมามีผลิตภัณฑ์กาแฟที่อ้างผลในการลดน้ำหนักมักจะมีราคาที่สูงมากซึ่งทำให้ผู้บริโภคที่ตกเป็นเหยื่อสิ้นเปลืองเงินทองโดยไม่จำเป็น

การลดน้ำหนักสามารถทำได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงด้วยการหมั่นออกกำลังกายอย่างเหมาะสมต่อเนื่องอย่างน้อย 30 นาทีต่อวัน อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน รับประทานอาหารให้หลากหลายครบทั้ง 5 หมู่ รวมถึงการพักผ่อนให้เพียงพอ ทำจิตใจให้แจ่มใส นอกจากนี้จะทำให้มีสุขภาพดีแล้ว ยังทำให้น้ำหนักตัวลดลงได้ยิ่งขึ้นด้วย

กรณี “ยาไซบูทรา มีน” ทางบริษัทผู้ผลิต ผู้จำหน่ายยาในประเทศไทย ได้มีการเรียกคืนยาที่มีส่วนผสมของไซบูทรา มีนออกจากท้องตลาดแล้ว พร้อมทั้งได้ยก

เลิกทะเบียนคำรับยาไซบูทรา มีนด้วย หลังมีข้อมูลผลการศึกษาจากทางคณะกรรมการอาหารของยุโรปถึง 6 ปี ที่ได้ศึกษาความปลอดภัยทางด้านหัวใจและหลอดเลือด พบว่ามีความเสี่ยงสูงขึ้นในผู้ป่วยโรคดังกล่าวที่ไม่ควรได้รับยานี้ ซึ่งตามปกติยานี้ได้มีข้อความคำเตือนห้ามใช้ในผู้ป่วยกลุ่ม

เหล่านี้ไปแล้ว

ในอดีตยาไซบูทรา มีนจัดเป็นยาควบคุมพิเศษ ที่ต้องสั่งจ่ายโดยแพทย์ และขายได้ในสถานพยาบาลเท่านั้น ได้รับอนุมัติให้มีการจำหน่ายในประเทศไทยสำหรับลดน้ำหนักในผู้ป่วยโรคอ้วนหรือมีน้ำหนักเกิน ที่ไม่มีประวัติเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด และไม่สามารถลดน้ำหนักด้วยอาหารและการออกกำลังกาย ดังนั้น เมื่อมีการยกเลิกทะเบียนคำรับยาแล้ว ขอให้แพทย์หรือเภสัชกร หยุดการสั่งจ่ายยาไซบูทรา มีน ในส่วนของผู้ป่วยที่กำลังรับประทานยาไซบูทรา มีน ควรหยุดใช้ยาและปรึกษาแพทย์ถึงทางเลือกอื่นในการลดน้ำหนัก รวมถึงการควบคุมอาหารและออกกำลังกายตามความเหมาะสมของแต่ละบุคคล

สำหรับกรณีกาแฟยี่ห้อหนึ่งที่มีการโฆษณาตามสื่อต่าง ๆ ทั้งนี้ นิตยสารทีวี วิทยุ นพ.พิพัฒน์ แสดงทรรศนะว่า ล้วนแต่เป็นการโฆษณาอาหารโดยไม่ได้รับอนุญาตทั้งสิ้น ซึ่งที่ผ่านมามีทาง อย. ได้ทำการปรับไปแล้วหลายครั้งมาก ดังนั้นขอฝากเตือนไปยังสื่อประเภทต่าง ๆ ก่อนลงโฆษณา ควรตรวจสอบก่อนว่าได้รับอนุญาตจาก อย. หรือไม่

ด้าน “น้องอวบ” (นามสมมุติ) อายุ 28 ปี สูง 150 เซนติเมตร น้ำหนัก 49 กิโลกรัม กล่าวว่าเป็นคนหนึ่งที่กินกาแฟที่มีการโฆษณาอวดอ้างสรรพคุณว่าสามารถลดน้ำหนักได้ เพราะพี่ชายก็อ้วนเหมือนกัน แล้วได้ข้อมูลจากเพื่อนที่เป็นพยาบาลแนะนำมา เนื่องจากพยาบาลคนดังกล่าวบอกว่า ได้ซื้อให้สามีกินอยู่แล้วได้ผล พี่ชายก็เลยลองซื้อมากิน หนูก็เลยซอกินด้วย แต่เนื่องจากกาแฟที่พี่ชายซื้อมาเป็นคอลลาเจน ก็เลยไม่ชอบเพราะกลิ่นเหม็น จึงไปซื้อแบบโกโก้มาซอกิน หลังจากกินไปได้ 2 ขวด เพื่อนสนิทเห็นเข้าแล้วมาค้ำว่าไว้ เรื่องแค่นี้ยังถูกหลอกอีก หลังจากนั้นก็เลยเลิกกินส่วนที่เหลือก็ทิ้งไป.