



ที่ ปน ๐๐๓๗.๒/ว ๓๒๕๓

ถึง ส่วนราชการสังกัดกระทรวงมหาดไทย อำเภอทุกอำเภอ องค์การบริหารส่วนจังหวัดปัตตานี
เทศบาลเมืองปัตตานีและเทศบาลเมืองตะลัน

ตามที่ นายกรัฐมนตรี (พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา) ได้มีข้อสั่งการในคราวประชุม
คณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๑ วันที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๖๑ และมติคณะรัฐมนตรีวันที่
๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๒ ให้กระทรวงมหาดไทยเป็นหน่วยงานหลักในการประสานงานและเร่งรัดการดำเนินการ
สร้างการรับรู้เกี่ยวกับการดำเนินนโยบายสำคัญของรัฐบาล เพื่อทำความเข้าใจและนำไปถ่ายทอดหรือเผยแพร่
ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติและประชาชนในระดับพื้นที่ให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง โดยพิจารณาใช้ช่องทางการ
เผยแพร่ที่หลากหลายเหมาะสมตามแต่ละกรณี และกระทรวงมหาดไทยได้แจ้งให้จังหวัดดำเนินการแต่งตั้ง
คณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) และระดับ
อำเภอ/ท้องถิ่น (ทีม Admin อำเภอ/ท้องถิ่น) และให้กำกับและติดตามผลการดำเนินการการสร้างการรับรู้
สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอท้องที่ และท้องถิ่นตามที่กำหนด นั้น

เพื่อให้การสร้างการรับรู้สู่ชุมชนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ จังหวัดปัตตานีขอความร่วมมือ
ท่านดำเนินการสร้างการรับรู้ข้อมูลข่าวสารเพื่อการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๕/๒๕๖๖ ผ่านทางหอกระจายข่าวและ
ช่องทางการเผยแพร่อื่นๆ อย่างต่อเนื่อง และเข้าถึงประชาชนทุกหมู่บ้าน/ชุมชนโดยสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสาร
เพื่อการสร้างการรับรู้ ได้ที่ เว็บไซต์กองสารนิเทศ สป.หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน” สำหรับอำเภอให้แจ้ง
องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ทราบด้วย ทั้งนี้ สำนักงานจังหวัดปัตตานี ได้เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารผ่านทาง
เว็บไซต์จังหวัดปัตตานี http://www.pattani2018.pattani.go.th/news_form/showList?cid=38 และทาง Line กลุ่ม
“ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” ของจังหวัดปัตตานี ด้วยแล้วอีกทางหนึ่ง ตาม QR code ท้ายหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป



สำนักงานจังหวัดปัตตานี
กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลเพื่อการพัฒนาจังหวัด
โทร./โทรสาร ๐-๗๓๓๔-๘๐๐๒ สป.มท. ๗๔๖๕๗



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๑.	ธนาคารแห่งประเทศไทยและสมาคมธนาคารไทย ชี้แจงกรณีผู้เสียหายร้องเรียนจากเหตุการณ์ใช้งานสายชาร์จปลอม แล้วถูกดูดข้อมูลและโอนเงินออกจากบัญชี	กระทรวงการคลัง	-
๒.	สรรพากรแนะประชาชน โทร ๑๖๑๑ สอบถามข้อเท็จจริงอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพ	กระทรวงการคลัง	-
๓.	ออมสินเตือนประชาชนเพิ่มความระมัดระวัง หลังมีผู้เสียหายมากขึ้นจากมิจฉาชีพใช้กลอุบายหลอกลวงสารพัดรูปแบบ	กระทรวงการคลัง	-
๔.	การป้องกันตนเองจากมลพิษทางอากาศ PM ๒.๕	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	น้ำมันทอดซ้ำ อันตราย ไม่ควรมองข้าม	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้นเฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๔ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๖ วันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน ธนาคารแห่งประเทศไทยและสมาคมธนาคารไทย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง ธนาคารแห่งประเทศไทย

