

BLC *i* LETTER

ปีที่ 21 ฉบับที่ 83/2567 ประจำเดือนเมษายน - มิถุนายน 2567



Editor's Forum

- ฟ้าทะลายใจ ข้อควรระวังเกี่ยวกับความดันโลหิต

B-Customer

- โพล
- ข้อควรรู้...ก่อนใช้ Topical Clindamycin รักษาสิว
ใช้ไม่ถูกต้องเสี่ยงสิวตีอยา

BLC Standard

- น้ำตาเทียม
- การจัดการองค์ความรู้ในองค์กร

Health Care

- 8 โรคฮิตที่มากับช่วงฤดูร้อน

Health Corner

- เหนื่อยออกมาก ยิ่งเผาผลาญแคลอรีจริงหรือ?

BLC Knowledge

- ทำไมจึงไม่ควรซื้อยากินเอง

B-Move

- กิจกรรม BLC



Trusted Solutions For Lifelong well-Being



Bangkok Lab and Cosmetic Public Company Limited
48/1, Mu 5, Nong Chae Sao Road, Nam Phu Sub-district,
Mueang Ratchaburi District, Ratchaburi Province

เจ้าของ : บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน)

- 48/1 หมู่ 5 ถนนหนองแขงเสา ตำบลน้ำพุ อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี 70000
- 0-3271-9900
- 0-3271-9917
- @bangkoklab
- marketing@bangkoklab.net
- bangkoklab.blc
- http://www.bangkoklab.net , www.bangkoklab.co.th

ที่ปรึกษา	ภก.สุวิทย์	งามภูพันธ์
	ภก.ศุภชัย	สายบัว
	ภก.สมชัย	พิสพพุฑาร
	น.สพ.ปรัชญา	วีระชาติอิวัชชัย
	ภก.ประสิทธิ์	จุฬพุดพิงษ์
	ภก.วิโรจน์	พิชิตนิตกร
	ภก.ติระ	ธนจิราวัฒน์
บรรณาธิการบริหาร	ภก.ศุภชัย	สายบัว
	ภก.วงศธร	งามเอนก
	คุณสมพร	ผ่องศิริ
	คุณสมคิด	เพชรเมตต์แดง
บรรณาธิการวิชาการ	ดร.ภญ.นรินทร์	บุรณปริษา
กองบรรณาธิการ	แผนกประชาสัมพันธ์ ฝ่ายแผนผลิตและบริการลูกค้า	
สนับสนุนวิชาการ	- คณะกรรมการระบบมาตรฐาน (ISO 22000)	
	- คณะกรรมการระบบมาตรฐาน (มรท 9000)	
	คุณเดบิโต จวงเจิม (พยาบาลวิชาชีพ)	
เทคนิคและการออกแบบ	คุณสุพรรณษา	จิตงามขำ
	คุณจิโรจน์	ขำสุข
	คุณจันทิมา	สุรพันธ์
ปรัชญา	Quality means value of life	
	คุณภาพ คือ คุณค่าแห่งชีวิต	
วิสัยทัศน์	เป็นผู้นำการคิดค้นนวัตกรรม เป็นธุรกิจธรรมาภิบาล	
	บูรณาการภูมิปัญญาไทย สร้างคุณประโยชน์ให้ผู้บริโภค	

Editor's Forum	3
• ฟ้าทะลายโจร ข้อควรระวังเกี่ยวกับความดันโลหิต	
B-Customer	4
• โพล	
• ข้อควรรู้...ก่อนใช้ Topical Clindamycin รักษาสิว	
ใช้ไม่ถูกต้องเสี่ยงสิวลื้อยา	
BLC Standard	6
• น้ำตาเทียม	
• การจัดการองค์ความรู้ในองค์กร	
Health Care	8
• 8 โรคฮิตที่มากับช่วงฤดูร้อน	
Health Corner	9
• เหงื่อออกมาก ยิ่งเผาผลาญแคลอรีจริงหรือ?	
BLC Knowledge	10
• ทำไมจึงไม่ควรซื้อยากินเอง	
B-Move	11
• กิจกรรม BLC	

