

# จุดสาร

สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
Office of the Alcohol Control Committee

ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 เดือนมกราคม - เดือนมีนาคม 2557



## ACC News

กิจกรรมการร่วมสัปดาห์  
งานวิชาการกรมควบคุมโรค

ความเห็นทางการแพทย์  
เกี่ยวกับข้อความคำเตือนบนฉลาก

แผนประกอบกิจการและนิเทศงาน 12 สคร.

ธรรมาภิบาลใน สคอ.

ท่องเที่ยวสุขใจ...เทศกาลไหนๆ ต้องไร้สุรา  
ทั้งคนนั่ง คนขับก็ห้ามนะจ๊ะ ...ผิดกฎหมาย



บุ๋มพยากรณ์ กับการไหว้พระประจำปีเกิด พร้อมดวงรายปักษ์



สวัสดีปีใหม่ครับ จุลสารสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ฉบับนี้เป็นฉบับต้อนรับปีใหม่ พ.ศ. 2557 ผมขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ทุกท่านนับถือ ตลอดจนพระบารมีของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ตลอดจนบุรพคุณของชาวไทยทุกพระองค์ ขอได้โปรดคุ้มครองทุกท่าน ตลอดจนสมาชิกในครอบครัวทุกคนให้มีสุขภาพแข็งแรง มีกำลังกาย กำลังใจ กำลังสติปัญญาที่จะปฏิบัติงานให้สำเร็จลุล่วงตามที่ตั้งใจไว้ทุกประการ ในช่วงเทศกาลอันเป็นที่น่ายินดีนี้ พวกเราที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คงจะเหน็ดเหนื่อยกันไม่น้อย เราเพิ่งผ่านพ้นช่วงรณรงค์ 7 วันอันตรายในช่วงเทศกาลปีใหม่มานอกจากนี้ยังต้อง

เตรียมตัวในการเฝ้าระวังการกระทำผิดกฎหมาย ในวันมาฆบูชาปีนี้ตรงกับวันที่ 14 กุมภาพันธ์ซึ่งเป็นวันวาเลนไทน์ตามคติความเชื่อทางศาสนาคริสต์ เป็นวันที่นักบุญวาเลนไทน์ได้พลีชีพเพื่อศาสนา คริสตศาสนิกชนจึงได้พร้อมใจกันจัดงานรำลึกถึงความรัก ความเสียสละ ความกล้าหาญของนักบุญวาเลนไทน์ที่มีต่อศาสนา ต่อมาได้มีการขยายความหมายเป็นความรักระหว่างหนุ่มสาว และเกิดค่านิยมที่เบี่ยงเบนไปจากเดิม วันมาฆบูชาเป็นวันสำคัญทางศาสนาที่พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 กำหนดให้เป็นวันห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จึงขอเชิญชวนประชาชนไทยทุกคนร่วมมือกันปฏิบัติตามประเพณีอันดีงามของไทยแต่ก่อนมา

จุลสารฉบับนี้ มีเนื้อหาสาระที่น่าจะเป็นประโยชน์แก่การทำงาน เช่น การแจ้งข่าว หรือการประสานงานต่างๆ ที่ภาคเครือข่ายจะสามารถใช้เป็นประโยชน์

หวังว่าทุกท่านคงได้ใช้ประโยชน์จากเนื้อหาที่ได้นำเสนอ สุดท้ายนี้คงต้องขอฝากการวางแผนเพื่อรองรับการดำเนินงานในช่วงเทศกาลสงกรานต์ ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่มีการกระทำผิดกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และกฎหมายที่เกี่ยวข้องสูง รวมทั้งผลกระทบจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะปรากฏชัดเจนผ่านทางจำนวนผู้ได้รับบาดเจ็บและเสียชีวิตจากทุกสาเหตุที่มีต้นเหตุจากการดื่มแอลกอฮอล์ ขอฝากภารกิจที่หนักและสำคัญยิ่งนี้ไว้ในมือพวกเราทุกคนครับ

นพ.สมาน พุตระกูล

ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

## บรรณาธิการ Say



ร้อนๆๆๆๆ ตอนนี้อคงจะไม่มีคำใดเหมาะสมกับสภาพของบ้านเมืองเราตอนนี้เท่ากับคำนี้แน่นอน แต่ท่านผู้อ่านที่เคารพคะ ทีมบรรณาธิการแ่วมาว่าทางกรมควบคุมโรคแจ้งมาว่า หน้าร้อนนี้ก็มีโรคที่สำคัญๆ และก็อันตรายมากๆ นะคะ

ยังโง่เสียทุกท่านก็ติดตามข่าวสาร และหมั่นดูแลสุขภาพ ออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่ปรุงสุก เพราะโรคที่มากับอาหารการกินมักจะเกิดมากในช่วงนี้ทั้งนั้น ฉบับที่ 1 ในปี 2557 นี้ได้รับคำแนะนำจากทีมภาคีเครือข่ายมากมายนะคะ โดยฉบับนี้ค่อนข้างแตกต่าง ยังคงครบครันเช่นเดิม แต่ขอเพิ่มเกมให้ทุกท่านได้มีโอกาสร่วมสนุก โดยทีมบรรณาธิการได้เตรียมของที่ระลึกน่ารักไว้ให้แฟนๆ อย่างทั่วถึงนะคะ แต่อย่าลืมนะคะ “ร่างกายปลอดโรค ชีวาปลอดภัย พฤติกรรมสุขภาพถูกอนามัย ห่างไกลสุรา”



# กิจกรรมสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดย กลุ่มยุทธศาสตร์และพัฒนางองค์กร

กิจกรรมที่ 1 การประชุมเชิงปฏิบัติการจัดทำแผนประกอบกิจการของหน่วยงาน  
วันที่ 4 - 5 มีนาคม 2557 ณ ทับขวัญ รีสอร์ท แอนด์ สปา จังหวัดนนทบุรี



กิจกรรมที่ 2 การติดตามการดำเนินงานควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของสำนักงานป้องกันควบคุมโรค  
สคร. 6 ขอนแก่น วันที่ 12 มีนาคม 2557  
สคร. 7 อุบลราชธานี วันที่ 10 มีนาคม 2557  
สคร. 9 พิษณุโลก วันที่ 18 มีนาคม 2557  
สคร. 10 เชียงใหม่ วันที่ 21 มีนาคม 2557  
สคร. 12 สงขลา วันที่ 27 มีนาคม 2557



