

# น้ำมันพืชที่มีการเติม ไฮโดรเจนบางส่วน

สารในอาหาร ที่อยู่ในรายการต้องห้าม  
มีผลบังคับใช้ในวันที่ 1 ธันวาคม 2023

## Partially Hydrogenated Oils

Listed as a Prohibited Substance in Food  
Effective 1 December 2023



กฎระเบียบว่าด้วยสารที่เป็นอันตรายในอาหาร (แก้ไข) ปี 2021 (ระเบียบแก้ไขเพิ่มเติม) เกี่ยวกับการขึ้นบัญชีน้ำมันพืชที่มีการเติมไฮโดรเจนบางส่วน (PHOs) เป็นสารต้องห้ามในอาหารโดยมีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม 2023

จากโครงการเฝ้าระวังอาหารศูนย์ความปลอดภัยด้านอาหารจะนำตัวอย่างอาหารในระดับนำเข้าค้าส่งและขายปลีกสำหรับการทดสอบเพื่อประเมินความเสี่ยงของอาหารรวมถึงPHOsและกรดไขมันทรานส์และจะดำเนินคดีกับตัวอย่างอาหารซึ่งไม่เป็นที่พึงพอใจ



The Harmful Substances in Food (Amendment) Regulation 2021 (the Amendment Regulation) regarding the listing of partially hydrogenated oils (PHOs) as a prohibited substance in food comes into effect on 1 December 2023.

Through the Food Surveillance Programme, the Centre for Food Safety will take food samples at import, wholesale and retail levels for testing to assess the risk of food, including PHOs and trans fatty acids, and will take legal actions for unsatisfactory food samples.

## ทำไมจึงมีการแก้ไขสารอันตรายในระเบียบ ข้อบังคับด้านอาหาร

PHOs เป็นแหล่งสำคัญของกรดไขมันทรานส์ที่ผลิตในอุตสาหกรรมซึ่งเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด ระเบียบแก้ไขมีจุดมุ่งหมายเพื่อขจัดแหล่งที่มาของกรดไขมันทรานส์ซึ่งเป็นแหล่งที่มาที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อปกป้องสุขภาพของประชาชน

### อาหารอะไรบ้างที่มี PHOs

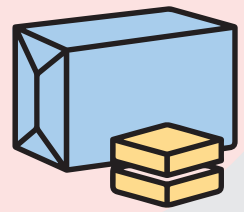
มีการใช้สาร PHO อย่างกว้างขวางในการผลิตอาหารหลายประเภท ได้แก่:

- เนยเทียม
- เนยขาว
- น้ำมันก๊าด (เนยก๊าดจากนมวัว)
- ขนมอบหลากหลายชนิด เช่น แป้งขนมอบ แป้งพาย คุกกี้ เค้ก

### ผู้ค้าอาหารสามารถทำอย่างไรได้บ้าง

ในการจัดหาส่วนผสมและ/หรือผลิตภัณฑ์อาหาร ผู้ผลิตอาหารควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่ไม่มี PHO และกำหนดให้ผู้จำหน่ายส่วนผสมจัดส่งเอกสารที่เกี่ยวข้องเช่น รายละเอียดของผลิตภัณฑ์รายงานในห้องปฏิบัติการเพื่อให้แน่ใจว่าส่วนผสม และ/หรือผลิตภัณฑ์อาหารเหล่านี้ไม่มี PHO

ปัจจุบัน มีน้ำมัน และไขมันที่บริโภคได้ซึ่งไม่มีสาร PHO จำหน่ายในท้องตลาดเพื่อใช้เป็นส่วนผสมในอาหารเช่นเนยเทียมที่ปราศจากสาร PHO และเนยขาวน้ำมันและไขมันเหล่านี้สามารถนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์ที่หลากหลายและตอบสนองประโยชน์ของผู้บริโภค



### Why amended the Harmful Substance in Food regulation?

PHOs are a significant source of industrially produced trans fatty acids, which increase the risk of cardiovascular disease. The Amendment Regulation aims to eliminate the source of man-made trans fatty acids at the source to protect the public's health.

### What foodstuff contains PHOs?

PHOs have been extensively utilised in the production of a wide range of foods, including:

- Margarine
- Vegetable shortening
- Vegetable ghee (vanaspati)
- A variety of baked goods including puff pastry, pie crust, cookies, cakes

### What could food traders do?

When procuring ingredients and/or food products, food manufacturers should choose those without PHOs, and require suppliers to submit relevant documents, such as product specifications, laboratory reports, to ensure that these ingredients and/or food products do not include PHOs.

Currently, edible oils and fats that do not contain PHOs, such as PHO-free margarine and vegetable shortening, are available on the market for use as food ingredients. These oils and fats can be used for a variety of purposes and meet the interests of consumers.



# เมื่อทำการจัดซื้อ Upon procurement,

1

โปรดอ่านป้ายฉลากอาหารเพื่อดูว่าส่วนผสมมี PHOs หรือน้ำมันพืชที่มีการเติมไฮโดรเจนให้อิ่มตัวหรือไม่ และ **อย่าเลือกส่วนผสมที่มี PHO**

Read food labels to see if ingredients contain PHOs or fully hydrogenated oils, and **do not choose ingredients that contain PHOs**



## เนยเทียม TasteGood TasteGood Margarine

ส่วนผสม: น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันถั่วเหลืองที่มีการเติมไฮโดรเจนให้อิ่มตัว น้ำเกลือหางนมอิมัลซิไฟเออร์ (เลขคตินจากถั่วเหลือง) อิมัลซิไฟเออร์ (471) สารกันบูด (202) ตัวควบคุมความเป็นกรด (330)

Ingredients: Soybean oil, **fully hydrogenated soybean oil**, water, salt, whey, emulsifier (soy lecithin), emulsifier (471), preservative (202), acidity regulator (330)

มีการเติมไฮโดรเจนให้อิ่มตัว  
Fully hydrogenated

มีการเติมไฮโดรเจนบางส่วน  
Partially hydrogenated

มีการเติมไฮโดรเจน  
Hydrogenated

✓ พิจารณาใช้  
Consider using

✗ หยุดใช้  
Stop using

2

ขอให้ผู้จำหน่ายส่วนผสมจัดเตรียมเอกสารที่เกี่ยวข้อง เช่น **รายละเอียดของผลิตภัณฑ์ และรายงานในห้องปฏิบัติการ**

Ask suppliers to provide relevant documents, such as **product specifications and laboratory reports.**

CFS ได้เผยแพร่คำแนะนำในการเปลี่ยนไขมันทรานส์ที่ผลิตทางอุตสาหกรรมในอาหารซึ่งช่วยการค้าในการจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพที่เกี่ยวกับการลดไขมันทรานส์และทดแทนไขมันทรานส์ที่ผลิตในอุตสาหกรรม

The CFS has published the Guidance to Replace Industrially-produced Trans Fats in Food, assisting trade to provide healthier food with respect to reducing trans fats and replacing industrially-produced trans fats.



中文版



English

นอกจากนี้ ยังมีแผ่นพับเรื่องการแทนที่ไขมันทรานส์ที่ผลิตทางอุตสาหกรรมในอาหารเป็นภาษาอื่นเช่นกัน Pamphlet on Replace Industrially-produced Trans Fats in Food is also in other languages.



Basaha  
Indonesia



हिन्दी  
Hindi



नेपाली  
Nepali



Tagalog



ภาษาไทย  
Thai



اردو  
Urdu