<p>4</p> <p>โพล</p>	<p>7</p> <p>การจัดการ องค์ความรู้ ในองค์กร</p>
<p>9</p> <p>เหงื่อออกมาก ยิ่งเผาผลาญแคลอรีจริงหรือ?</p>	<p>10</p> <p>สิวลื้อยา อันตราย</p>



บรรณาธิการ

สวัสดีค่ะ ช่วงนี้อากาศประเทศไทยเราร้อนมากๆ ต้องระวังสุขภาพทั้งกายและใจกันด้วยนะคะ และในปีนี้อากาศจะร้อนมากกว่าปีที่ผ่านมา เนื่องจากสภาพภูมิอากาศโลกที่เปลี่ยนแปลง โดยการประเมินความเสี่ยงจากสภาพภูมิอากาศ (Climate Risk Report) โดย Germanwatch พบว่าประเทศไทยจัดอยู่ในอันดับที่ 9 ของประเทศที่มีความเสี่ยงว่าจะได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศสูง นอกจากนี้ยังมีการศึกษาจัดทำ Health and climate change country profile พบว่า หากมีการเพิ่มขึ้นของก๊าซเรือนกระจก และเราไม่มีการป้องกันหรือปรับตัวใด ๆ เลย ภายในปี พ.ศ. 2613 (ค.ศ. 2070) มีแนวโน้มที่คนไทยราว 2,451,300 ราย จะได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม และการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศมีผลกระทบต่อด้านสุขภาพ ทั้งทางตรงจากสภาพอากาศที่รุนแรงและทางอ้อม เช่น ผลจากการความไม่มั่นคงทางอาหารและน้ำ และการแพร่ระบาดของโรคติดต่อที่มีแมลงเป็นพาหะและโรคติดต่อที่มีน้ำเป็นสื่อเพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศยังมีผลกระทบต่อการพัฒนาระบบบริการสุขภาพ การจัดหาวัสดุทางการแพทย์และการดูแลสุขภาพ ความไม่เท่าเทียมกันทางสุขภาพ การย้ายถิ่นของชุมชน รวมถึงผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดขึ้นตามมา แต่ในทางกลับกัน มาตรการลดการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศก่อให้เกิดผลประโยชน์ร่วมกันนานัปการ เช่น อากาศสะอาดขึ้น อาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพมากขึ้น และอาหารที่ผลิตได้อย่างยั่งยืนมากขึ้น

เอกสารข้อเท็จจริงเรื่องการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสุขภาพ ดูเพิ่มเติมที่ <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>



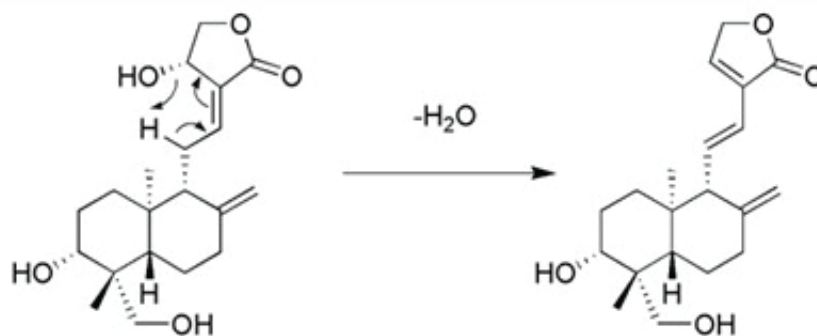
ฟ้าทะลายโจร

ข้อควรระวังเกี่ยวกับความดันโลหิต



ยาฟ้าทะลายโจรทั้งในรูปแบบของผงสมุนไพร (Crude Drug) และสารสกัด (Extract) ได้รับการบรรจุในบัญชียาหลักแห่งชาติด้านสมุนไพร พ.ศ. 2566 โดยมีสรรพคุณในการบรรเทาอาการของโรคหวัด (Common Cold) อย่างไรก็ตามในบัญชียาหลักแห่งชาติได้ระบุข้อควรระวังของการใช้ยาฟ้าทะลายโจรเกี่ยวกับการใช้ยาร่วมกับยาลดความดันโลหิตซึ่งอาจเสริมฤทธิ์กันได้