## สารบัญ

- 3 การประชุมจัดทำแผนประกอบกิจการ และการออกนิเทศงาน 12 สคร.
- 4 รายงานความเห็นทางการแพทย์กับข้อความคำเตือนฯ โดยกลุ่มพัฒนานกฎหมาย
- 5 ธรรมนูญ พื้นฐานการทำงาน โดยกลุ่มบริหารทั่วไป
- 7 เก็บมาฝาก โดยกลุ่มภาคีเครือข่ายและสื่อสารสาธารณะ
- 8 กิจกรรมการร่วมสัปดาห์งานวิชาการกรมควบคุมโรค
- 13 ปู่จำพยากรณ์ กับการไหว้พระประจำปีเกิด พร้อมดวงรายปักษ์

# รายงานความเห็นทางการแพทย์ “สุรา เป็นเหตุก่อมะเร็งได้” และ “สุราเป็นเหตุให้เชื้อสเลื่อมได้”

ด้วยมีความเห็นทางการแพทย์เกี่ยวกับข้อความคำเตือน ที่ประกอบภาพสัญลักษณ์ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ “สุรา เป็นเหตุก่อมะเร็งได้” และ “สุรา เป็นเหตุให้เชื้อสเลื่อมได้” ซึ่งทางราชวิทยาลัยจิตแพทย์ ราชวิทยาลัยศัลยแพทย์ และสมาคมศัลยแพทย์ระบบปัสสาวะแห่งประเทศไทย และแพทยสภา ได้ยืนยันว่า สุราเป็นเหตุให้เกิดอาการดังกล่าวตามที่กำหนดไว้จริง โดยสรุปดังนี้

- ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย มีหนังสือแจ้งว่าสุราเป็นเหตุให้เชื้อสเลื่อมได้จริง เนื่องจากสุรากล่อมการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง จึงทำให้เกิดความผิดปกติในการแข็งตัวของอวัยวะเพศของผู้ชายและมีผลทำให้ลดความเข้มข้นของฮอร์โมนเพศชาย (testosterone)
- ราชวิทยาลัยศัลยแพทย์แห่งประเทศไทย และสมาคมศัลยแพทย์ระบบปัสสาวะแห่งประเทศไทย ชี้แจงว่า สุราอาจเป็นเหตุให้เชื้อสเลื่อมได้ หากดื่มสุราเป็นจำนวนมาก จนมีผลต่อการทำงานของระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้ลดความต้องการทางเพศ และหย่อนสมรรถภาพทางเพศชั่วคราว นอกจากนี้ในผู้ที่ดื่มสุราติดต่อกันเป็นระยะเวลานานจนเกิดอาการพิษสุราเรื้อรัง จะส่งผลให้การทำงานของตับผิดปกติ ทำให้ระดับฮอร์โมนเพศชายลดลง และอาจมีผลทำให้เส้นประสาทที่ไปเลี้ยงองคชาติเสื่อมประสิทธิภาพซึ่งมีผลทำให้เสื่อมสมรรถภาพทางเพศได้
- แพทยสภาชี้แจงว่า การดื่มสุรามีความสัมพันธ์กับโรคมะเร็ง ดังต่อไปนี้ มะเร็งในช่องปาก มะเร็งคอหอย มะเร็งกล่องเสียง มะเร็งหลอดอาหาร มะเร็งตับ มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งเต้านม และการดื่มสุราทั้งในแง่การดื่มสุราครั้งเดียวเป็นจำนวนมากและการดื่มสุราต่อเนื่องเป็นเวลานานสามารถทำให้สมรรถภาพทางเพศลดลงได้

สรุปว่า การดื่มสุรามีความสัมพันธ์กับโรคมะเร็ง ดังต่อไปนี้ ได้แก่ มะเร็งในช่องปาก มะเร็งคอหอย มะเร็งกล่องเสียง มะเร็งหลอดอาหาร มะเร็งตับ มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งเต้านม

ตารางแสดงความเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งชนิดต่างๆ และการดื่มแอลกอฮอล์ โดยแจกแจงตามปริมาณแอลกอฮอล์ที่ได้รับต่อวัน แสดงค่าเป็นความเสี่ยงสัมพัทธ์ (relative risks) และค่าความเชื่อมั่นที่ 95% (95% confidence intervals)

| ชนิดของมะเร็ง     | จำนวนการศึกษา | จำนวนผู้ป่วย | ความเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งชนิดต่างๆ (95% CI)<br>ตามปริมาณแอลกอฮอล์ที่บริโภค |                  |                  |
|-------------------|---------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|
|                   |               |              | 25 กรัมต่อวัน                                                                  | 50 กรัมต่อวัน    | 100 กรัมต่อวัน   |
| ช่องปากและคอหอย   | 15            | 507          | 1.86 (1.76-1.96)                                                               | 3.11 (2.85-3.39) | 6.54 (5.76-7.24) |
| กล่องเสียง        | 20            | 3789         | 1.43 (1.38-1.48)                                                               | 2.02 (1.89-2.16) | 3.86 (3.42-4.35) |
| หลอดอาหาร         | 14            | 3233         | 1.39 (1.36-1.42)                                                               | 1.93 (1.85-2.00) | 3.59 (3.34-3.85) |
| เต้านม            | 24            | 32175        | 1.25 (1.20-1.29)                                                               | 1.55 (1.44-1.67) | 2.41 (2.07-2.80) |
| ตับ               | 8             | 1321         | 1.19 (1.12-1.27)                                                               | 1.40 (1.25-1.56) | 1.81 (1.50-2.19) |
| ลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย | 4             | 1420         | 1.09 (1.08-1.12)                                                               | 1.19 (1.14-1.24) | 1.42 (1.30-1.55) |
| ลำไส้ใหญ่         | 12            | 5360         | 1.05 (1.01-1.09)                                                               | 1.10 (1.03-1.08) | 1.21 (1.05-1.39) |