ช่องทางการติดต่อ ธนาคารแห่งประเทศไทย โทรศัพท์ : ๐-๒๒๘๓-๕๓๕๓

๑) หัวข้อเรื่อง ธนาคารแห่งประเทศไทยและสมาคมธนาคารไทย ชี้แจงกรณีผู้เสียหายร้องเรียนจากเหตุการณ์ใช้งานสายชาร์จปลอมแล้วถูกดูดข้อมูลและโอนเงินออกจากบัญชี

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เรื่อง ธนาคารแห่งประเทศไทยและสมาคมธนาคารไทย ชี้แจงกรณีผู้เสียหายร้องเรียนจากเหตุการณ์ใช้งานสายชาร์จปลอมแล้วถูกดูดข้อมูลและโอนเงินออกจากบัญชี

แถลงข่าวร่วมธนาคารแห่งประเทศไทยและสมาคมธนาคารไทย ชี้แจงกรณีผู้เสียหายร้องเรียนจากเหตุการณ์ใช้งานสายชาร์จปลอมแล้วถูกดูดข้อมูลและโอนเงินออกจากบัญชี

ตามที่ปรากฏข่าวพบผู้เสียหายจากการใช้งานสายชาร์จปลอมแล้วถูกดูดข้อมูลและโอนเงินออกจากบัญชี นั้น ธนาคารแห่งประเทศไทย (ธปท.) ได้หารือสมาคมธนาคารไทย เพื่อตรวจสอบกรณีดังกล่าวแล้ว พบว่ามีได้เกิดจากการใช้งานสายชาร์จปลอม แต่เกิดจากผู้เสียหายถูกมิจฉาชีพหลอกลวงให้ติดตั้งแอปพลิเคชันปลอมที่แฝงมัลแวร์ ทำให้มิจฉาชีพล่วงรู้ข้อมูลการทำธุรกรรมของลูกค้า และควบคุมเครื่องโทรศัพท์เพื่อสวมรอยทำธุรกรรมแทนจากระยะไกล เพื่อโอนเงินออกจากบัญชี โดยอาจเลือกทำธุรกรรมในช่วงเวลาที่ผู้เสียหายไม่ได้ใช้งานโทรศัพท์

ปัจจุบัน มิจฉาชีพมีวิธีหลอกลวงหลายรูปแบบ อาทิ SMS หลอกลวง แก๊งคอลเซ็นเตอร์ และแอปพลิเคชันให้สินเชื่อปลอม เป็นต้น และมีการปรับเปลี่ยนอย่างต่อเนื่อง โดยล่าสุดใช้การหลอกลวงให้ติดตั้งแอปพลิเคชันปลอมที่แฝงมัลแวร์ ซึ่ง ธปท. ได้ดำเนินการเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา โดยการออกมาตรการต่างๆ ให้สถาบันการเงินต้องปฏิบัติ และร่วมกับกระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม สำนักงาน กสทช. สำนักงาน ปปง. และสำนักงานตำรวจแห่งชาติ เพื่อดำเนินการต่าง ๆ ได้แก่

- ปรับปรุงพัฒนาระบบรักษาความปลอดภัยบน Mobile Banking อย่างต่อเนื่อง
- ปิดกั้นเว็บไซต์หลอกลวง และตัดการเชื่อมต่อกับเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มิจฉาชีพใช้ควบคุมเครื่องผู้เสียหายจากระยะไกล
- แก้ไขปัญหา SMS หลอกลวง ที่แอบอ้างชื่อเป็นสถาบันการเงิน
- จัดให้มีช่องทางการรับแจ้งความออนไลน์เพื่อให้ประชาชนแจ้งความได้สะดวกและอายัดบัญชีได้รวดเร็วขึ้น
- ประชาสัมพันธ์สร้างการตระหนักรู้ แจ้งเตือนภัย และให้คำแนะนำประชาชนอย่างต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตาม สถาบันการเงินจำเป็นต้องพัฒนาเครื่องมือและการตอบสนองให้เท่าทันอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการพัฒนากลไกความร่วมมือกับผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยงานภาครัฐและเอกชนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และขอความร่วมมือจากประชาชนเพิ่มความระมัดระวัง เพื่อมิให้ตกเป็นเหยื่อมิจฉาชีพ โดยสามารถป้องกันภัยในเบื้องต้นได้ ดังนี้

