

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข

(ฉบับที่ ๔๔๗) พ.ศ. ๒๕๖๖

ออกตามความในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒

เรื่อง การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารบนฉลาก

โดยที่เป็นการสมควรให้มีประกาศกำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารเพื่อเป็นการคุ้มครองผู้บริโภคและอำนวยความสะดวกทางการค้า

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๕ วรรคหนึ่ง และมาตรา ๖ (๑๐) แห่งพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขจึงออกประกาศไว้ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ในประกาศนี้

“การกล่าวอ้างทางสุขภาพ (health claims)” หมายความว่า การแสดงข้อความ รูป รูปภาพ รอยประดิษฐ์ เครื่องหมาย เครื่องหมายการค้า หรือข้อมูลใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีผลต่อสุขภาพทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยจำแนกเป็น ๓ ลักษณะ ได้แก่

๑) การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร (nutrient function claims) หมายความว่า การแสดงสรรพคุณหรือคุณประโยชน์เกี่ยวกับบทบาทของสารอาหารที่มีผลต่อสรีรวิทยาด้านการเจริญเติบโต พัฒนาการ หรือการทำหน้าที่ตามปกติของร่างกาย

๒) การกล่าวอ้างหน้าที่อื่น (other function claims) หมายความว่า การแสดงสรรพคุณหรือคุณประโยชน์ที่เฉพาะเจาะจง (specific beneficial effects) ของการบริโภคอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร เพื่อให้ร่างกายทำหน้าที่หรือมีกิจกรรมทางชีวภาพเป็นไปตามปกติ การกล่าวอ้างในลักษณะนี้เกี่ยวข้องกับผลต่อสุขภาพในเชิงบวก หรือเพื่อให้การทำหน้าที่ของร่างกายดีขึ้น หรือเพื่อปรับเปลี่ยนหรือคงสถานะทางสุขภาพ

๓) การกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค (reduction of disease risk claims) หมายความว่า การแสดงสรรพคุณหรือคุณประโยชน์ที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร เพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรค อาการ หรือสถานะใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

“การลดความเสี่ยง (risk reduction)” หมายความว่า การเปลี่ยนแปลงปัจจัยเสี่ยงหลัก (major risk factor) สำหรับโรค อาการ หรือสถานะที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพนั้น ๆ อย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้ โรคแต่ละโรคมียปัจจัยเสี่ยงอยู่หลายปัจจัย และการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้อาจเกิดผลต่อสุขภาพเชิงบวกหรือไม่ก็ได้

“ส่วนประกอบของอาหาร (food constituent)” หมายความว่า องค์ประกอบของอาหาร ซึ่งหมายรวมถึงสารอาหารและสารอื่นที่เป็นส่วนประกอบของอาหารทั้งที่มีตามธรรมชาติและที่เติมลงไป ในอาหาร

“สารอาหาร (nutrient)” หมายความว่า สารที่เป็นส่วนประกอบของอาหาร ซึ่งเมื่อบริโภคแล้วให้พลังงาน หรือเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเจริญเติบโต พัฒนาการ และการดำรงชีวิต หรือทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพหรือทางเคมีของร่างกายเมื่อขาดสารนั้น ๆ

“สารอื่น (other substance)” หมายความว่า ส่วนประกอบของอาหารที่ไม่ใช่สารอาหาร ซึ่งมีผลด้านสรีรวิทยา หรือโภชนาการ

ข้อ ๒ การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหาร ต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขดังต่อไปนี้

(๑) อาหารที่จะกล่าวอ้างทางสุขภาพ

(ก) ต้องมีความปลอดภัย มีคุณภาพมาตรฐานเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด กรณีที่เป็นอาหารใหม่ (novel food) ต้องผ่านการประเมินความปลอดภัยก่อน

(ข) ต้องมีส่วนประกอบของอาหาร สารอาหาร หรือสารอื่น อยู่ในรูปแบบและปริมาณที่มีนัยสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพด้านโภชนาการหรือสรีรวิทยา อ้างอิงตามเอกสารหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไป

(๒) การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหาร ต้องทำให้ผู้บริโภคทั่วไปสามารถเข้าใจได้ถึงประโยชน์ที่กล่าวอ้างนั้น และต้องหมายถึงอาหารที่อยู่ในสภาพพร้อมบริโภคตามวิธีการเตรียมหรือวิธีการบริโภคที่แนะนำบนฉลาก และต้องมีปริมาณการบริโภคที่เหมาะสม

(๓) การกล่าวอ้างทางสุขภาพต้องอยู่บนพื้นฐานของหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและเป็นปัจจุบัน เอกสารหลักฐานต้องเพียงพอในการพิสูจน์ยืนยันผลของการกล่าวอ้างนั้น ๆ กับความสัมพันธ์ต่อสุขภาพ โดยต้องเป็นการศึกษาในมนุษย์ในกลุ่มประชากรเป้าหมาย และสามารถวัดได้ด้วยตัวชี้วัดที่เหมาะสม ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลดังต่อไปนี้

(ก) ปริมาณของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร และรูปแบบการบริโภคที่ให้ผลตามที่กล่าวอ้าง ต้องเป็นส่วนหนึ่งของการบริโภคอาหารในสัดส่วนที่เหมาะสม (balanced diet)

(ข) กรณีการกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร

๑) องค์ประกอบและคุณลักษณะของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่เกี่ยวข้องกับหน้าที่ทางสรีรวิทยาของสารอาหาร

๒) ผลของสารอาหารที่มีต่อหน้าที่ทางสรีรวิทยา

(ค) กรณีการกล่าวอ้างหน้าที่อื่น และการกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค

๑) องค์ประกอบและคุณลักษณะของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่เกี่ยวข้องกับผลต่อสุขภาพ

๒) ผลของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีต่อสุขภาพ

(๔) กรณีการกล่าวอ้างสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคมากขึ้น สารอาหารที่จะกล่าวอ้างนั้น ต้องอยู่ในระดับที่จัดว่า “เป็นแหล่งของ” หรือ “สูง” หรือกรณีสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคแต่น้อย สารอาหารนั้นต้องอยู่ในระดับ “ต่ำ” “ลดลง” หรือ “ปราศจาก” ในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง และปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก กรณีที่ไม่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ ให้คำนวณต่อปริมาณอาหาร ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ทั้งนี้ ต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่กำหนดไว้ในบัญชีหมายเลข ๔ ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยฉลากโภชนาการ แล้วแต่กรณี

(๕) ปริมาณของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่กล่าวอ้างต้องสามารถวิเคราะห์ได้ด้วยวิธีที่ถูกต้องและเหมาะสม

ข้อ ๓ การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร นอกจากต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่กำหนดไว้ในข้อ ๒ แล้ว ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขเพิ่มเติมดังต่อไปนี้

(๑) สารอาหารนั้นต้องอยู่ในบัญชีค่าอ้างอิงสารอาหารต่อวันสำหรับคนไทย (Thai RDIs) ตามบัญชีหมายเลข ๓ ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยฉลากโภชนาการ

(๒) ข้อความกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหารต้องเป็นไปตามบัญชีหมายเลข ๑ ท้ายประกาศนี้

(๓) หากอาหารที่จะกล่าวอ้างมีปริมาณ

ไขมันทั้งหมด	มากกว่า ๑๓ กรัม
ไขมันอิ่มตัว	มากกว่า ๔ กรัม
คอเลสเตอรอล	มากกว่า ๖๐ มิลลิกรัม
โซเดียม	มากกว่า ๓๐๐ มิลลิกรัม
น้ำตาลทั้งหมด	มากกว่า ๑๓ กรัม

ในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก หรือหากไม่มีการกำหนดปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ ให้คำนวณปริมาณสารอาหารในปริมาณ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ต้องกำกับด้วยข้อความแสดงปริมาณไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัว คอเลสเตอรอล โซเดียม หรือน้ำตาลทั้งหมด ที่อยู่ในระดับเกินปริมาณดังกล่าว ไว้ติดกับข้อความกล่าวอ้างที่มีขนาดใหญ่ หรือเห็นได้ชัดที่สุดบนฉลาก โดยข้อความกำกับนั้นต้องมีขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของข้อความกล่าวอ้าง

ข้อ ๔ อาหารที่จะกล่าวอ้างหน้าที่อื่น และกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค ต้องมีปริมาณ

ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า ๑๓ กรัม
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า ๔ กรัม
คอเลสเตอรอล	น้อยกว่า ๖๐ มิลลิกรัม
โซเดียม	น้อยกว่า ๓๐๐ มิลลิกรัม
น้ำตาลทั้งหมด	น้อยกว่า ๑๓ กรัม

ในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก หรือหากไม่มีการกำหนดปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ ให้คำนวณปริมาณสารอาหารในปริมาณ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร

ข้อ ๕ การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหารที่นอกเหนือจากบัญชีหมายเลข ๑ ท้ายประกาศนี้ การกล่าวอ้างหน้าที่อื่นที่นอกเหนือจากบัญชีหมายเลข ๒ ท้ายประกาศนี้ และการกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรคที่นอกเหนือจากบัญชีหมายเลข ๓ ท้ายประกาศนี้ ต้องผ่านการประเมินการกล่าวอ้างจากหน่วยงานประเมินประสิทธิผลและความเหมาะสมของการกล่าวอ้างทางโภชนาการและสุขภาพที่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาประกาศกำหนด โดยผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือผู้จำหน่าย ต้องยื่นรายงานผลการประเมินการกล่าวอ้างทางสุขภาพแล้วแต่กรณี จากหน่วยงานดังกล่าวพร้อมเอกสารหรือหลักฐานตามที่กำหนดไว้ในบัญชีหมายเลข ๔ ท้ายประกาศนี้ ให้แก่สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาพิจารณาอนุญาต

ข้อ ๖ การแสดงข้อความกล่าวอ้างทางสุขภาพบนฉลากอาหาร ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขดังต่อไปนี้

(๑) แสดงข้อความเป็นภาษาไทย ตัวอักษรมีขนาดใกล้เคียงกัน อ่านได้ชัดเจน และอาจมีข้อความเป็นภาษาอังกฤษหรือภาษาต่างประเทศอื่นด้วยก็ได้ การใช้ข้อความภาษาต่างประเทศอื่นต้องได้รับการรับรองคำแปลที่เป็นภาษาไทยหรือภาษาอังกฤษจากหน่วยงานของรัฐหรือเอกชนที่ดำเนินธุรกิจการแปลเอกสารที่เป็นมาตรฐานสากล

ทั้งนี้ ข้อความภาษาอังกฤษหรือภาษาต่างประเทศอื่นต้องมีความหมายเช่นเดียวกับข้อความภาษาไทย และต้องได้รับอนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

(๒) ไม่ทำให้เข้าใจว่าการบริโภคอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารนั้น สามารถบำบัด บรรเทา รักษา หรือป้องกันโรคได้

(๓) ฉลากหรือเอกสารกำกับอาหารที่มีการกล่าวอ้างทางสุขภาพต้องเป็นไปตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยการแสดงฉลากของอาหารในภาชนะบรรจุ และประกาศกระทรวงสาธารณสุขที่กำหนดการแสดงผลของอาหารไว้เป็นการเฉพาะ และต้องแสดงรายละเอียดดังต่อไปนี้

(ก) ปริมาณของส่วนประกอบของอาหาร สารอาหาร หรือสารอื่นที่มีการกล่าวอ้าง

กรณีสารอื่น หรือสารอาหารที่กล่าวอ้างไม่มีอยู่ในบัญชีหมายเลข ๓ ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยฉลากโภชนาการ และนอกเหนือจากที่กำหนดในกรอบข้อมูลโภชนาการ ให้แสดงชนิดและปริมาณสารอื่นหรือสารอาหารนั้นใต้กรอบข้อมูลโภชนาการ

(ข) ปริมาณและวิธีการบริโภคอาหารเพื่อให้ได้รับประโยชน์ตามที่กล่าวอ้าง

(ค) กลุ่มเป้าหมาย (ถ้ามี)

(ง) คำแนะนำในการบริโภคอาหารให้กับผู้บริโภคกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ที่ต้องหลีกเลี่ยงอาหารนี้ (ถ้ามี)

(จ) ข้อควรระวังในการบริโภค หรือปริมาณสูงสุดของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่สามารถบริโภคได้โดยไม่เกิดอันตราย (ถ้ามี)

(ฉ) ข้อความ “ควรกินอาหารหลากหลาย ครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสมเป็นประจำ”

(ช) ข้อความ “ไม่มีผลในการบำบัด บรรเทา รักษา หรือป้องกันโรค” กรณีการกล่าวอ้างหน้าที่อื่น และการกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค

(ซ) ข้อความอื่นที่กำหนดไว้ในเงื่อนไขการกล่าวอ้างตามบัญชีหมายเลข ๑ และ ๒ ท้ายประกาศนี้

(ฅ) ข้อความอื่นตามที่ได้รับอนุญาตจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

(๔) แสดงฉลากโภชนาการ ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยฉลากโภชนาการ เว้นแต่อาหารที่กล่าวอ้างทางสุขภาพนั้นเป็นอาหารที่มีวัตถุประสงค์พิเศษที่ใช้สำหรับบุคคลที่มีวัตถุประสงค์ในการบริโภคอาหารเป็นพิเศษ การแสดงฉลากต้องเป็นไปตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วยอาหารที่มีวัตถุประสงค์พิเศษ

ข้อ ๗ ประกาศนี้ไม่ใช้บังคับกับ

(๑) อาหารที่มีวัตถุประสงค์พิเศษที่ใช้สำหรับผู้ป่วยเฉพาะโรค หรือผู้ที่มีสภาพผิดปกติทางร่างกาย