## กลุ่มบริหารทั่วไป

สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กำหนดจัดประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การเสริมสร้างบริหารจัดการที่ดีตามหลักธรรมาภิบาลและคุณธรรมจริยธรรม เมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2557 ณ ห้องประชุมธีระ รามสูต อาคาร 8 ชั้น 3 กรมควบคุมโรค ให้กับบุคลากรในหน่วยงาน เพื่อเสริมสร้างความรู้ในการนำธรรมาภิบาล ตามระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการสร้างระบบบริหารกิจการบ้านเมืองและสังคมที่ดี พ.ศ. 2542 มาใช้ในการปฏิบัติงาน อันประกอบด้วย หลักนิติธรรม หลักความโปร่งใส หลักการมีส่วนร่วม หลักความรับผิดชอบตรวจสอบได้ หลักความคุ้มค่า และหลักคุณธรรม ซึ่งเป็นแนวทางสำคัญในการจัดระเบียบในสังคมโดยเฉพาะภาครัฐเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และส่งผลถึงการปฏิบัติงานที่ดีและถูกต้องแก่ประชาชน ตลอดจนเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินงาน

นอกจากนี้ ยังมีการบรรยายเรื่องธาตุเจ้าเรือนและการออกกำลังกายด้วยท่าฤาษีตัดตน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกายที่ดีให้กับบุคลากร ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่จะส่งผลให้การปฏิบัติงานบรรลุตามเป้าหมาย



# โครงการอบรมและพัฒนาศักยภาพเครือข่ายเยาวชนในการเฝ้าระวังการละเมิดกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

กลุ่มภาคใต้เครือข่ายและสื่อมวลชนสาธารณะ

สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้มีกิจกรรมสำหรับเยาวชนในโรงเรียนต่าง ๆ เป็นโครงการอบรมและพัฒนาศักยภาพเครือข่ายเยาวชนในการเฝ้าระวังการละเมิดกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีวัตถุประสงค์ให้ผู้เข้ารับการอบรม มีความรู้เรื่อง โทษ พิษ ภัย ที่เกิดจากการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตลอดจนกฎหมายที่เกี่ยวข้อง นำไปสู่การลดผลกระทบ ลดปัญหาด้านสุขภาพ อุบัติเหตุ และปัญหาด้านสังคม มุ่งเน้นลดการเข้าถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้โดยง่ายในกลุ่มเยาวชน โดยได้ดำเนินการจัดกิจกรรมนี้ เมื่อวันที่ 6 - 8 มกราคม 2557 ณ สามพรานริเวอร์ไซด์ จังหวัดนครปฐม มีโรงเรียนเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ 8 โรงเรียนด้วยกัน คือ

- |                                                |                                      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. โรงเรียนบางบัวทอง                           | 2. โรงเรียนนนทบุรีพิทยาคม            |
| 3. โรงเรียนพระหฤทัยนนทบุรี                     | 4. โรงเรียนศรีบุญยานนท์              |
| 5. โรงเรียนพระแม่สกลสงเคราะห์                  | 6. โรงเรียนท่าอิฐศึกษา               |
| 7. โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) นนทบุรี | 8. วิทยาลัยเทคโนโลยีสยามบริหารธุรกิจ |

## ภาพกิจกรรม





# เก็บมาฝาก

## กลุ่มภาคีเครือข่ายและสื่อมวลชนฯ

กิจกรรมของกลุ่มภาคีเครือข่าย จัดประชุม 4 ภาค การประชุมเชิงปฏิบัติการจัดทำกรอบแนวคิด การดำเนินงาน วิเคราะห์ ทบทวนปัญหา และวางแผนการดำเนินการร่วมกับเครือข่ายตามข้อตกลงความร่วมมือฯ จัดประชุมมาแล้ว 2 ครั้ง

ครั้งที่ 1 ภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เมื่อวันที่ 20 ธันวาคม 2556 ณ โรงแรมเจ้าพระยาปาร์ค ถนนรัชดาภิเษก กรุงเทพมหานคร

ครั้งที่ 2 ภาคกลางและภาคใต้ เมื่อวันที่ 26 ธันวาคม 2556 ณ โรงแรมลองบีช ชะอำ อ.ชะอำ จ.เพชรบุรี





เรื่องของเรา....มาเล่าให้ฟัง

**We need to talk..... สร้าง สาน ขยาย ต่อ..... สู้ สู้**



เก็บมาเล่าต่อ...ระหว่างวันที่ 13-15 มีนาคม 2567 ณ โรงแรมอิมพีเรียล ครีนส์ปาร์ค กรุงเทพมหานคร กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ได้กราบทูลเชิญพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชทินนิตตามาตุเสด็จเป็นองค์ประธานพิธีเปิดการประชุมวิชาการป้องกันควบคุมโรคแห่งชาติ ประจำปี 2567 ประธานโล่รางวัลแก่หน่วยงานที่มีผลงานดีเด่น และประธานโล่ประกาศเกียรติคุณแก่บุคคลหรือองค์กรที่ให้การสนับสนุนงานป้องกันควบคุมโรคและเปิดนิทรรศการการประชุมวิชาการฯ โดยปีนี้จัดงานประชุมใน Theme “ร่วมสร้าง ร่วมเรียนรู้ สู้ภัยโรคโควิด-19”

การประชุมวิชาการฯ ปีนี้ กรมควบคุมโรคได้มุ่งเน้นการทำงานร่วมกับเครือข่ายองค์กรวิชาชีพ อาทิ สมาคมโรคเบาหวาน สมาคมเวชศาสตร์การเดินทางและการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สมาคมโรคหลอดเลือดสมองไทย สมาคมหมอนอนมาย่ เครือข่ายเตือนภัยสารเคมีกำจัดศัตรูพืช มูลนิธิโรคหัวใจ มูลนิธิกรมควบคุมโรค รวมทั้งคณาจารย์จากมหาวิทยาลัยต่างๆ โดยภายในงานมีกิจกรรมต่างๆ ประกอบด้วย การอภิปราย/เสวนาทางวิชาการ Workshop มีการแสดงผลงานวิชาการประเภทบรรยาย ประเภทโปสเตอร์ นอกจากนี้ ยังมีการจัดบูธแสดงผลงานของสำนักงานวิชาการในสังกัดกรมควบคุมโรค บูธอำเภอควบคุมโรคเข้มแข็งที่ชนะเลิศในเขตตรวจราชการ 18 แห่ง บูธแสดงผลงานเด่น (Best Practices) บูธตัวแทนโรงพยาบาลที่ได้ผ่านการตรวจรับรองคุณภาพการกำจัดโรคเรื้อน (LEA) และบูธหน่วยงานเครือข่ายทางวิชาการ (HITAP) โดยการประชุมครั้งนี้ คาดหวังว่าจะเป็นความร่วมมือของบุคลากรด้านการป้องกันควบคุมโรคทั้งในส่วนของการควบคุมโรคและหน่วยงานเครือข่ายมาร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนในประเด็นต่างๆ เพื่อร่วมกันขับเคลื่อนงานป้องกันควบคุมโรคให้ก้าวหน้า โดยมีเป้าหมายร่วมกันคือ **“อยากเห็นประชาชนไทยมีสุขภาพดี”**







สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มน้ำแอลกอฮอล์ ได้ร่วมจัดบูรณาการแสดงผลงานเด่นของหน่วยงานในหัวข้อ เรื่องของเรามาแล้วให้ฟัง...We need to talk...สร้างสานขยายต่อ...สู่... โดยสิ่งที่ทำสำเร็จหรือทำได้ดีในช่วงปี 2555-2556 ทั้งในด้านมาตรการทางกฎหมายและนโยบายสาธารณะเพื่อควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีการประกาศและบังคับใช้กฎหมาย จำนวน 4 ฉบับ (ห้ามบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บนทาง, ห้ามขายหรือห้ามบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในพื้นที่ประกอบกิจการโรงงาน, ในรัฐวิสาหกิจและหน่วยงานอื่นของรัฐ, หลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการจ่ายเงินสินบนรางวัลและค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติฯ) ซึ่งได้มีการชี้แจงอนุบัญญัติที่ออกมาใหม่แก่ผู้เกี่ยวข้อง เพื่อเผยแพร่อนุบัญญัติที่ออกมาใหม่ และแนวทางปฏิบัติให้ประชาชนทั่วไป พนักงานเจ้าหน้าที่ และผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ได้ทราบและเข้าใจได้อย่างถูกต้อง ในปี พ.ศ. 2555 จำนวน 3 ฉบับ (ระเบียบกรมควบคุมโรคว่าด้วย หลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการจ่ายเงินสินบนรางวัลฯ (ฉบับที่ 2) และประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง หลักเกณฑ์ และแบบในการจ่ายเงินค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานตามระเบียบกรมควบคุมโรคฯ และประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดสถานที่หรือบริเวณห้ามขายหรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสวนสาธารณะของทางรัฐวิสาหกิจหรือหน่วยงานอื่นของรัฐ พ.ศ. 2556)

อีกทั้งยังมีการจัดทำผลิตภัณฑ์ อาทิ

- คู่มือแนวทางการขอรับการสนับสนุนเงินสินบนรางวัลตามพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจในการขอรับเงินสนับสนุนสินบนรางวัลตามพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551
- การสำรวจความคิดเห็นประชาชนในประเด็นการรับรู้ทางกฎหมายและพฤติกรรมกำหนดยาและบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ตามที่กฎหมายกำหนด โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำไปใช้ในการผลักดันนโยบายและมาตรการกฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์





ในส่วนการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์เพื่อส่งเสริมสนับสนุนการพัฒนาใช้กฎหมาย โดยปี พ.ศ. 2556 สำนักงานฯ โดยมติคณะรัฐมนตรี ให้ทุกหน่วยงาน องค์กร ภาคีเครือข่ายต่างๆ ให้ความร่วมมือในการร่วมปฏิบัติงานตนงดดื่มสุรา ทำความดีถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ซึ่งได้รับความร่วมมืออย่างดี โดยมีผู้ลงนามปฏิญาณตนงดดื่มสุรา ภายใต้แนวคิดทำความดีถวายในหลวง มีผู้ลงนามทั้งหมดในปี พ.ศ. 2556 จำนวน 2,164,248 คน อีกทั้งสำนักงานฯ ได้มีกิจกรรมอบรมพัฒนาศักยภาพพนักงานเจ้าหน้าที่ในการเฝ้าระวังและบังคับใช้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในส่วนการเฝ้าระวัง รับเรื่องราวร้องเรียน และดำเนินมาตรการบังคับใช้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สคอ. ได้ลงพื้นที่ตรวจประชาสัมพันธ์ เฝ้าระวังและบังคับใช้กฎหมายในพื้นที่กรุงเทพมหานคร และต่างจังหวัดทั่วประเทศ

สคอ. ได้จัดบูธแสดงผลงานเด่น ในปี 56 กิจกรรมเล่นเกม โดยกิจกรรมครั้งนี้ได้รับความร่วมมืออย่างดีจากทุกกลุ่มงาน เช่นเดียวกับ Theme งานประชุม คือ “ร่วมสร้างร่วมเรียนรู้ สู่ภูมิภาคปลอดโรคปลอดภัย” โดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อร่วมกันขับเคลื่อนงานควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยมีเป้าหมายร่วมกันคือ **“อยากเห็นประชาชนไทยมีสุขภาพดี”**

## เกม ร่วมสนุก จีรรางวัล กับ สคอ.

- เพียงคุณร่วมสนุกตอบคำถามชิงรางวัลกับเราว่า ผลการดำเนินงาน เฝ้าระวังและบังคับใช้กฎหมายตาม พ.ร.บ. ในช่วงเทศกาลสงกรานต์ ระหว่างวันที่ 10 – 16 เมษายน 2557 มีการตรวจสอบทั้งสิ้นจำนวนกี่ราย ทราบคำตอบแล้ว ส่งคำตอบและที่อยู่ของคุณมาได้ที่ [network.alc@gmail.com](mailto:network.alc@gmail.com) ผู้ที่ตอบถูก 3 คนแรก ทางเราจะจัดส่งกระเป๋าใบใหญ่ให้คุณทางไปรษณีย์ถึงบ้านกันเลยจ้า และรอฟังเฉลยคำตอบกันในปักหน้านะคะ

- ร่วมประกวดส่งคำขวัญ เนื่องในวันงดดื่มสุราแห่งชาติ ประจำปี 2557 ภายใต้แนวคิด “เยาวชนและครอบครัว” ผู้ที่ส่งคำขวัญโดนใจชาว สคอ. มากที่สุด เรามีของรางวัลพิเศษส่งไปให้ทางไปรษณีย์ถึงบ้านคุณเช่นเดียวกัน รับส่งคำขวัญมาทางอีเมลล์ด้านบนพร้อมที่อยู่ของคุณมาด้วยนะคะ ยิ่งส่งมากก็มีสิทธิ์มากนะค่ะ





