



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

สำนักโภชนาการ

จัดทำโดย : คณะกรรมการ FB DGs

การประชุมการจัดทำข้อเสนอแนะการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพที่ดี (FB DGs) ครั้งที่ 3/2566

วันที่ 11 กรกฎาคม 2566 เวลา 09.30-12.00 น.

ณ ห้องประชุมอุทัย พิศลยบุตร อาคาร 4 ชั้น 5 สำนักโภชนาการ กรมอนามัย และผ่าน Web Conference



ประธานการประชุม

ดร.แพทย์หญิงสายพิณ โชติวิเชียร ผู้อำนวยการสำนักโภชนาการ

ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วย

นพ.สมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ รศ.ดร.อุไรพร จิตต์แจ้ง , พญ.วิสารรัตน์ ธีรโกเมน , นางสุจิตต์ สาลีพันธ์ , นางณัฐวรรณ เซวาน์ลิลิตกุล และนักวิชาการจากสำนักโภชนาการ **ทางออนไลน์ประกอบด้วย** รศ.ดร.ประไพศรี ศิริจักรวาล , ศ.เกียรติคุณ พญ.ลัดดา เหมาะสุวรรณ , รศ.พญ.อุมาพร สุทัศน์วรุฒม์ , ศ.คลินิก ดร.พญ.นลินี จงวิริยะพันธุ์ , รศ.ดร.พัชราณี ภาวตุกุล พญ.นภาพรรณ วิริยะอุตสาหกุล , รศ.พญ.จรินทร์ทิพย์ สมประสิทธิ์ และรศ.พญ.สุภาพรรณ ตันตราชีวะร **รวมทั้งสิ้น 28 คน**

วัตถุประสงค์การประชุม

1. เพื่อพิจารณารูปแบบแผ่นพับธงโภชนาการของหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร ทารก และเด็กเล็กอายุ 0 – 5 ปี
2. เพื่อพิจารณาปริมาณอาหารที่แนะนำ ให้บริโภคใน 1 วัน สำหรับเด็กเล็กอายุ 0 – 11 เดือน

ประเด็นสำคัญจากที่ประชุม

1. ที่ประชุมพิจารณารูปแบบแผ่นพับธงโภชนาการสำหรับหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร และเด็กเล็ก 0-5 ปี เสนอให้จัดทำเป็น แผ่นพับธงโภชนาการ ทั้งหมด 3 ชุด ได้แก่
 - ❖ ชุดที่ 1 แผ่นพับธงโภชนาการสำหรับหญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร โดยมี (1) ธงโภชนาการสำหรับหญิงตั้งครรภ์ ไตรมาสที่ 1 (2) ธงโภชนาการหญิงตั้งครรภ์ ไตรมาสที่ 2 และ (3) ธงโภชนาการหญิงตั้งครรภ์ ไตรมาสที่ 3 รวมกับธงโภชนาการหญิงให้นมบุตร 0 - 6 เดือนแรก ซึ่งมีปริมาณอาหารที่แนะนำใน 1 วันใกล้เคียงกัน เพื่อสามารถปฏิบัติได้ต่อเนื่องจนถึงคลอดบุตร
 - ❖ ชุดที่ 2 แผ่นพับธงโภชนาการสำหรับหญิงให้นมบุตรและเด็กเล็ก 0-23 เดือนประกอบด้วย (1) ธงโภชนาการหญิงให้นมบุตร 6 เดือนขึ้นไป (2) ตารางปริมาณอาหารที่แนะนำสำหรับเด็กอายุ 0 - 11 เดือน และ (3) ธงโภชนาการเด็ก 12 - 23 เดือน
 - ❖ ชุดที่ 3 แผ่นพับธงโภชนาการเด็กอายุ 2 - 5 ปี
2. หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอายุ 13 - 18 ปี ไตรมาส 1 ไม่ต้องวิเคราะห์ตารางปริมาณพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันเพิ่มเติม ให้ใช้ข้อมูลค่าเฉลี่ยของวัยรุ่น 13-18 ปีก่อนตั้งครรภ์ เนื่องจากข้อมูลใกล้เคียงกัน โดยวิเคราะห์บนฐานที่มียาเม็ดเสริมวิตามิน Triferdine ประจำวัน
3. เพิ่มการวิเคราะห์ปริมาณพลังงานและสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันของทารก 6 - 11 เดือน จำแนกรายเดือน ซึ่งเป็นข้อมูลสำคัญที่จะส่งเสริมให้เด็กเล็กได้พลังงานและสารอาหารสำคัญตามวัยครบถ้วน ป้องกันการขาดสารอาหารสำคัญ โดยเฉพาะ แคลเซียม สังกะสี

ก้าวต่อไป

นำแผ่นพับธงโภชนาการทุกชุดไปทดสอบความรู้ ความเข้าใจ (try out) แบบง่าย หลังจากปรับแก้ไข

และนำมาเสนอในที่ประชุมครั้งต่อไป โดยนัดหมายประชุมคณะกรรมการ FB DGs ครั้งที่ 4/2566 เดือนสิงหาคม 2566

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



www.anamai.moph.go.th