(๒) อาหารที่ผลิตเฉพาะเพื่อการส่งออกเท่านั้น

ข้อ ๘ การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหารที่ผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือผู้จำหน่ายอาหารได้แสดงไว้เกี่ยวกับอาหารที่ตนผลิต นำเข้า หรือจำหน่าย อยู่ในวันก่อนวันที่ประกาศนี้มีผลใช้บังคับให้ยังคงจำหน่ายอาหารนั้นต่อไปได้ แต่ต้องไม่เกินสามปีนับแต่วันที่ประกาศนี้มีผลใช้บังคับ และเมื่อพ้นระยะเวลาดังกล่าวแล้ว ให้ผู้ผลิต ผู้นำเข้า หรือผู้จำหน่ายอาหารดำเนินการตามประกาศนี้

ข้อ ๙ ประกาศนี้ให้ใช้บังคับเมื่อพ้นกำหนดหนึ่งร้อยแปดสิบวันนับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษาเป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๑๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๖

ชลน่าน ศรีแก้ว

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข

บัญชีหมายเลข ๑

ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๔๔๓) พ.ศ. ๒๕๖๖

ออกตามความในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒

เรื่อง การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารบนฉลาก

ข้อความกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
๑	โปรตีน (Protein)	๑.๑ โปรตีนจำเป็นต่อการเจริญเติบโตและช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย ๑.๒ โปรตีนให้กรดอะมิโนที่จำเป็นต่อการสร้างโปรตีนชนิดต่าง ๆ ในร่างกาย ๑.๓ โปรตีนมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก ๑.๔ โปรตีนมีส่วนช่วยเสริมสร้างและคงสภาพของมวลกล้ามเนื้อ	1.1 Protein contributes to a growth and help repair body tissue. 1.2 Protein contributes to a source of essential amino acids for body protein synthesis. 1.3 Protein contributes to the maintenance of normal bones. 1.4 Protein contributes to growth and maintenance of muscle mass.
๒	ใยอาหาร (Dietary fiber)	๒.๑ ใยอาหารเพิ่มกากในระบบทางเดินอาหารช่วยกระตุ้นการขับถ่าย	2.1 Dietary fiber contributes to an increase in fecal bulk in GI tract and stimulates the bowel movement.
๓	วิตามินเอ (Vitamin A)	๓.๑ วิตามินเอมีส่วนช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย ๓.๒ วิตามินเอมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของการมองเห็น ๓.๓ วิตามินเอมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเยื่อเมือกต่าง ๆ ๓.๔ วิตามินเอมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของเหล็ก ๓.๕ วิตามินเอมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน ๓.๖ วิตามินเอมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของผิวหนัง หมายเหตุ: เบต้า-แคโรทีน ให้ระบุได้เพียงว่า “เบต้า-แคโรทีน เป็นสารตั้งต้นของ วิตามินเอ” เท่านั้น	3.1 Vitamin A has a role in body growth 3.2 Vitamin A contributes to the maintenance of normal vision. 3.3 Vitamin A contributes to the maintenance of normal mucous membranes. 3.4 Vitamin A contributes to normal iron metabolism. 3.5 Vitamin A contributes to the normal function of the immune system. 3.6 Vitamin A contributes to the maintenance of normal skin. Remark: Beta-carotene can only specify as “Beta-carotene is a precursor of Vitamin A”
๔	วิตามินบี 1 (Thiamine)	๔.๑ วิตามินบี 1 มีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากคาร์โบไฮเดรตตามปกติ	4.1 Thiamine contributes to normal-energy yielding metabolism from carbohydrate.

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		<p>๔.๒ วิตามินบี 1 มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ</p> <p>๔.๓ วิตามินบี 1 มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของหัวใจ</p>	<p>4.2 Thiamine contributes to the normal function of muscle and nervous system.</p> <p>4.3 Thiamine contributes to the normal function of the heart.</p>
๕	วิตามินบี 2 (Riboflavin)	<p>๕.๑ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมันตามปกติ</p> <p>๕.๒ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๕.๓ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเยื่อต่างๆ</p> <p>๕.๔ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเม็ดเลือดแดง</p> <p>๕.๕ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยคงสภาพปกติของผิวหนัง</p> <p>๕.๖ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยคงสภาพปกติของการมองเห็น</p> <p>๕.๗ วิตามินบี 2 มีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของเหล็ก</p>	<p>5.1 Riboflavin contributes to normal-energy yielding metabolism from carbohydrate, protein and fat.</p> <p>5.2 Riboflavin contributes to the normal function of the nervous system.</p> <p>5.3 Riboflavin contributes to the maintenance of normal mucous membranes.</p> <p>5.4 Riboflavin contributes to the maintenance of normal red blood cells.</p> <p>5.5 Riboflavin contributes to the maintenance of normal skin.</p> <p>5.6 Riboflavin contributes to the maintenance of normal vision.</p> <p>5.7 Riboflavin contributes to the normal metabolism of iron.</p>
๖	ไนอะซิน (Niacin)	<p>๖.๑ ไนอะซิน มีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเยื่อบุทางเดินอาหารและผิวหนัง</p> <p>๖.๒ ไนอะซิน มีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน ตามปกติ</p> <p>๖.๓ ไนอะซินมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p>	<p>6.1 Niacin contributes to maintenance of normal mucous membrane of GI tract and normal skin.</p> <p>6.2 Niacin contributes to normal-energy yielding metabolism from carbohydrate, protein and fat.</p> <p>6.3 Niacin contributes to the normal function of the nervous system.</p>
๗	วิตามินบี 6 (Vitamin B6)	<p>๗.๑ วิตามินบี 6 มีส่วนช่วยในการสร้างเม็ดเลือดแดงตามปกติ</p> <p>๗.๒ วิตามินบี 6 มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๗.๓ วิตามินบี 6 มีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๗.๔ วิตามินบี 6 มีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของโปรตีนและไกลโคเจน</p>	<p>7.1 Vitamin B6 contributes to normal red blood cell formation.</p> <p>7.2 Vitamin B6 contributes to the normal function of the nervous system.</p> <p>7.3 Vitamin B6 contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>7.4 Vitamin B6 contributes to normal protein and glycogen metabolism.</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		๗.๕ วิตามินบี 6 มีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน	7.5 Vitamin B6 contributes to the normal function of the immune system.
๘	กรดโฟลิก/โฟเลต (Folic acid/Folate)	๘.๑ กรดโฟลิก/โฟเลตมีส่วนช่วยในการสร้างเม็ดเลือดแดงตามปกติ ๘.๒ กรดโฟลิก/โฟเลตมีส่วนช่วยในการสังเคราะห์กรดอะมิโนตามปกติ ๘.๓ กรดโฟลิก/โฟเลตมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน	8.1 Folic acid/Folate contributes to normal red blood formation. 8.2 Folic acid/Folate contributes to normal amino acid synthesis. 8.3 Folic acid/Folate contributes to the normal function of the immune system.
๙	ไบโอติน (Biotin)	๙.๑ ไบโอตินมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ ๙.๒ ไบโอตินมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน ๙.๓ ไบโอตินมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท ๙.๔ ไบโอตินมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเส้นผม ๙.๕ ไบโอตินมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของผิวหนัง ๙.๖ ไบโอตินมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเยื่อต่างๆ	9.1 Biotin contributes to normal energy-yielding metabolism. 9.2 Biotin contributes to normal macronutrient metabolism. 9.3 Biotin contributes to the normal function of the nervous system. 9.4 Biotin contributes to the maintenance of normal hair. 9.5 Biotin contributes to the maintenance of normal skin. 9.6 Biotin contributes to the maintenance of normal mucous membranes.
๑๐	กรดแพนโทธินิก (Pantothenic acid)	๑๐.๑ กรดแพนโทธินิกมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ ๑๐.๒ กรดแพนโทธินิกมีส่วนช่วยในการสังเคราะห์และเมตาบอลิซึมตามปกติของฮอร์โมน วิตามินดี และสารสื่อประสาทบางชนิด	10.1 Pantothenic acid contributes to normal energy-yielding metabolism. 10.2 Pantothenic acid contributes to normal synthesis and metabolism of steroid hormones, vitamin D and some neurotransmitters.
๑๑	วิตามินบี 12 (Vitamin B12)	๑๑.๑ วิตามินบี 12 ช่วยสร้างสารที่จำเป็นในการสร้างเซลล์เม็ดเลือดแดง ๑๑.๒ วิตามินบี 12 มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาทและสมอง ๑๑.๓ วิตามินบี 12 มีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ ๑๑.๔ วิตามินบี 12 มีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน	11.1 Vitamin B12 contributes to the synthesis of essential substance for red blood cell formation. 11.2 Vitamin B12 contributes to the normal function of the brain and nervous system. 11.3 Vitamin B12 contributes to normal energy-yielding metabolism. 11.4 Vitamin B12 contributes to the normal function of the immune system.
๑๒	วิตามินซี	๑๒.๑ วิตามินซีช่วยให้หลอดเลือดแข็งแรง	12.1 Vitamin C contributes to strengthen