**ผลการดำเนินงานเพื่าระวังประชาสัมพันธ์และบังคับใช้กฎหมาย  
ตาม พ.ร.บ.ฯ ในช่วงเทศกาลสงกรานต์ ประจำปี ๒๕๕๗  
ระหว่างวันที่ ๑๐ – ๑๖ เมษายน ๒๕๕๗**

**กลุ่มเฝ้าระวังและบังคับใช้กฎหมาย**

เทศกาลแห่งความสนุกสนานเวียนมาบรรจบอีกครั้งกับเทศกาลสงกรานต์ ซึ่งคนไทยถือว่าเป็นช่วงขึ้นปีใหม่อีกด้วย บางท่านอาจจะถือโอกาสนี้เริ่มต้นสิ่งดีๆ ให้ชีวิตก็เป็นได้ และแน่นอนว่าเมื่อถึงช่วงเทศกาลสำคัญแบบนี้ คงหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ยาก ด้วยความห่วงใยประชาชน รัฐบาลจึงกำหนดให้ช่วงวันที่ ๑๐ – ๑๖ เมษายน ๒๕๕๗ เป็นช่วงเฝ้าระวัง ๗ วันอันตราย และเป็นพื้นที่ทราบกันดีแล้วว่า สาเหตุหลักในการเกิดอุบัติเหตุที่นั่นมาจากการการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ระหว่างขับรถหรือโดยสารนั่นเอง เพื่อป้องกันเหตุดังกล่าวสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้จัดทีมเพื่อลงพื้นที่ เพื่อร่วมรณรงค์ประชาสัมพันธ์และบังคับใช้กฎหมายตามพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยแบ่งเป็น ๔ ทีม คือ ทีมส่วนกลางนำทีมโดย ท่านผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ดำเนินการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ตรวจจับดำเนินคดีตามกฎหมายในพื้นที่ กรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ทีมภาคเหนือ ทีมภาคใต้และทีมภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีผลการตรวจสอบดังนี้

ช่วงวันที่ ๑๐ - ๑๖ เมษายน ๒๕๕๗ มีการตรวจสอบทั้งสิ้น ๔๙๖ รายในจังหวัด ตรัง พัทลุง สงขลา นครศรีธรรมราช สุราษฎร์ธานี ประจวบคีรีขันธ์ ชอนแก่น เลย กาฬสินธุ์ นครราชสีมา ตาก ลำพูน เชียงใหม่ ชลบุรี จันทบุรี และกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น ตรวจเตือนประชาสัมพันธ์ จำนวน ๕๕๒ ราย จับกุมดำเนินคดีจำนวน ๓๔๔ ราย สำหรับในรายที่ดำเนินคดี จำแนกตามฐานความผิด คือ

- ๑) ตามมาตรา ๓๒ เรื่องการโฆษณาสื่อสารการตลาดเพื่อส่งเสริมการขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน ๑๕๕ ราย
- ๒) ตามมาตรา ๒๗ การขายเครื่องดื่มในสถานที่ห้ามขาย จำนวน ๑๕ ราย
- ๓) ตามมาตรา ๒๙ เรื่องการขายให้กับบุคคลที่มีอายุต่ำกว่า ๒๐ ปี จำนวน ๓ ราย
- ๔) ตามมาตรา ๓๐ เรื่องการขายวิธีการต้องห้าม เช่น ลด แลก แจก แถม
- ๕) ตามมาตรา ๓๑ บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานที่ต้องห้าม จำนวน ๔๗ ราย
- ๖) ประกาศคณะปฏิวัติที่ ๒๕๓ เรื่องการขายและดื่มแอลกอฮอล์นอกเวลาที่กฎหมายกำหนด
- ๗) การขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยไม่มีใบอนุญาต จำนวน ๕๐ ราย



# ประชาชนเห็นควร **ห้าม** ขายสุราบนทางสาธารณะ สนามกีฬา และรอบสถานศึกษา มากที่สุด



นพ.นพพร ชื่นกลิ่น  
รองอธิบดีกรมควบคุมโรค



นพ.สมาน พูตระกูล  
ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการ  
ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

นพ.นพพร ชื่นกลิ่น รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของปัญหาการเพิ่มขึ้นของนักดื่มหน้าใหม่ ซึ่งเป็นกลุ่มเด็กและเยาวชนที่เพิ่มขึ้น โดยในแต่ละปีมีนักดื่มหน้าใหม่เพิ่มขึ้น 2.5 แสนคน กรมควบคุมโรค จึงมีนโยบายที่ต้องการควบคุมความชุกของผู้บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในประชากรอายุ 15-19 ปี ในปี 2557 เพิ่มขึ้นไม่เกินร้อยละ 1 จากข้อมูลความชุกของผู้บริโภครายจังหวัดปี 2554 จึงมอบให้สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดำเนินการตามนโยบายดังกล่าว โดยการสำรวจความคิดเห็นของประชาชน เพื่อผลักดันนโยบายและมาตรการกฎหมายควบคุมการจำหน่ายและบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

นพ.สมาน พูตระกูล ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สคอ.) กล่าวว่า จากผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเพื่อผลักดันนโยบายและมาตรการกฎหมายควบคุมการจำหน่ายและบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ปี 2556 ของเอแบคโพลล์ จากกลุ่มตัวอย่าง 5,045 ตัวอย่าง พบว่า **เรื่องที่ประชาชนทั่วไปมีการรับรู้มากที่สุดคือในเรื่อง กฎหมาย “การห้ามจำหน่ายและบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในโรงงาน” และ “กฎหมาย “ห้ามใช้วิธีลัด/แลก/แจก/แถมในการจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์”** คิดเป็นร้อยละ 55.8 และ 50.7 ตามลำดับ โดยเฉพาะในกลุ่มประชากรวัยรุ่น (อายุ 15-19 ปี) มีการรับรู้กฎหมายต่ำกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ คิดคิดเป็นร้อยละ 47.4 และร้อยละ 44.8 ตามลำดับ