๑. ไม่คลิกลิงก์จาก SMS LINE และ อีเมลที่มีแหล่งที่มาที่ไม่รู้จักหรือไม่น่าเชื่อถือ
 ๒. ไม่ดาวน์โหลดโปรแกรม นอกเหนือจากแหล่งที่ได้รับการควบคุมและรับรองความปลอดภัยจากผู้พัฒนา ระบบปฏิบัติการที่เป็น Official Store อาทิ Play Store หรือ App Store เท่านั้น
 ๓. อัปเดต Mobile Banking ให้เป็นเวอร์ชันล่าสุดอยู่เสมอ หรือตั้งค่าให้มีการอัปเดตแบบอัตโนมัติ ซึ่งจะมีมาตรการป้องกันการควบคุมเครื่องทางไกลรวมถึงมีการปรับปรุงพัฒนาระบบรักษาความมั่นคงปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ
 ๔. ไม่ใช้เครื่องโทรศัพท์มือถือที่ไม่ปลอดภัยมาทำธุรกรรมทางการเงิน อาทิ เครื่องที่ปลดล็อก (root/jailbreak) เพื่อให้สามารถติดตั้งแอปพลิเคชันใด ๆ ก็ได้ หรือใช้เครื่องที่มีระบบปฏิบัติการล้าสมัย เป็นต้น
 ๕. ร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการให้ข้อมูลที่ถูกต้อง เพื่อให้การติดตามแก้ไขปัญหาเป็นไปอย่างรวดเร็ว และหากลูกค้าธนาคารพบธุรกรรมผิดปกติ สามารถติดต่อคอลเซ็นเตอร์หรือสาขาของธนาคารที่ลูกค้าใช้งาน เพื่อแจ้งตรวจสอบและยืนยันความถูกต้องของธุรกรรมในทันที โดยธนาคารจะดูแลแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นโดยเร็วที่สุด
- ทั้งนี้ ธปท. ได้เน้นย้ำให้สถาบันการเงินมีมาตรการดูแลลูกค้าทุกรายอย่างเต็มที่ตามขั้นตอนปฏิบัติที่กำหนด ซึ่งหากได้ตรวจสอบและพิสูจน์พบว่าลูกค้าไม่มีส่วนเกี่ยวข้องในการให้ข้อมูลส่วนตัว สถาบันการเงินต้องรีบพิจารณาช่วยเหลือและดูแลความเสียหายของลูกค้าโดยเร็วภายใน ๕ วัน โดยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธนาคารแห่งประเทศไทย โทร. ๐-๒๒๘๓-๕๓๕๓

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๖ วันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน กรมสรรพากร

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมสรรพากร

ช่องทางการติดต่อ กรมสรรพากร โทรศัพท์ : ๐-๒๒๗๒-๙๕๓๐

๑) หัวข้อเรื่อง สรรพากรแนะประชาชน โทร ๑๖๑ สอบถามข้อเท็จจริง อย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง สรรพากรแนะประชาชน โทร ๑๖๑ สอบถามข้อเท็จจริง อย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพ

เนื่องจากช่วงเดือนมกราคมถึงเดือนมีนาคมของทุกปี จะเป็นกำหนดเวลายื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ภ.ง.ด.๙๐/๙๑ ทำให้มีมิจฉาชีพฉวยโอกาสในช่วงเวลานี้ แอบอ้างเป็นเจ้าหน้าที่กรมสรรพากรติดต่อประชาชน พร้อมทั้งอ้างว่าโทรมาแจ้งเตือนและติดตามการชำระภาษี ก่อนแอดไลน์และส่งลิงค์แอปพลิเคชันให้ดาวน์โหลดโดยให้เหตุผลว่า เพื่อตรวจสอบข้อมูลรายได้และเสียภาษีผ่านแอปพลิเคชันดังกล่าว ก่อนจะทำการโจรกรรมเงินในบัญชีธนาคารของประชาชน ซึ่งในบางกรณีมีการปลอมแปลงเอกสารราชการเพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถืออีกด้วย