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
	(Vitamin C)		blood vessel.
		<p>๑๒.๒ วิตามินซีมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๑๒.๓ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p> <p>๑๒.๔ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนเพื่อการทำงานตามปกติของกระดูกอ่อน</p> <p>๑๒.๕ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนเพื่อการทำงานตามปกติของกระดูก</p> <p>๑๒.๖ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนเพื่อการทำงานตามปกติของเหงือก</p> <p>๑๒.๗ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนเพื่อการทำงานตามปกติของผิวหนัง</p> <p>๑๒.๘ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนเพื่อการทำงานตามปกติของฟัน</p> <p>๑๒.๙ วิตามินซีมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๑๒.๑๐ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๑๒.๑๑ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p> <p>๑๒.๑๒ วิตามินซีมีส่วนช่วยในการคืนสภาพของรีดิวซ์วิตามินอี</p> <p>๑๒.๑๓ วิตามินซีเพิ่มการดูดซึมเหล็ก</p>	<p>12.2 Vitamin C contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>12.3 Vitamin C contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>12.4 Vitamin C contributes to normal collagen formation for the normal function of cartilage.</p> <p>12.5 Vitamin C contributes to normal collagen formation for the normal function of bones.</p> <p>12.6 Vitamin C contributes to normal collagen formation for the normal function of gums.</p> <p>12.7 Vitamin C contributes to normal collagen formation for the normal function of skin.</p> <p>12.8 Vitamin C contributes to normal collagen formation for the normal function of teeth.</p> <p>12.9 Vitamin C contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>12.10 Vitamin C contributes to the normal function of the nervous system.</p> <p>12.11 Vitamin C contributes to the normal function of the immune system.</p> <p>12.12 Vitamin C contributes to the regeneration of the reduced form of vitamin E.</p> <p>12.13 Vitamin C increases iron absorption.</p>
๑๓	วิตามินดี (Vitamin D)	<p>๑๓.๑ วิตามินดีมีส่วนช่วยในการดูดซึมตามปกติของแคลเซียมและฟอสฟอรัส</p> <p>๑๓.๒ วิตามินดีมีส่วนช่วยให้ระดับแคลเซียมใน</p>	<p>13.1 Vitamin D contributes to normal absorption of calcium and phosphorous.</p> <p>13.2 Vitamin D contributes to normal</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		<p>เลือดเป็นปกติ</p> <p>๑๓.๓ วิตามินดีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก</p> <p>๑๓.๔ วิตามินดีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของฟัน</p> <p>๑๓.๕ วิตามินดีมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของกล้ามเนื้อ</p> <p>๑๓.๖ วิตามินดีมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p>	<p>blood calcium levels.</p> <p>13.3 Vitamin D contributes to the maintenance of normal bones.</p> <p>13.4 Vitamin D contributes to the maintenance of normal teeth.</p> <p>13.5 Vitamin D contributes to the maintenance of normal muscle function.</p> <p>13.6 Vitamin D contributes to the normal function of the immune system.</p>
๑๔	วิตามินอี (Vitamin E)	<p>๑๔.๑ วิตามินอีมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๑๔.๒ วิตามินอีมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p>	<p>14.1 Vitamin E contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>14.2 Vitamin E contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p>
๑๕	วิตามินเค (Vitamin K)	<p>๑๕.๑ วิตามินเคมีส่วนช่วยในการแข็งตัวตามปกติของเลือด</p> <p>๑๕.๒ วิตามินเคมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก</p>	<p>15.1 Vitamin K contributes to normal blood clotting.</p> <p>15.2 Vitamin K contributes to the maintenance of normal bones.</p>
๑๖	แคลเซียม (Calcium)	<p>๑๖.๑ แคลเซียมจำเป็นต่อการคงสภาพปกติของกระดูกและฟัน</p> <p>๑๖.๒ แคลเซียมมีส่วนช่วยในการแข็งตัวตามปกติของเลือด</p> <p>๑๖.๓ แคลเซียมมีส่วนช่วยในกระบวนการสร้างกระดูกและฟันที่แข็งแรง</p> <p>๑๖.๔ แคลเซียมมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๑๖.๕ แคลเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของกล้ามเนื้อ</p> <p>๑๖.๖ แคลเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของสารสื่อประสาท</p> <p>๑๖.๗ แคลเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของเอนไซม์ในระบบย่อยอาหาร</p>	<p>16.1 Calcium is needed for the maintenance of normal bones and teeth.</p> <p>16.2 Calcium contributes to normal blood clotting.</p> <p>16.3 Calcium contributes to the synthesis of bones and teeth.</p> <p>16.4 Calcium contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>16.5 Calcium contributes to normal muscle function.</p> <p>16.6 Calcium contributes to normal neurotransmission.</p> <p>16.7 Calcium contributes to the normal function of digestive enzymes.</p>
๑๗	ฟอสฟอรัส (Phosphorus)	<p>๑๗.๑ ฟอสฟอรัสจำเป็นต่อการคงสภาพปกติของกระดูกและฟัน</p>	<p>17.1 Phosphorus is needed for the maintenance of normal bones and</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		<p>๑๗.๒ ฟอสฟอรัสมีส่วนช่วยในกระบวนการสร้างกระดูกและฟันที่แข็งแรง</p> <p>๑๗.๓ ฟอสฟอรัสมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๑๗.๔ ฟอสฟอรัสมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของเยื่อหุ้มเซลล์</p>	<p>teeth.</p> <p>17.2 Phosphorus contributes to the synthesis of bones and teeth.</p> <p>17.3 Phosphorus contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>17.4 Phosphorus contributes to normal function of cell membranes.</p>
๑๘	เหล็ก (Iron)	<p>๑๘.๑ เหล็กมีส่วนช่วยในการสร้างเม็ดเลือดแดงและฮีโมโกลบินตามปกติ</p> <p>๑๘.๒ เหล็กมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๑๘.๓ เหล็กมีส่วนช่วยในการขนส่งออกซิเจนในร่างกายตามปกติ</p> <p>๑๘.๔ เหล็กมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p>	<p>18.1 Iron contributes to normal formation of red blood cells and haemoglobin.</p> <p>18.2 Iron contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>18.3 Iron contributes to normal oxygen transport in the body.</p> <p>18.4 Iron contributes to the normal function of the immune system.</p>
๑๙	ไอโอดีน (Iodine)	<p>๑๙.๑ ไอโอดีนมีส่วนช่วยในการสร้างฮอร์โมนไทรอยด์และการทำงานของไทรอยด์ตามปกติ</p> <p>๑๙.๒ ไอโอดีนมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๑๙.๓ ไอโอดีนมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๑๙.๔ ไอโอดีนมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของผิวหนัง</p>	<p>19.1 Iodine contributes to the normal production of thyroid hormones and normal thyroid function</p> <p>19.2 Iodine contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>19.3 Iodine contributes to normal function of the nervous system.</p> <p>19.4 Iodine contributes to the maintenance of normal skin.</p>
๒๐	แมกนีเซียม (Magnesium)	<p>๒๐.๑ แมกนีเซียมเป็นส่วนประกอบของกระดูกและฟัน</p> <p>๒๐.๒ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ</p> <p>๒๐.๓ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยรักษาสมดุลของอิเล็กโทรไลต์</p> <p>๒๐.๔ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๒๐.๕ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยในการสังเคราะห์โปรตีนตามปกติ</p> <p>๒๐.๖ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก</p> <p>๒๐.๗ แมกนีเซียมมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของ</p>	<p>20.1 Magnesium is a component of bones and teeth.</p> <p>20.2 Magnesium contributes to the normal function of the muscle and nervous system.</p> <p>20.3 Magnesium contributes to electrolyte balance.</p> <p>20.4 Magnesium contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>20.5 Magnesium contributes to normal protein synthesis.</p> <p>20.6 Magnesium contributes to the maintenance of normal bones.</p> <p>20.7 Magnesium contributes to the</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		ฟัน	maintenance of normal teeth.
๒๑	สังกะสี (Zinc)	<p>๒๑.๑ สังกะสีช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย</p> <p>๒๑.๒ สังกะสีมีส่วนช่วยในการสังเคราะห์ดีเอ็นเอตามปกติ</p> <p>๒๑.๓ สังกะสีมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน</p> <p>๒๑.๔ สังกะสีมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของกรดไขมัน</p> <p>๒๑.๕ สังกะสีมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของวิตามินเอ</p> <p>๒๑.๖ สังกะสีมีส่วนช่วยในการสังเคราะห์โปรตีนตามปกติ</p> <p>๒๑.๗ สังกะสีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก</p> <p>๒๑.๘ สังกะสีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเส้นผม</p> <p>๒๑.๙ สังกะสีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเล็บ</p> <p>๒๑.๑๐ สังกะสีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของผิวหนัง</p> <p>๒๑.๑๑ สังกะสีมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของการมองเห็น</p> <p>๒๑.๑๒ สังกะสีมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p> <p>๒๑.๑๓ สังกะสีมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๒๑.๑๔ สังกะสีมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p>	<p>21.1 Zinc contributes to growth.</p> <p>21.2 Zinc contributes to normal DNA synthesis.</p> <p>21.3 Zinc contributes to normal macronutrient metabolism.</p> <p>21.4 Zinc contributes to normal metabolism of fatty acids.</p> <p>21.5 Zinc contributes to normal metabolism of vitamin A.</p> <p>21.6 Zinc contributes to normal protein synthesis.</p> <p>21.7 Zinc contributes to the maintenance of normal bones.</p> <p>21.8 Zinc contributes to the maintenance of normal hair.</p> <p>21.9 Zinc contributes to the maintenance of normal nails.</p> <p>21.10 Zinc contributes to the maintenance of normal skin.</p> <p>21.11 Zinc contributes to the maintenance of normal vision.</p> <p>21.12 Zinc contributes to the normal function of the immune system.</p> <p>21.13 Zinc contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>21.14 Zinc contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p>
๒๒	ทองแดง (Copper)	<p>๒๒.๑ ทองแดงมีส่วนช่วยในการสร้างฮีโมโกลบิน</p> <p>๒๒.๒ ทองแดงมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเนื้อเยื่อเกี่ยวพัน</p> <p>๒๒.๓ ทองแดงมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๒๒.๔ ทองแดงมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๒๒.๕ ทองแดงมีส่วนช่วยในการขนส่งเหล็กใน</p>	<p>22.1 Copper contributes to haemoglobin synthesis.</p> <p>22.2 Copper contributes to the maintenance of normal connective tissues.</p> <p>22.3 Copper contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>22.4 Copper contributes to the normal function of the nervous system.</p> <p>22.5 Copper contributes to normal iron</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		<p>ร่างกายตามปกติ</p> <p>๒๒.๖ ทองแดงมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p> <p>๒๒.๗ ทองแดงมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๒๒.๘ ทองแดงมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p>	<p>transport in the body.</p> <p>22.6 Copper contributes to the normal function of the immune system.</p> <p>22.7 Copper contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>22.8 Copper contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p>
๒๓	โพแทสเซียม (Potassium)	<p>๒๓.๑ โพแทสเซียมมีส่วนช่วยในการรักษาสสมดุลของกรด-ด่าง และอิเล็กโทรไลต์</p> <p>๒๓.๒ โพแทสเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของระบบประสาท</p> <p>๒๓.๓ โพแทสเซียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของกล้ามเนื้อ</p> <p>คำเตือน: ถ้าร่างกายได้รับโพแทสเซียมมาก อาจทำให้หัวใจเต้นผิดปกติได้</p>	<p>23.1 Potassium contributes to acid-base and electrolyte balance.</p> <p>23.2 Potassium contributes to the normal function of the nervous system.</p> <p>23.3 Potassium contributes to normal muscle function.</p> <p>Warning: Excessive potassium may cause abnormal heart rate.</p>
๒๔	แมงกานีส (Manganese)	<p>๒๔.๑ แมงกานีสมีส่วนร่วมในการทำงานของเอนไซม์หลายกลุ่มในร่างกาย</p> <p>๒๔.๒ แมงกานีสมีส่วนช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานจากเมตาบอลิซึมตามปกติ</p> <p>๒๔.๓ แมงกานีสมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของกระดูก</p> <p>๒๔.๔ แมงกานีสมีส่วนช่วยในการสร้างเนื้อเยื่อเกี่ยวพันตามปกติ</p> <p>๒๔.๕ แมงกานีสมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๒๔.๖ แมงกานีสมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p>	<p>24.1 Manganese contributes to the function of enzymes in the body.</p> <p>24.2 Manganese contributes to normal energy-yielding metabolism.</p> <p>24.3 Manganese contributes to the maintenance of normal bones.</p> <p>24.4 Manganese contributes to the normal formation of connective tissue.</p> <p>24.5 Manganese contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>24.6 Manganese contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p>
๒๕	ซีลีเนียม (Selenium)	<p>๒๕.๑ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยในกระบวนการต่อต้านอนุมูลอิสระ</p> <p>๒๕.๒ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยในการปกป้องเซลล์จากอนุมูลอิสระ</p> <p>๒๕.๓ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเส้นผม</p>	<p>25.1 Selenium contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>25.2 Selenium contributes to the protection of cells from oxidative stress.</p> <p>25.3 Selenium contributes to the maintenance of normal hair.</p>