ฟ้าทะลายโจรประกอบด้วยสารสำคัญกลุ่ม Diterpene Lactones ได้แก่ Andrographolide, 14-Deoxy-11,12-didehydroandrographolide, Neoandrographolide และ 14-Deoxyandrographolide จากการศึกษาพบว่าสาร 14-Deoxy-11,12-didehydroandrographolide มีผลต่อความดันโลหิตโดยทำให้หลอดเลือดคลายตัว (Vasorelaxation) และลดอัตราการเต้นของหัวใจซึ่งสารนี้พบได้ทั้งในผงสมุนไพรฟ้าทะลายโจรและในสารสกัดฟ้าทะลายโจร และจะมีปริมาณเพิ่มมากขึ้นหากเก็บรักษาผงสมุนไพรหรือสารสกัดไว้ในอุณหภูมิสูงเป็นระยะเวลานาน คาดว่าเกิดจากการสลายตัวของสาร Andrographolide ไปเป็น 14-Deoxy-11,12-didehydroandrographolide โดยมีความร้อนเป็นตัวเร่งปฏิกิริยา



การสลายตัวของ Andrographolide เป็น 14-Deoxy-11,12-didehydroandrographolide

โดยในเภสัชตำรับของประเทศสหรัฐอเมริกา (United States Pharmacopeia, USP) ได้มีข้อกำหนดเกี่ยวกับปริมาณสาร 14-Deoxy-11,12-didehydroandrographolide ให้มีปริมาณไม่เกิน 15% ของปริมาณ Total Diterpene Lactones

ผู้เรียบเรียง : ดร.นรินทร์ บูรณปรีชา ผู้จัดการศูนย์วิจัย BLC

เอกสารอ้างอิง

1. บัญชียาหลักแห่งชาติด้านสมุนไพร พ.ศ. 2566 ตามประกาศคณะกรรมการพัฒนาระบบยาแห่งชาติ เรื่อง บัญชียาหลักแห่งชาติด้านสมุนไพร
2. Chia VV., et al. (2022). Thermal degradation kinetics of andrographolide, 14-deoxy-11,12-didehydroandrographolide and neoandrographolide extracted from *Andrographis paniculata*'s plant at different temperature. AIP Conference Proceedings. 2610. <http://doi.org/10.1063/5.0099710>.
3. Yoopan N., et al., 2007. Cardiovascular effects of 14-deoxy-11,12-didehydroandrographolide and *Andrographis paniculata* extracts. *Planta Med.* 73(6): 503-511.
4. Lomlim L., Jirayoung N., Plubrukarn A., 2003. Heat-accelerated degradation of solid-state andrographolide. *Chem.Pharm.Bull.* 51(1): 24-26.

รูปภาพ : <https://allwellhealthcare.com/> , <https://th.pngtree.com/>

ไพล



สมุนไพรไทยผสมสมุนไพรพื้นบ้านสู่ผลิตภัณฑ์ ครีมบรรเทาอาการปวด บวม อักเสบ เคล็ดขัดยอก ที่มีประสิทธิภาพระดับสากล

สมุนไพร “ไพล” มีการศึกษาทางด้านเภสัชวิทยาของน้ำมันไพล พบว่า ในน้ำมันไพลสกัด มีสารสำคัญที่เรียกว่า “dimethylphenylbutadione” หรือเรียกย่อว่า สาร DMPBD ซึ่งมีการศึกษาทางคลินิก พบว่า สารดังกล่าว มีสรรพคุณลดอาการปวด อักเสบ ได้เทียบเคียงยากกลุ่ม NSAIDs แผนปัจจุบัน



สาร DMPBD ในน้ำมันไพลสกัด มีฤทธิ์เย็น ช่วยบรรเทาอาการปวด อักเสบ เคล็ด ขัดยอก บรรเทาอาการฟกช้ำบวม สามารถนำมาใช้ในการทา ฤๅ นวด ได้บ่อยครั้งตามต้องการ และยังสามารถนำไปใช้ควบคู่กับการนวดแผนโบราณ นวดคลายเส้น นวดน้ำมันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลิตภัณฑ์ ครีมไพล ที่มีประสิทธิผลทางการรักษา จะต้องนำมาผ่านกรรมวิธีการผลิต โดยใช้เหง้าไพลสด จำนวน 1,000 กิโลกรัม นำมาสกัดด้วยวิธีการกลั่น จนได้น้ำมันไพลเข้มข้นที่ 5 กิโลกรัม แล้วนำน้ำมันไพลที่สกัดได้มาเข้าสู่ตรดาร์บ จนได้ครีมไพล ที่มีความเข้มข้น 14% ตามดาร์บบัญญัติหลัก ประเภทสมุนไพรแห่งชาติ