กรมสรรพากร จึงขอแนะนำให้พี่น้องประชาชนที่ได้รับการติดต่อจากผู้ที่แอบอ้างว่าเป็นเจ้าหน้าที่สรรพากร แจ้งให้ดำเนินการในเรื่องใดก็ตาม ขอให้โทรมาสอบถามข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวที่ศูนย์สารสนเทศสรรพากร โทร. ๑๖๑๑ เพื่อป้องกันการตกเป็นเหยื่อของมิจฉาชีพ ที่แอบอ้างเป็นเจ้าหน้าที่สรรพากร อย่างไรก็ตามในช่วงเวลาการยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา มีผู้ขอรับบริการเป็นจำนวนมาก ประชาชนสามารถสอบถามไปยังช่องทางอื่นๆ อาทิ สำนักงานสรรพากรพื้นที่ หรือ สำนักงานสรรพากรพื้นที่สาขาใกล้บ้านท่านทุกแห่งทั่วประเทศ

ทั้งนี้ สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์สารสนเทศสรรพากร กรมสรรพากร โทร. ๑๖๑๑

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๕ / ๒๕๖๖ วันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน ธนาคารออมสิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง ธนาคารออมสิน

ช่องทางการติดต่อ ธนาคารออมสิน โทร. ๑๑๑๕

- ๑) หัวข้อเรื่อง ออมสินเตือนประชาชนเพิ่มความระมัดระวัง หลังมีผู้เสียหายมากขึ้นจากมิจฉาชีพใช้กลอุบายหลอกลวงสารพัดรูปแบบ
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ออมสินเตือนประชาชนเพิ่มความระมัดระวัง หลังมีผู้เสียหายมากขึ้นจากมิจฉาชีพใช้กลอุบายหลอกลวงสารพัดรูปแบบ

รายงานข่าวจากธนาคารออมสิน แจ้งว่า ขณะนี้ได้มีกลุ่มมิจฉาชีพใช้กลอุบายหลากหลายสารพัดรูปแบบหลอกลวงประชาชนทำให้มีผู้เสียหายเพิ่มมากขึ้น ทั้งการส่งข้อความเข้าโทรศัพท์ มือถือล่อลวงว่าได้รับเงินรางวัลฟรีโดยให้กดลิงก์เพื่อดูข้อมูลและเงินในบัญชี หรือ การแอบอ้างชื่อและโลโก้ของธนาคารทำโฆษณาหลอกลวงบนโซเชียลมีเดีย หากหลงเชื่อลงทะเบียนผ่านช่องทางต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น Facebook Line ทางโทรศัพท์มือถือ ทั้งที่เป็นส่งมาทางข้อความหรือแก็งคอลเซ็นเตอร์โทร.เข้า ประชาชนจะสูญเสียเงินแบบไม่ทันตั้งตัว โดยที่ธนาคารหรือหน่วยงานรัฐ ไม่อาจช่วยเหลือป้องกันใด ๆ ได้ทัน

ดังนั้น จึงขออย่าเตือนให้ลูกค้าและประชาชนเพิ่มความระมัดระวังให้มากยิ่งขึ้น ไม่พูดคุยโทรศัพท์กับคนที่ไม่รู้จัก อย่าหลงเชื่อกดรับสิทธิ์จากลิงก์เงินกู้ผ่าน SMS หรือ Line ในเฟซบุ๊ก ไม่ดาวน์โหลดโปรแกรมนอกเหนือจากแหล่งที่ได้รับการควบคุมและรับรองความปลอดภัยจากผู้พัฒนาระบบปฏิบัติการที่เป็น Official Store อาทิ Play Store หรือ App Store ไม่กรอกข้อมูลส่วนตัว เลขรหัส OTP เลขที่บัญชีเงินฝาก เลขบัตรประจำตัวประชาชนในแอปพลิเคชันที่ส่งมาให้โดยที่ไม่รู้จักเด็ดขาด อัปเดต Mobile Banking ให้เป็นเวอร์ชันล่าสุดอยู่เสมอ และขออย่าอีกครั้งว่าธนาคารไม่มีนโยบายสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลจากลูกค้า และไม่มีนโยบายแจ้งอนุมัติสินเชื่อให้ทำรายการผ่าน SMS หรือ Line ในเฟซบุ๊ก ทั้งนี้ ธนาคารได้มีการปรับปรุงพัฒนาระบบรักษาความปลอดภัยบน Mobile Banking อย่างต่อเนื่อง ขอให้สังเกต Line Official Account ของจริงจะปรากฏโลโก้สีเขียวหรือโลโก้สีน้ำเงินตรงกลางมีดาวสีขาว และขอให้ประชาชนติดตามข่าวสารที่ถูกต้องผ่านช่องทางต่างๆ ของธนาคารออมสิน อาทิ เว็บไซต์ธนาคารออมสิน www.gsb.or.th, แอปพลิเคชัน MyMo , Social Media ช่องทาง GSB Society , GSB NOW หากผู้ใดพบพฤติกรรมเป็นที่น่าสงสัยไปในทางแอบอ้างหรือทุจริตหลอกลวง ให้รีบแจ้งธนาคารทาง GSB Contact Center โทร.๑๑๑๕