อันดับ	สารอาหาร	ข้อความกล่าวอ้างภาษาไทย	ข้อความกล่าวอ้างภาษาอังกฤษ
		<p>๒๕.๔ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของเล็บ</p> <p>๒๕.๕ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ตามปกติของระบบภูมิคุ้มกัน</p> <p>๒๕.๖ ซีลีเนียมมีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของไทรอยด์</p>	<p>25.4 Selenium contributes to the maintenance of normal nails.</p> <p>25.5 Selenium contributes to the normal function of the immune system.</p> <p>25.6 Selenium contributes to the normal thyroid function.</p>
๒๖	โมลิบดีนัม (Molybdenum)	๒๖.๑ โมลิบดีนัมมีส่วนช่วยในการทำงานของเอนไซม์บางชนิดในร่างกาย	27.1 Molybdenum contributes to the normal function of some enzymes in the body.
๒๗	โครเมียม (Chromium)	<p>๒๗.๑ โครเมียมมีส่วนช่วยในการทำงานของอินซูลินในการนำกลูโคสเข้าเซลล์</p> <p>๒๗.๒ โครเมียมมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของคาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน</p>	<p>28.1 Chromium contributes to glucose-uptake function of insulin.</p> <p>28.2 Chromium contributes to normal macronutrient metabolism.</p>
๒๘	คลอไรด์ (Chloride)	<p>๒๘.๑ คลอไรด์มีส่วนช่วยรักษาสสมดุลของกรด-ด่างในร่างกาย</p> <p>๒๘.๒ คลอไรด์เป็นส่วนประกอบของกรดไฮโดรคลอริกในระบบย่อยอาหาร</p>	<p>29.1 Chloride contributes to the maintenance of acid-base balance.</p> <p>29.2 Chloride contributes to the normal digestion by production of hydrochloric acid in the stomach.</p>