แต่ในทางตรงกันข้าม ประชาชนเห็นด้วยกับการที่จะออกกฎหมาย “ห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บนทางเท้า ฟูตบาท ถนนทางจราจร ทางสาธารณะทั่วไป” ร้อยละ 77.8 “ห้ามจำหน่ายหรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานที่เล่นกีฬา เช่น สนามกีฬา สนามกอล์ฟ ลานออกกำลังกาย” ร้อยละ 77.5 และ “ห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รอบสถานศึกษา ซึ่งจัดให้มีการศึกษาตั้งแต่ระดับอุดมศึกษาขึ้นไปในระยะทาง 300 เมตรหรือ 500 เมตร” ต่างก็ได้รับการสนับสนุนร้อยละ 71.5 และร้อยละ 76.4 ตามลำดับ ในกลุ่มประชากรวัยรุ่น (อายุ 15-19 ปี) ต่างก็สนับสนุนที่จะให้มีการออกกฎหมาย “ห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์รอบสถานศึกษา ซึ่งจัดให้มีการศึกษาตั้งแต่ระดับอุดมศึกษาขึ้นไป” ถึงร้อยละ 68.4 และ 72.2 ตามลำดับ

นพ.สมาน กล่าวอีกว่า จากผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนครั้งนี้ เห็นว่าควรมีการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนรับรู้กฎหมายควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพิ่มมากขึ้นทุกช่องทาง และเพิ่มมาตรการทางกฎหมาย อาทิ ห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ “บนทางเท้าฟูตบาท ถนนทางจราจร ทางสาธารณะทั่วไป” ห้ามจำหน่ายหรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ “ในสถานที่เล่นกีฬา เช่น สนามกีฬา ลานออกกำลังกาย” อีกทั้งกฎหมายห้ามจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ “รอบสถานศึกษา ซึ่งจัดให้มีการศึกษาตั้งแต่ระดับอุดมศึกษาขึ้นไปในระยะทาง 300 เมตร หรือ 500 เมตร” ให้เข้มงวดมากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นการลดปริมาณนักดื่มหน้าใหม่ในกลุ่มเด็กและเยาวชนไม่ให้เพิ่มขึ้น ทั้งนี้ เนื่องในโอกาสครบรอบ 6 ปี ของ พ.ร.บ. ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ.2551 ขอเชิญชวนคนไทยมอบสิ่งดีๆ ในการลด ละ เลิก ดื่มเหล้า เบียร์ ไวน์ เพื่อเป็นของขวัญให้กับตนเองและคนที่คุณรัก



โดย สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (สคอ.)  
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข  
สายด่วน กรมควบคุมโรค 1422  
ศูนย์รับเรื่องร้องเรียนบุหรืและสุรา 0 2590 3342



# ปูजा พยากรณ์

สวัสดีค่ะ ท่านผู้อ่านทุกท่าน สำหรับปีนี้ มีวันหยุดนักขัตฤกษ์ อยู่หลายวัน ในโอกาสนี้ ปูजाพยากรณ์ จึงขอนำเสนอเรื่องการกราบไหว้ พระธาตุประจำปีเกิด 12 ปีนี้กันค่ะ เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ทุกท่านนะคะ ว่าแต่ราศีใครจะต้องไปไหว้ที่ไหนเราไปดูกันค่ะ



**ปีชง**



พระธาตุศรีจอมทอง  
เชียงใหม่



**ปีฉลู**



พระธาตุลำปางหลวง  
ลำปาง



**ปีชลา**



พระธาตุช่อแฮ  
แพร่



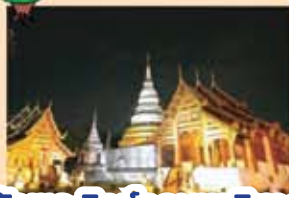
**ปีเถาะ**



พระธาตุแช่แห้ง  
น่าน



**ปีมะโรง**



วัดพระสิงห์วรมหาวิหาร  
เชียงใหม่



**ปีมะเส็ง**



วัดเจดีย์เจ็ดยอด  
เชียงใหม่



**ปีมะเมีย**



พระมหาธาตุเจดีย์ชเวดากอง  
แม่ฮ่องสอน



**ปีมะแม**



พระบรมธาตุดอยสุเทพ  
เชียงใหม่



**ปีวอก**



พระธาตุพนม  
นครพนม



**ปีระกา**



พระธาตุหริภุช  
ลำพูน



**ปีจอ**



พระธาตุเกตุการาม  
เชียงใหม่



**ปีภุ**



พระธาตุดอยตุง  
เชียงราย



# พยากรณ์รายปีกษ

ในระหว่าง วันที่ 1 เมษายน 2557 – 30 มิถุนายน 2557

## ราศีเมษ

การเงิน มีโชคลาภทางการเงิน คุณอาจเห็นช่องทางใหม่ ในการสร้างรายได้ให้เพิ่มพูนขึ้น  
การทำงาน มีโชคในการเลื่อนขั้นปรับเปลี่ยนเงินเดือน หรือได้รับมอบหมายงานใหม่ เข้ามา  
ความรัก ช่วงนี้คุณดูมีเสน่ห์ต่อผู้ที่พบเห็น คนโสด มีโอกาสเจอเนื้อคู่โดยบังเอิญ  
สำหรับคนที่มีความรักแล้ว ความรักของคุณจะแนบแน่นกว่าเดิม  
สุขภาพ ดวงชีพจรลงเท้าตลอดทั้งสามเดือน ต้องดูแลสุขภาพในระหว่างการเดินทาง เพราะอาจเกิดโรคต่าง ในระหว่างการเดินทาง หรือจะรู้สึกเหน็ดเหนื่อยจากการเดินทางมากเป็นพิเศษ

## ราศีพฤษภ

การเงิน มีเกณฑ์เข้าไปเกี่ยวข้องกับการทำธุรกรรมกับสินทรัพย์ชิ้นใหญ่  
หากทำธุรกิจการค้า จะโชคดีมีรายได้ แต่ต้องมีเรื่องให้หมุนเวียนการเงินเล็กน้อย  
การทำงาน มีเกณฑ์เปลี่ยนแปลงโยกย้ายงาน ได้รับมอบหมายงานใหม่  
หรือมีการปรับโครงสร้างใหม่ในที่ทำงาน  
ความรัก มีโชคลาภหรือจะได้รับความช่วยเหลือจากเพศตรงข้ามดี มีเกณฑ์เดินทางไกลกับคนรู้ใจ  
สุขภาพ ต้องดูแลตัวเองให้มากกว่านี้ ช่วงนี้มีเกณฑ์เจ็บไข้ได้ป่วยแบบเรื้อรัง