สำหรับประชาชนที่ได้รับความเดือดร้อนเกี่ยวกับอาชญากรรมทางเทคโนโลยี สามารถขอคำแนะนำได้ที่ กองบัญชาการตำรวจสืบสวนสอบสวนอาชญากรรมทางเทคโนโลยี (บช.สอท.) โทร.๑๔๔๑ (ตลอด ๒๔ ชั่วโมง) และเพื่อความรวดเร็วในการยับยั้งความเสียหายและติดตามผู้ก่อเหตุควรแจ้งความ Online ทางเว็บไซต์สำนักงานตำรวจแห่งชาติ <https://www.thaipoliceonline.com> ทั้งนี้จะทำให้เจ้าหน้าที่ตำรวจสามารถประสานงานไปยังธนาคารที่เกี่ยวข้องได้โดยเร็ว

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๕/ ๒๕๖๖ วันที่ ๖ มกราคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมการแพทย์

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐๒๕๕๐๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง การป้องกันตนเองจากมลพิษทางอากาศ PM ๒.๕

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง การป้องกันตนเองจากมลพิษทางอากาศ PM ๒.๕

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะการป้องกันตนเองจากมลพิษทางอากาศ PM ๒.๕ ดังนี้

✓ สวมหน้ากาก N๙๕ ป้องกันฝุ่น หากไม่มีให้สวมหน้ากากอนามัยต้องใส่ให้ถูกวิธี คือ คลุมจมูก ลงมาได้ถึงใต้คาง และต้องแนบสนิทกับใบหน้า

✓ ทำความสะอาดบ้านบ่อยๆ ลดการสะสมของฝุ่นภายในบ้าน

✓ ควรติดตามข้อมูลข่าวสารด้านมลพิษทางอากาศเป็นประจำ

✓ หากมีอาการผิดปกติ เช่น ไอ เหนื่อย แน่นหน้าอก ควรปรึกษาแพทย์ทันที

X หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น PM ๒.๕ เช่น เผาขยะ เผาหญ้า การจอดรถติดเครื่องยนต์ไว้เป็นเวลานาน และหมั่นตรวจเช็คสภาพรถยนต์ให้อยู่ในสภาพปกติไม่ก่อควันดำ

X หลีกเลี่ยงกิจกรรมนอกบ้าน ในบริเวณที่มีค่ามลพิษทางอากาศสูง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคปอดเรื้อรัง ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข โทรศัพท์ : ๐๒๕๕๐๑๔๐๑-๒



กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

การป้องกันตนเอง จากมลพิษทางอากาศ **PM 2.5**



สวมหน้ากาก N95 ป้องกันฝุ่น หากไม่มีให้สวมหน้ากากอนามัย
ต้องใส่ให้ถูกวิธี คือ คลุมมูกและมาถึงใต้คาง และต้องแนบสนิทกับใบหน้า