บัญชีหมายเลข ๒

ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๔๔๗) พ.ศ. ๒๕๖๖

ออกตามความในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒

เรื่อง การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารบนฉลาก

ข้อความกล่าวอ้างหน้าที่อื่น

อันดับ	อาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร	ข้อความกล่าวอ้าง	เงื่อนไขการกล่าวอ้าง
๑	เบต้า-กลูแคนจากข้าวโอ๊ต/ ข้าวบาร์เลย์	๑.๑ เบต้า-กลูแคนจากข้าวโอ๊ต/ข้าวบาร์เลย์ มีส่วนช่วยลดการดูดซึมคอเลสเตอรอล (Beta-glucans from oat/barley contribute to the reduction of cholesterol absorption.)	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ๑. ต้องมีเบต้า-กลูแคนจากข้าวโอ๊ต ข้าวโอ๊ต ข้าวบาร์เลย์ ข้าวบาร์เลย์ ในลักษณะวัตถุดิบ ตามธรรมชาติที่ไม่ได้ผ่านการแปรรูปหรือผ่าน กระบวนการเล็กน้อย อย่างน้อย ๑ กรัม ต่อหนึ่ง หน่วยบริโภค หรือต่อ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ^๑ ๒. ต้องไม่ใช่เบต้า-กลูแคนที่ได้จากกระบวนการ สกัดหรือทำให้เข้มข้น ๓. ต้องแสดงข้อความ “ควรบริโภคเบต้า-กลูแคน ๓ กรัมต่อวัน”
๒	ไฟโตสเตอรอล/ ไฟโตสแตนอล ^๒	๒.๑ ไฟโตสเตอรอล/ไฟโตสแตนอล ^๒ มีส่วนช่วยลดการดูดซึมคอเลสเตอรอล (Phytosterols/Phytostanols contribute to the reduction of cholesterol absorption)	๑. ชนิดอาหารที่อนุญาตให้กล่าวอ้าง ๑) ผลิตภัณฑ์ของนม เช่น นมปรุงแต่ง นมเปรี้ยว และโยเกิร์ต ๒) ผลิตภัณฑ์เนย มارجารีน และไขมันทาขนมปัง ๓) นมถั่วเหลือง ๔) ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารชนิดที่มีองค์ประกอบ หลักเป็นนม นมถั่วเหลือง หรือไขมัน ๒. อาหารต้องมีไฟโตสเตอรอล/แพลนท์ สเตอรอล/ ไฟโตสแตนอล/แพลนท์ สแตนอล (ในรูปอิสระ) ไม่น้อยกว่า ๐.๘ กรัม ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค หรือต่อ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ^๑ ๓. แสดงข้อความคำเตือน ดังต่อไปนี้ บนฉลากด้วย ตัวอักษรสีแดง เห็นได้ชัดเจนในกรอบ <ul style="list-style-type: none">• “ไม่ควรรับประทานไฟโตสเตอรอล/ไฟโต สแตนอล เกินวันละ ๒ กรัม”• “ต้องบริโภคพร้อมมื้ออาหาร”• “ผู้ป่วยควรปรึกษาแพทย์ก่อนรับประทาน”• “ควรบริโภคผักและผลไม้ เพื่อช่วยรักษา ระดับคอเลสเตอรอลในร่างกายให้เป็นปกติ”• “หากรับประทานต่อเนื่อง อาจทำให้ระดับ วิตามินอีลดต่ำลงได้”• “เด็ก สตรีมีครรภ์และให้นมบุตร ไม่ควร รับประทาน”

