



๘โรคอันตรายภัยหนาว

กระทรวงสาธารณสุขได้ทำการเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด พร้อมประกาศเตือนให้ประชาชนระมัดระวัง ๘ โรคอันตรายที่มากับภัยหนาว ได้แก่ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ โรคปอดบวม โรคหัด โรคหัดเยอรมัน โรคไข้สวก โรคอุจจาระร่วง และโรคไข้หวัดนก.

โดย ๗ โรคแรกมักเกิดขึ้นในเด็กเล็กและผู้สูงอายุ เนื่องจากว่า ๒ กลุ่มนี้มีภูมิคุ้มกันโรคน้อย

ฉะนั้น จึงต้องดูแลร่างกายเป็นพิเศษ ทำร่างกายให้อบอุ่น ไม่อยู่ในที่แออัด หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ที่เจ็บป่วย.

สำหรับโรคไข้หวัดนก จะเป็นกับผู้ใกล้ชิดกับไก่ สัตว์ปีก ไก่ที่ป่วยหรือมูลไก่ที่มีเชื้อ และโรคไข้หวัดนกดังกล่าวจะต้องมีการเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด โดยให้สังเกตสัตว์ปีกในบ้าน หากป่วยหรือตายผิดปกติ ต้องรีบแจ้งอสม. ผู้ใหญ่บ้าน เจ้าหน้าที่เกษตร เจ้าหน้าที่สถานีอนามัยทันที และหากใครป่วยจากโรคไข้หวัดใหญ่ และได้สัมผัสสัตว์ปีก ขอให้รีบไปพบแพทย์โดยด่วนด้วย.

นอกจากนี้ด้วยความห่วงใยในสุขภาพของประชาชน กระทรวงสาธารณสุขจึงอยากให้ประชาชนดูแลสุขภาพตนเอง โดยการหมั่นออกกำลังกายให้สม่ำเสมอ อย่างน้อยอาทิตย์ละ ๓ วัน วันละ ๓๐ นาที และใส่เสื้อผ้าที่อบอุ่น โดยเฉพาะเด็กและผู้สูงอายุ ต้องระวังให้มากเป็นพิเศษ

✓ นมแกะต้านอัลไซเมอร์

ปัจจุบันโรคอัลไซเมอร์เป็นโรคที่คุกคามวิถีชีวิตผู้คนไม่เฉพาะวัยสูงอายุ แต่ยังรวมถึงวัยกลางคนและในบางกรณีเกิดขึ้นกับรุ่นหนุ่มสาว โดยยังไม่สามารถหาสาเหตุแน่ชัดที่ทำให้เกิดโรคนี้ วงการแพทย์ทั่วโลกจึงพยายามค้นคว้าหาสิ่งต่างๆ ที่สามารถต่อต้านและป้องกันกาเกิดอัลไซเมอร์อยู่ตลอดเวลา นักวิทยาศาสตร์ออสเตรเลีย นำโดยลูอิส เบนนิทท์ กล่าวว่า โปรตีนหรือสารประกอบเปปไทด์ที่พบในน้ำนมแกะที่ชื่อ โคลอสตรินิน ซึ่งค้นพบโดยนักวิจัยชาวโปแลนด์ มีคุณสมบัติทำให้จิตใจสงบและมีประโยชน์ต่อสุขภาพ ที่สำคัญสามารถต้านการเกิดอัลไซเมอร์ได้.

“สารประกอบเปปไทด์จากน้ำนมแกะ สามารถเชื้อจางคราบเบต้าที่เรียกที่สามารถพัฒนาไปสู่โรคอัลไซเมอร์ได้ และมีความเป็นไปได้ว่าจะมีสารประกอบเปปไทด์ที่คล้ายคลึงกันนี้ในนมวัวด้วย” เบนนิทท์กล่าว.

ขณะนี้นักวิจัยโปแลนด์ทำการสกัดโคลอสตรินินออกมาจากน้ำนมของแกะตัวเมียที่โตเต็มที่และส่งต่อไปอัดเป็นเม็ดที่เยอรมัน ก่อนจะถูกส่งกลับไปเพื่อใช้ในการทดลองทางการแพทย์ที่โปแลนด์ ซึ่ง

“รังนก 10 กระจุกคุณค่าเท่าไข่ต้มใบเดียว” มิติชุมชน. 1, 7 (ก.ค. 2548) 22.

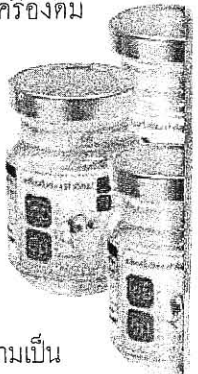


รังนก 10 กระจุก คุณค่าเท่า ไข่ต้มใบเดียว

กมล.คัมภีร์ของผู้บริโภคตั้งคณะทำงานศึกษาวิจัย ชูศักดิ์ มีประโยชน์จริงหรือเทียบรังนก ๑๐ กระจุกมีประโยชน์เท่ากับไข่ต้ม ๑ ใบ พวงชาเขียว อย.เผยขอความร่วมมือไม่ตั้งตู้ขายในโรงเรียน.

นายวิชาญ มีนชัยนันท์ ส.ส.กทม. พรรคไทยรักไทย ในฐานะประธานคณะกรรมการการคุ้มครองผู้บริโภคสภาผู้แทนราษฎร แถลงว่าที่ประชุมกรรมการได้พิจารณาเครื่องดื่มประเภทรังนก เนื่องจากใน

เครื่องดื่มรังนกมีเปลือกไม้ลักษณะคล้ายวุ้นเป็นส่วนผสมอยู่ด้วย แต่อัตราส่วนของรังนกมีอยู่ประมาณ ๐.๑ เปอร์เซ็นต์ ถือว่าน้อยมาก สิ่งที่กรรมการมีความเป็นห่วงมากคือไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย หากเปรียบเทียบจะพบว่ารังนก ๑๐ กระจุก เท่ากับรับประทานไข่ต้มเพียงใบเดียว.



นายวิชาญ กล่าวว่า กรรมการจึงมีมติตั้งคณะทำงานขึ้นมาคณะหนึ่ง โดยมี นพ.เจดิมชัย เครืองาม เป็นประธาน เพื่อศึกษาเรื่องดังกล่าว รวมทั้งประเภทซูเปอร์ฟู้ดต่างๆ ด้วยว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายจริงหรือไม่ นอกจากนี้ ยังได้ติดตามผลการศึกษาเครื่องดื่มประเภทชาที่มีราคาค่อนข้างสูง แม้ผู้ประกอบการจะลดขนาดของขวดให้เล็กลงแต่ราคายังคงเดิม.

ทั้งนี้ จากการเชิญองค์การอาหารและยา (อย.) มาชี้แจงเรื่องดังกล่าวยังระบุว่าไม่บริโภคชาเขียว เพราะรู้ว่าชาเขียวไม่มีประโยชน์แต่ก็ยังให้ดื่ม พร้อมทั้งได้ทำหนังสือไปถึงโรงเรียนทุกแห่งเพื่อขอความร่วมมือไม่ให้ติดตั้งเครื่องเพื่อขายเครื่องดื่มดังกล่าวด้วย