

## ยาเสพติด 8 ชนิด ใช้เพื่อการรักษา

เมื่อวันที่ 9 มกราคม นายบุญยชีรี พานิช ประไพ เลขานุการรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ให้สัมภาษณ์ว่า นายจรินทร์ ลักษณวิศิษฏ์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข เมื่อวันที่ 20 พฤศจิกายน 2553 กำหนดชนิดและจำนวนยาเสพติดให้โทษในประเภท 2 ที่นำมาใช้ในทางการแพทย์เช่น ใช้ในการระงับอาการปวด และใช้ในการผ่าตัด และทางวิทยาศาสตร์ทั่วประเทศ ประจำปี 2554 ซึ่งเป็นไปตามพระราชบัญญัติ (พ.ร.บ.) ยาเสพติดให้โทษ 2522

นายบุญยชีรีกล่าวว่า ชนิดและจำนวนยาเสพติดให้โทษในประเภท 2 ตามประกาศดังกล่าว มี 8 รายการ ประกอบด้วย 1.โคคาอิน (Cocaine) 2 กิโลกรัม 2.โคเดอีน (Codeine) 700 กิโลกรัม 3.ดิเฟนออกไซเลต (Diphenoxylate) 50 กิโลกรัม 4.เฟนทานิล (Fentanyl) 2 กิโลกรัม 5.ฝิ่นยา (Medicinal Opium) 1,200 กิโลกรัม 6.เมทาโดน (Methadone) 100 กิโลกรัม 7.มอร์ฟีน (Morphine) 250 กิโลกรัม และ 8.เพทิดีน (Pethidine) 200 กิโลกรัม โดยสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) จะควบคุมการรับ การจ่าย การเก็บรักษา และรายงานต่อคณะกรรมการควบคุมยาเสพติดให้โทษทุก 6 เดือน

มติชน ปีที่ 36 ฉบับที่ 12002 วันพุธที่ 19 มกราคม พุทธศักราช 2554 หน้า 10



**สองโรค  
โยสุขภาพ**

**น้ำมันหมูเสี่ยง**

**หลอดเลือดหัวใจตีบ**

**ท**หลังจากน้ำมันพืชปรับขึ้นราคา พบว่ามีผู้บริโภคบางส่วนหันไปบริโภคน้ำมันหมูแทน ซึ่งถือเป็นพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อสุขภาพอย่างยิ่ง เนื่องจากน้ำมันหมูประกอบด้วยกรดไขมันชนิดอิ่มตัว ที่ทำให้คอเลสเตอรอลในเลือดสูง

นายสง่า ดามาพงษ์ ผู้จัดการโครงการพัฒนาโภชนาการสมวัย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ระบุว่า สถานการณ์การบริโภคน้ำมันของคนไทยมีแนวโน้มสูงขึ้น เนื่องจากคนไทย

กินของผัดและของทอดสูงชัน จากปกติควรจะได้รับน้ำมันจากการกินไม่เกิน 6 ช้อนชาต่อวัน ซึ่งหากบริโภคเกินขนาดก็น่าไปใช้ไม่หมด จนเกิดปัญหาอ้วนลงพุง โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน โรคคอหอย ฯลฯ ดังนั้น ควรลดกินของผัดและทอด หันมากินของต้ม อย่าง ยำ อบและนึ่งแทน และไม่ต้องห่วงว่าร่างกายจะขาดน้ำมัน เพราะคนไทยหาน้ำมันอย่างอื่นมาทดแทนให้ร่างกายได้หลายทาง เช่น กะทิ และเนื้อสัตว์

นอกจากน้ำมันหมูที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพแล้ว ยังมีน้ำมันทางเลือกอื่นอีกจำนวนมากที่ดีต่อสุขภาพ สามารถใช้บริโภคแทนน้ำมันปาล์มที่ราคาสูงได้ เช่น น้ำมันกรดไขมันไม่อิ่มตัวชนิดโมโน เป็นกรดไขมันชนิดดี ไม่เพิ่มคอเลสเตอรอลในเลือด พบมากในน้ำมันมะกอก พบปานกลางในน้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด

และน้ำมันดอกทานตะวัน และน้ำมันกรดไขมันไม่อิ่มตัวชนิดโพลี เป็นกรดไขมันชนิดดีปานกลาง เช่น กรดไลโนเลอิก ซึ่งจะช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือดลงได้บ้าง มีในน้ำมันรำข้าวพอสสมควรร