ทำความสะอาดบ้านบ่อยๆ ลดการสะสมของฝุ่นภายในบ้าน



ควรติดตามข้อมูลข่าวสารด้านมลพิษทางอากาศเป็นประจำ



หากมีอาการผิดปกติ เช่น ไอ เหนื่อย แน่นหน้าอก
ควรปรึกษาแพทย์ทันที



หลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น PM2.5 เช่น เพลิดเพลิน เพลิดเพลิน
การจอดรถติดเครื่องยนต์ไว้เป็นเวลานาน และหมั่นตรวจเช็ค
สภาพรถยนต์ให้อยู่ในสภาพปกติไม่ก่อควันดำ



หลีกเลี่ยงกิจกรรมนอกบ้าน ในบริเวณที่มีค่ามลพิษทางอากาศสูง
โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้สูงอายุ
ผู้ป่วยโรคปอดเรื้อรัง ผู้ป่วยโรคหัวใจและหลอดเลือด



ติดตามข้อมูลข่าวสารเพิ่มเติมที่ www.dms.moph.go.th ข้อมูลจาก สถาบันโรคทรวงอก กรมการแพทย์



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๕/ ๒๕๖๖ วันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐๒๕๙๐๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง น้ำมันทอดซ้ำ อันตราย ไม่ควรมองข้าม

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง น้ำมันทอดซ้ำ อันตราย ไม่ควรมองข้าม

น้ำมันทอดซ้ำ อันตรายที่ไม่ควรมองข้าม มีลักษณะ ดังนี้

- เหนียวข้น มีสีดำ, มีกลิ่นเหม็นหืน, มีฟอง และขณะทอดจะเกิดควันมากและมีกลิ่นไหม้

อันตรายจากสารในการใช้น้ำมันทอดซ้ำซึ่งอาจจะมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรค เช่น

- สารโพลาร์ : เสี่ยงต่อการเป็นโรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ
- สารโพลีไซคลิก อะโรมาติก ไฮโดรคาร์บอน (PAHs) : เสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็ง
- ไอระเหย : เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งปอด

ข้อควรสังเกตและหลีกเลี่ยงอาหารที่ทอดจากน้ำมันที่ทอดซ้ำ เช่น เกิดควันมากตอนทอด, มีกลิ่นไหม้, เหม็นหืน, ข้นหนืดผิดปกติ, มีสีดำคล้ำ, เกิดฟอง เป็นต้น และหากต้องปรุงเอง ไม่ควรใช้น้ำมันทอดอาหารซ้ำเกิน ๒ ครั้ง, อย่าซื้อน้ำมันที่ผ่านการใช้แล้วมาทอดต่อ และควรซื้อน้ำมันในภาชนะบรรจุที่มีฉลากชัดเจน และมีเลขสารบบอาหาร

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข โทรศัพท์ : ๐๒๕๙๐๑๔๐๑-๒



น้ำมันทอดซ้ำ อันตราย ที่ไม่ควรมองข้าม

มีลักษณะ...

เหนียวข้น มีสีดำ

มีกลิ่นเหม็นหืน

มีฟอง

ขณะทอดจะเกิดควันมาก
และมีกลิ่นไหม้



อันตรายอย่างไร?

น้ำมันทอดซ้ำจะมี	เสี่ยงโรค
สารโพลาร์	โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ
สารโพลีไซคลิก อะโรมาติก ไฮโดรคาร์บอน (PAHs)	โรคมะเร็ง
ไอระเหย	มะเร็งปอด

กินอย่างไร?

ควรสังเกตและหลีกเลี่ยง
อาหารที่ทอดจากน้ำมันที่

- เกิดควันมากตอนทอด
- มีกลิ่นไหม้
- เหม็นหืน
- ขันหนืดผิดปกติ
- มีสีดำคล้ำ
- เกิดฟอง



หากต้องปรุงเอง

- ไม่ควรใช้น้ำมันทอดอาหารซ้ำเกิน 2 ครั้ง
- อย่าซื้อน้ำมันที่ผ่านการใช้แล้วมาทอดต่อ
- ซื้อน้ำมันในภาชนะบรรจุที่มีฉลากชัดเจน
และมีเลขสารบบอาหาร



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration

ฉบับล่าสุด วันที่ 10/01/66
ผลิตโดย กองพัฒนาวิทยภาพผู้บริโภค



/FDATHAI