## ราศีมิถุน

การเงิน สภาพการเงินไม่ค่อยคล่องตัว ต้องดูแลบัญชีรายจ่ายให้ดี  
การทำงาน อาจเจอเรื่องให้ปวดหัว เบื่อๆ กับงานและปัญหาเดิมๆ คิดจะเปลี่ยนโยกย้ายงานในช่วงนี้  
ยังเป็นไปได้ยาก  
ความรัก มีเรื่องวุ่นวายในความรัก รักใหม่เข้ามา รักเก่ายังคาราคาซัง มีโอกาสเจอลมพัดทวน  
สุขภาพ ช่วงนี้ดูหงุดหงิดง่าย เครียดมากนั้ พักผ่อนเสียบ้าง

## ราศีเมษ

การเงิน รายจ่ายในช่วงนี้สูงจนน่าใจหาย แต่ยังได้รับความช่วยเหลือจากคนในครอบครัวดี  
การทำงาน คุณอาจอาจขาดความร่วมมือในการทำงานไปบ้าง การได้รับมอบหมาย  
งานที่สำคัญ แม้ดูเหนื่อยไปบ้าง แต่ก็ได้รับผลตอบแทนและความสำเร็จดี  
ความรัก อารมณ์ที่แปรปรวนของคุณ อาจมีผลกระทบต่อความรู้สึกคนรัก ส่วนคนโสด  
ถึงแม้จะมีคนมาชอบ แต่คุณก็ยังครองคนที่ไม่มากกว่าอยู่ดี  
สุขภาพ สมาชิกในบ้านอาจมีปัญหาการเจ็บไข้ได้ป่วย จึงต้องดูแลสุขภาพของคุณ  
และคนใกล้ชิดให้แข็งแรงอยู่เสมอ

## ราศีพฤษภ

การเงิน มีเกณฑ์เสียเงินกับของใช้ฟุ่มเฟือยและสิ่งของที่ไม่จำเป็น ต้องดูแลรายจ่ายให้ดี  
การทำงาน ผู้ใหญ่เล็งเห็นความตั้งใจในการทำงานของคุณในช่วงนี้ มีโอกาสดีใน  
การปรับเปลี่ยนเงินเดือน เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง  
ความรัก มีเกณฑ์เดินทางไกล ทัวรธรรมะร่วมกับคนรู้ใจ  
สำหรับคนที่มีความรัก ช่วงนี้อาจมีวีนกันบ้าง เม่งกันบ้าง แต่จะทำให้เข้าใจกันมากขึ้น  
สุขภาพ ทำงานเยอะ ขาดเวลาดูแลตัวเอง ต้องปรับปรุงแก้ไข ดูแลสุขภาพตัวเองบ้าง

## ราศีเมถุน

การเงิน อาจมีเกณฑ์ทำธุรกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ทำธุรกิจด้านอสังหาริมทรัพย์ลาภผลดี  
การทำงาน เป้าหมายอยากเปลี่ยนหน้าที่การงานใหม่ ช่วงนี้เป็นโอกาสของคุณละ  
ความรัก ความสัมพันธ์กับคู่รักในช่วงนี้ดีขึ้นอย่างไม่น่าเชื่อ  
คนโสดจะได้เพื่อนต่างเพศ หรือกัลยาณมิตรที่ดี คบไว้ไม่เสียหาย  
สุขภาพ ช่วงนี้ ดูแลสุขภาพของตนเอง และคนในครอบครัวบ้าง



### ราศีกรกฎ

การเงิน รายจ่ายประดังเข้ามาหลายทาง แต่รายรับนั้นได้มาอยู่ทางเดียว คุณต้องทำบัญชีการเงินบ้างแล้ว  
การทำงาน คุณมีเกณฑ์เปลี่ยนแปลงโยกย้ายงาน บางครั้งอยู่เฉยๆ อาจได้รับมอบหมายงานใหม่ เข้ามาโดยไม่รู้ตัว  
ความรัก คู่ครองของคุณจะมีโชคในการเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง หรือส่งเสริมดวงของเราให้ดีขึ้น  
สุขภาพ มีเกณฑ์ลงทุนทำธุรกิจร่วมกัน หรือเป็นที่ปรึกษาที่ดีในการทำกิจการต่างๆ  
ระวังโรคเก่า จะเข้ามาทักทาย ต้องดูแลสุขภาพของคุณและครอบครัว

### ราศีสิงห์

การเงิน มีโชคทางการเงินอย่างพลุดา แบบมาเร็ว เคลมเร็ว  
ระวังจะเสียเงินกับเครื่องใช้ไฟฟ้าและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ  
การทำงาน สิ่งที่หวังไว้ จะสำเร็จสมปรารถนา มีเกณฑ์อบรมสัมมนาที่เป็นประโยชน์ในหน้าที่การงาน  
ความรัก มีโชคลาภเล็กน้อยจากคนรู้ใจ มีเกณฑ์การเดินทางไกล หรือการเดินทางต่างประเทศร่วมกัน  
สุขภาพ สำหรับคนโสดจะเจอคู่โดยบังเอิญ  
เป็นช่วงที่คุณดูแลสุขภาพของคุณดี แข็งแรงดีไม่มีปัญหา

### ราศีกันย์

การเงิน หาง่าย แต่ใช้เงินก็เก่ง เงินผ่านเข้ามือไปเท่านั้น  
การทำงาน การงานเก่า จะเวียนกลับมาสร้างปัญหาให้คุณเหนื่อยใจ  
ความรัก คนโสดจะเจอคู่โดยบังเอิญ  
สุขภาพ คนมีคู่ จะมีโอกาสไปเยี่ยมครอบครัวของแฟน มีความสุข อยู่กันอุ่นหนาฝาคั่งดี  
ดวงชีพจรลงเท้าหนัก ช่วงนี้ ระวังอุบัติเหตุที่เกี่ยวกับบริเวณขาหรือข้อขา