อันดับ	อาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร	ข้อความกล่าวอ้าง	เงื่อนไขการกล่าวอ้าง
๓	โคลีน (Choline)	<p>๓.๑ โคลีนมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของไขมัน (Choline contributes to normal lipid metabolism.)</p> <p>๓.๒ โคลีนมีส่วนช่วยคงสภาพปกติของการทำงานของตับ (Choline contributes to the maintenance of normal liver function.)</p> <p>๓.๓ โคลีนมีส่วนช่วยในเมตาบอลิซึมปกติของโฮโมซิสเตอีน (Choline contributes to normal homocysteine metabolism.)</p>	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องมีโคลีน อย่างน้อย ๘๒.๕ มิลลิกรัม ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค หรือต่อ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ^๑
๔	กรดโดโคซาเฮกซาอีโนอิก (ดีเอชเอ) และกรดไอโคซาเพนทาอีโนอิก (อีพีเอ) ((Docosa-hexaenoic acid (DHA) and Eicosa-pentaenoic acid (EPA))	กรดโดโคซาเฮกซาอีโนอิก (ดีเอชเอ) และกรดไอโคซาเพนทาอีโนอิก (อีพีเอ) มีส่วนช่วยในการทำงานตามปกติของหัวใจ (Docosa-hexaenoic acid (DHA) and Eicosa-pentaenoic acid (EPA) contribute to the normal function of the heart.)	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องมีกรดโดโคซาเฮกซาอีโนอิก (ดีเอชเอ) และกรดไอโคซาเพนทาอีโนอิก (อีพีเอ) รวมกันไม่น้อยกว่า ๔๐ มิลลิกรัม ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค หรือต่อ ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร ^๑ และต้องแสดงข้อความ “ควรบริโภคดีเอชเอ (DHA) และอีพีเอ (EPA) ๒๕๐ มิลลิกรัมต่อวัน”
๕	อาหารที่มีโซเดียมต่ำ หรือโซเดียมต่ำมาก หรือปราศจากโซเดียม หรือลดโซเดียม หรือโซเดียมน้อย	การลดการบริโภคโซเดียมมีส่วนช่วยคงระดับปกติของความดันโลหิต (Reducing consumption of sodium contributes to the maintenance of normal blood pressure)	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขของการกล่าวอ้าง “โซเดียมต่ำ” “โซเดียมต่ำมาก” “ปราศจากโซเดียม” “ลดโซเดียม” หรือ “โซเดียมน้อย” ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วย ฉลากโภชนาการ
๖	อาหารที่มีไขมันอิ่มตัวต่ำ หรือปราศจากไขมันอิ่มตัว หรือลดไขมันอิ่มตัว	การลดการบริโภคไขมันอิ่มตัวมีส่วนช่วยคงระดับปกติของคอเลสเตอรอลในเลือด (Reducing consumption of saturated fat contributes to the maintenance of normal blood cholesterol levels)	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขการกล่าวอ้าง “ไขมันอิ่มตัวต่ำ” “ปราศจากไขมันอิ่มตัว” หรือ “ลดไขมันอิ่มตัว” ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วย ฉลากโภชนาการ

^๑ ปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก กรณีที่ไม่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ และอาหารนั้นไม่มีลักษณะการบริโภคใกล้เคียงกับอาหารที่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ให้คำนวณต่อปริมาณอาหาร ๑๐๐ กรัม หรือ ๑๐๐ มิลลิลิตร

^๒ อาจใช้ “ไฟโตสเตอรอล (Phytosterols)” “แพลนท์ สเตอรอล (Plant sterols)” “ไฟโตสทานอล (Phytostanols)” “แพลนท์ สทานอล (Plant stanols)” “เอสเทอร์ของไฟโตสเตอรอล (Phytosterol esters)” “เอสเทอร์ของแพลนท์ สเตอรอล (Plant sterol esters)” “เอสเทอร์ของไฟโตสทานอล (Phytostanol esters)” หรือ “เอสเทอร์ของแพลนท์ สทานอล (Plant stanol esters)” ให้สอดคล้องตามวัตถุดิบที่ใช้เป็นส่วนประกอบในผลิตภัณฑ์

บัญชีหมายเลข ๓

ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๔๔๗) พ.ศ. ๒๕๖๖

ออกตามความในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒

เรื่อง การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารบนฉลาก

ข้อความกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค

อันดับ	อาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร	ข้อความกล่าวอ้าง	เงื่อนไขการกล่าวอ้าง
๑	อาหารที่มีโซเดียมต่ำ หรือโซเดียมต่ำมาก หรือปราศจากโซเดียม	๑. อาหารที่มีโซเดียมต่ำ อาจช่วยลดความเสี่ยงของความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ ผลลัพธ์นี้เป็นอาหารที่มีโซเดียมต่ำ หรือโซเดียมต่ำมาก หรือปราศจากโซเดียม (แล้วแต่กรณี) (A diet low in sodium may reduce the risk of high blood pressure, a risk factor for stroke and heart disease. This product is low in / very low in / free of sodium.)	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขของการกล่าวอ้าง “โซเดียมต่ำ” “โซเดียมต่ำมาก” หรือ “ปราศจากโซเดียม” ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วย ฉลากโภชนาการ
		๒. การบริโภคอาหารที่มีโซเดียมต่ำ อาจช่วยลดความดันโลหิต ความดันโลหิตสูงเป็นปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ ผลลัพธ์นี้เป็นอาหารที่มีโซเดียมต่ำ หรือ โซเดียมต่ำมาก หรือปราศจากโซเดียม (แล้วแต่กรณี) (Consumption of diet low in sodium may reduce blood pressure. High blood pressure is a risk factor in the development of stroke and heart disease. This product is low in / very low in / free of sodium.)	
๒	อาหารที่มีไขมันอิ่มตัวต่ำ หรือปราศจากไขมันอิ่มตัว	๑. อาหารที่มีไขมันอิ่มตัวต่ำ อาจช่วยลดความเสี่ยงของภาวะคอเลสเตอรอลในเลือดสูง ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ ผลลัพธ์นี้มีไขมันอิ่มตัวต่ำ หรือปราศจากไขมันอิ่มตัว (แล้วแต่กรณี) A diet low in saturated fat may reduce the risk of high blood cholesterol, a risk factor for coronary heart disease. This product is low in / free of saturated fat.	อาหารที่จะแสดงข้อความกล่าวอ้างดังกล่าว ต้องเป็นไปตามเงื่อนไขการกล่าวอ้าง “ไขมันอิ่มตัวต่ำ” หรือ “ปราศจากไขมันอิ่มตัว” ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วย ฉลากโภชนาการ
		๒. การบริโภคอาหารที่มีไขมันอิ่มตัวต่ำ อาจช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด คอเลสเตอรอลในเลือดสูงเป็นปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ ผลลัพธ์นี้มีไขมันอิ่มตัวต่ำ หรือปราศจากไขมันอิ่มตัว (แล้วแต่กรณี)	

อันดับ	อาหารหรือ ส่วนประกอบของ อาหาร	ข้อความกล่าวอ้าง	เงื่อนไขการกล่าวอ้าง
		(Consumption of diet low in saturated fat may reduce blood cholesterol. High blood cholesterol is a risk factor in the development of coronary heart disease. This product is low in / free of saturated fat.)	