### ราศีตุลย์

การเงิน เงินทองเกเร ไม่อยากอยู่ในกระเป๋า ดูแลเรื่องการเงินด่วน  
การทำงาน มีโชคดีทางการงานอย่างไม่น่าเชื่อ คุณสามารถเปลี่ยนวิกฤตทางการงาน ให้เป็นโอกาสได้อย่างดีทีเดียว  
ความรัก คนโสด ความรักของคุณยังคงคลุมเครือ คนมีคู่ ถึงมีคู่แล้ว คุณยังจะเป็นคนที่มีเสน่ห์ต่อเพศตรงข้ามอีก  
สุขภาพ ระวังโรคเก่า ถ้ามหา มีเกณฑ์เสียเงินในการดูแลสุขภาพ

### ราศีพิจิก

การเงิน วุ่นวายเรื่องการเงินเก่า สักพักแล้วจะค่อยๆ ดีขึ้น  
การทำงาน เหนื่อยนักพักเสียก่อน คิดจะเปลี่ยนงานในช่วงนี้ ต้องรออีกสักหน่อย  
ยังจะไม่ได้ตามที่คิด การสื่อสารที่ผิดพลาด สร้างความวุ่นวายให้พอสมควร  
ความรัก ได้มีโอกาสไปสถานที่เก่า ที่เป็นความทรงจำของคุณในครั้งก่อน  
สุขภาพ สำหรับคนมีคู่ คู่ของคุณจะช่วยส่งเสริมดวงของคุณให้ดีขึ้น  
ระวังสุขภาพเกี่ยวกับช่องปากและลำคอ

### ราศีธนู

การเงิน มีโชคในการติดต่อสัมพันธ์ สำหรับการลงทุนธุรกิจ การเงินงอกงามดี  
การทำงาน โอกาสในความสำเร็จอยู่ใกล้แค่เอื้อม ช่วงนี้ ถ้าเอาจริงเอาใจมากขึ้น สำเร็จแน่นอน  
ความรัก คนมีคู่ มีความสุขสมหวังในความรักรดี สำหรับคนโสด มีคนแอบชอบคุณอยู่  
สุขภาพ แข็งแรงดี ไม่มีปัญหา



# Gossip ALC by AToC

&::#

ทราบหรือไม่คะ: อากาศร้อนก็เป็นสาเหตุของการเกิดโรค ตั้งแต่ผิวหนังไหม้ ตะคริว อาการเพลียแดด และที่รุนแรงที่สุดคือ >อาการของลมร้อน หรือที่เรียกว่าโรคฮีตสโตรก (Heat Stroke) เกิดจากร่างกายได้รับความร้อนมากเกินไป สมอไม่ทำงาน ไม่สามารถควบคุมการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ได้ และสูญเสียความสามารถในการควบคุมอุณหภูมิร่างกาย อาการที่สำคัญ ได้แก่ ตัวร้อนจัด แต่ผิวหนังแห้ง ไม่มีเหงื่อออก กระสับกระส่าย หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีจะทำให้เสียชีวิตได้

และในอากาศแบบนี้ หลายท่านคงมองหาเครื่องดื่มเย็น ๆ เพื่อมาดับร้อน แต่ทราบหรือไม่ว่า เครื่องดื่มที่ไม่ควรดื่มในช่วงที่สภาพอากาศร้อน ก็คือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมทุกชนิด ไม่ว่าจะดื่มโดยใส่น้ำแข็ง หรือไม่ใส่น้ำแข็งก็จะมีผลกระทบต่อร่างกายอย่างมากถึงขั้นเกิดภาวะช็อกได้ โดยเฉพาะหากเป็นผู้มีโรคประจำตัว เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ยิ่งมีความเสี่ยงมากขึ้นไปอีก เนื่องจากในสภาวะที่อากาศร้อนอบอ้าว จะทำให้แอลกอฮอล์ถูกดูดซึมผ่านเข้าสู่กระแสโลหิตได้เร็ว และจะเพิ่มแรงดันโลหิตให้สูงขึ้นกว่าช่วงที่มีอากาศหนาวเย็น หรือในช่วงที่มีอากาศปกติ โดยฤทธิ์ของแอลกอฮอล์จะทำให้หลอดเลือดฝอยใต้ผิวหนังขยายตัว ทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำและเกลือแร่ โดยส่งผ่านทางเหงื่อและทางปัสสาวะได้ง่ายขึ้นไปอีก ส่งผลให้ร่างกายขาดน้ำรุนแรง ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการช็อกหมดสติ และมีโอกาสเสียชีวิตได้แม้แต่คนที่ไม่มีโรคประจำตัว ฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ก็ส่งผลกับอวัยวะภายใน ทั้งตับ ไต หัวใจ โดยเฉพาะระบบประสาท สมอ เช่นกัน

ทราบกันอย่างนี้แล้วก็หันมาดื่มน้ำเปล่าหรือน้ำผลไม้ที่ร้อนกินแทนจะดีกว่านะคะ ....

ที่มา : <http://www.manager.co.th/qol/viewnews.aspx?NewsID=9560000042400>

**กองบรรณาธิการ :** จุฬสารสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

**เจ้าของ :** สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
(Office of the Alcohol Control Committee)

**ที่ปรึกษา :** นายแพทย์โสภณ เมฆธน อธิบดีกรมควบคุมโรค  
นายแพทย์นพพร ชื่นกลิ่น รองอธิบดีกรมควบคุมโรค  
นายแพทย์สมาน พูตระกูล ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

**กองบรรณาธิการ :** กลุ่มภาคีเครือข่ายและสื่อสารสาธารณะ:

**สนับสนุนโดย :** กลุ่มบริหารงานทั่วไป, กลุ่มยุทธศาสตร์และพัฒนางานองค์กร,  
กลุ่มเฝ้าระวังและบังคับใช้กฎหมาย, กลุ่มพัฒนานโยบาย,  
กลุ่มพัฒนาวิชาการ และกลุ่มคดีพิเศษ

**สถานที่ติดต่อ :** สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์  
อาคาร 3 ชั้น 1 กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข  
88/21 ถนนติวานนท์ ตำบลตลาดขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000  
โทรศัพท์ 0 2590 3392 โทรสาร 0 2951 1493

**เว็บไซต์ :** [www.thaiantialcohol.com](http://www.thaiantialcohol.com)

**พิมพ์ที่ :** ห้างหุ้นส่วนจำกัดบางกอกบลู๊ท โทร. 0 2281 2055, 0 2281 5089  
โทรสาร 0 2281 0723