บัญชีหมายเลข ๔

ท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๔๔๗) พ.ศ. ๒๕๖๖
ออกตามความในพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. ๒๕๒๒
เรื่อง การกล่าวอ้างทางสุขภาพของอาหารบนฉลาก

หลักฐานประกอบการยื่นขอพิจารณาผลการประเมินการกล่าวอ้างทางสุขภาพ

๑. ข้อมูลทั่วไป

ลำดับที่	รายการเอกสาร
๑	- ชื่อผลิตภัณฑ์ภาษาไทย - ชื่อผลิตภัณฑ์ภาษาอังกฤษ (ถ้ามี) - เอกสารการได้รับอนุญาตเลขสารบบอาหาร (ถ้ามี)
๒	ประเภทของการกล่าวอ้างทางสุขภาพ <input type="checkbox"/> การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร (nutrient function claims) <input type="checkbox"/> การกล่าวอ้างหน้าที่อื่น (other function claims) <input type="checkbox"/> การกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค (reduction of disease risk claims)
๓	ข้อมูลการกล่าวอ้างทางสุขภาพ ๑) อาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่จะกล่าวอ้าง ๒) ความสัมพันธ์ระหว่างอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร และผลต่อสุขภาพตามที่กล่าวอ้าง ๓) ตัวแปรที่ใช้ (outcome variable (s)) ประเมินผลต่อสุขภาพในมนุษย์ ๔) ข้อความกล่าวอ้างทางสุขภาพ - ภาษาไทย - ภาษาอังกฤษ (ถ้ามี) - ภาษาต่างประเทศอื่น (ถ้ามี) ๕) เงื่อนไขการกล่าวอ้างทางสุขภาพ ๕.๑ กลุ่มเป้าหมาย ๕.๒ ปริมาณของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่ให้ผลตามที่กล่าวอ้าง ๕.๓ รูปแบบการบริโภคที่ให้ผลตามที่กล่าวอ้าง ๕.๔ วิธีการเตรียม (ถ้ามี) ๕.๕ ข้อควรระวังและคำแนะนำในการบริโภค พร้อมเหตุผล (ถ้ามี) เช่น กรณีการบริโภคมากเกินไป ประชากรกลุ่มเสี่ยง เป็นต้น

๒. ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร

ลำดับที่	รายการเอกสาร
๑	รายละเอียดของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหาร ๑) อาหารที่จะกล่าวอ้าง ๒) ส่วนประกอบของอาหารที่จะกล่าวอ้าง แล้วแต่กรณี ๒.๑ สารอาหารในบัญชี Thai RDI - ชื่อสารอาหาร

ลำดับที่	รายการเอกสาร
	<ul style="list-style-type: none"> - รูปแบบของสารอาหาร - แหล่ง (source) - ข้อกำหนดคุณภาพ (specification) ด้านกายภาพ เคมี จุลินทรีย์และสารปนเปื้อน ๒.๒ สารอาหารอื่นที่นอกเหนือจากบัญญัติ Thai RDI - ชื่อสารอาหาร - รูปแบบของสารอาหาร - แหล่ง (source) - ข้อกำหนดคุณภาพ (specification) ด้านกายภาพ เคมี จุลินทรีย์และสารปนเปื้อน ๒.๓ สารอื่น - ชื่อสาร - แหล่ง (source) - ข้อกำหนดคุณภาพ (specification) ชนิดและปริมาณสารสำคัญ คุณภาพด้านกายภาพ เคมี จุลินทรีย์และสารปนเปื้อน ๒.๔ องค์ประกอบของอาหาร กรณีที่ไม่สามารถระบุสารสำคัญที่กล่าวอ้างได้ ๓) สูตรส่วนประกอบของอาหาร ๔) ลักษณะของอาหาร ๕) คุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ๖) ปริมาณของอาหารที่ให้ผลตามที่กล่าวอ้าง ๗) ข้อกำหนดคุณภาพ (specification) ชนิดและปริมาณสารสำคัญ คุณภาพด้านกายภาพ เคมี จุลินทรีย์ และสารปนเปื้อนของอาหาร ๘) ความแปรปรวนของสารสำคัญในอาหารระหว่างรุ่นการผลิต (variability from batch to batch) ๙) วิธีวิเคราะห์ (analytical methods) และรายงานผลการตรวจวิเคราะห์ส่วนประกอบของอาหารที่จะกล่าวอ้างในอาหาร จากห้องปฏิบัติการที่เป็นหน่วยงานของรัฐทั้งในประเทศ และต่างประเทศ หน่วยงานหรือองค์กรที่ได้รับมอบหมายหรือได้รับการรับรองจากหน่วยงานของรัฐ หน่วยงานหรือองค์กรทั้งในประเทศและต่างประเทศที่ได้รับการรับรองโดยหน่วยงานรับรองห้องปฏิบัติการตามมาตรฐานสากล
๒	กระบวนการผลิต
๓	รายงานผลการศึกษาความคงสภาพของผลิตภัณฑ์ที่ระบุสถานะและอายุการเก็บรักษา

๓. ข้อมูลเกี่ยวกับผลของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีต่อสุขภาพ ตามประเภทของการกล่าวอ้างแล้วแต่กรณี

๓.๑ การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร (nutrient function claims) ต้องมีรายละเอียดดังนี้

- ๑) หน้าที่ของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย
- ๒) กลไกของสารอาหารที่มีผลทางสรีรวิทยาต่อการทำงานของร่างกาย

๓.๒ การกล่าวอ้างหน้าที่อื่น (other function claims) ต้องมีรายละเอียดดังนี้

- ๑) หน้าที่ของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีผลต่อการทำงานของร่างกายอย่างเฉพาะเจาะจง
- ๒) กลไกของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีผลทางสรีรวิทยาต่อการทำงานของร่างกายอย่างเฉพาะเจาะจง

๓) วิธีการประเมินผลต่อการทำหน้าที่ของร่างกายที่เฉพาะเจาะจงในร่างกายมนุษย์ ด้วยวิธีที่เป็นที่ยอมรับ โดยทั่วไป พร้อมทั้งระบุตัวแปรที่ใช้ (outcome variable (s)) ประเมินผลต่อสุขภาพในร่างกายมนุษย์ และวิธีการทดสอบ (methods of measurement)

๓.๓ การกล่าวอ้างการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค (reduction of disease risk claims) ต้องมีรายละเอียดดังนี้

- ๑) โรค (disease) และปัจจัยเสี่ยง (risk factor) ที่ทำให้เกิดโรคในมนุษย์
- ๒) วิธีการประเมินปัจจัยเสี่ยงที่เฉพาะเจาะจงต่อการเกิดโรคในมนุษย์ พร้อมทั้งระบุตัวแปรที่ใช้ (outcome variable (s)) และวิธีการทดสอบ (methods of measurement) ปัจจัยเสี่ยงนั้นในมนุษย์
- ๓) เกณฑ์ที่ใช้ในการวินิจฉัยโรคที่เป็นที่ยอมรับในวงการแพทย์
- ๔) กลไกของอาหารหรือส่วนประกอบของอาหารที่มีผลต่อการลดปัจจัยเสี่ยง (risk factor) และความเสี่ยงของการเกิดโรค (disease risk)
- ๕) ความสัมพันธ์ระหว่างการลดปัจจัยเสี่ยง (risk factor) และความเสี่ยงของการเกิดโรค (disease risk) พร้อมเอกสารหลักฐานสนับสนุน

๔. ข้อมูลที่เกี่ยวข้องอื่นๆ

ลำดับที่	รายการเอกสาร
๑	เอกสารหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่แนบประกอบการพิจารณา พร้อมบัญชีรายการเอกสารอ้างอิง
๒	หนังสือรับรองการจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารที่กล่าวอ้างทางสุขภาพ (ถ้ามี)
๓	ตัวอย่างฉลากผลิตภัณฑ์ที่มีการกล่าวอ้างทางสุขภาพและจำหน่ายในต่างประเทศ (ถ้ามี)