ผลิตภัณฑ์ครีมไพลที่ดี จะต้องมึเนื้อครีมที่เนียนละเอียด ซึมเข้าผิวได้รวดเร็ว ไม่เหนอะหนะ มีสีเหลืองนวลแต่ไม่ติดเสื้อผ้า มีกลิ่นหอมเย็นจากไพล ช่วยให้ผ่อนคลายระหว่างการใช้ และสรรพคุณของน้ำมันไพลยังช่วยบำรุงผิวให้ชุ่มชื้นได้อีกด้วย

ครีมไพล สามารถทาถูจนวดได้บ่อยตามต้องการ สามารถใช้บรรเทาอาการปวด เคล็ดขัดยอก ได้อย่างรวดเร็ว สามารถใช้ได้ทุกเพศ ทุกวัย ใช้ได้ตั้งแต่เด็กอายุ 2 ขวบปีขึ้นไป จนถึงผู้สูงอายุ มีความปลอดภัยสูง จึงเป็นผลิตภัณฑ์ที่ควรมีติดไว้ประจำบ้าน อีกทั้งยังเหมาะสำหรับการเป็นของขวัญฝากให้ญาติผู้ใหญ่ หรือเป็นของที่ระลึกสำหรับชาวต่างชาติ โดยเฉพาะกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวจีน และยุโรป ที่มาท่องเที่ยวประเทศไทยอีกด้วย

แหล่งข้อมูล : ศศิณัฐ ศรีโรจน์, พบ.
กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จังหวัดอุบลราชธานี
เรียบเรียงโดย คุณศิริวรรณ คำขวัญ Marketing Specialist, Bangkok Drug Co.,Ltd
ภาพโดย : <https://th.pngtree.com>



ข้อควรรู้ ... ก่อนใช้

Topical Clindamycin รักษาสิว

ใช้ไม่ถูกต้อง เสี่ยงสิวลึบ

สิวลึบ

ไม่ว่าวัยไหนๆ ก็สามารถเป็นได้โดยเฉพาะวัยรุ่น จะกังวลเมื่อเป็นสิวลึบ ไม่ว่าจะเกิดสิวลึบเล็ก สิวเม็ดใหญ่ จนไปถึงสิวลึบอักเสบ โดยส่วนใหญ่ ยาตัวแรกที่ใช้ คือ ยาทา Clindamycin ซึ่งหากใช้ไประยะหนึ่งหรือใช้บ่อยๆ ในการรักษา อาจจะทำให้เกิดการลุบหรือเสี่ยงต่อการเกิดสิวลึบได้ ดังนั้น เราควรแนะนำวิธีการจัดการและการรักษาที่ถูกต้อง เพื่อลดความเสี่ยงต่อสิวลึบ

1

เลือกเกลือของตัวยาคือสิ่งสำคัญอันดับแรก

Clindamycin phosphate จะมีการดูดซึมและการออกฤทธิ์ที่ดีกว่า จะทำให้จัดการเชื้อแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดสิวลึบได้ดีกว่า และใช้เวลาเร็วกว่า นอกจากนี้การระคายเคืองผิวหนังก็น้อยกว่าการเลือกใช้ Clindamycin ในรูปแบบเกลือ hydrochloride

2

เลือกรูปแบบเจลก่อนในการรักษาสิวลึบ

เนื่องจากยาทาในรูปแบบน้ำ (Solution) จะมีปริมาณแอลกอฮอล์มากกว่ายาทา ในรูปแบบเจล (Gel) ซึ่งเป็นไปได้มากที่ตัวแอลกอฮอล์ จะทำให้เกิดการระคายเคืองผิวหนังได้มากในขณะที่เป็นสิวลึบกว่าในรูปแบบเจล และที่สำคัญ ยาทาแบบเจล จะมีการเกาะติดผิวหนังได้ดีกว่ารูปแบบน้ำ ซึ่งในรูปแบบน้ำก็มีข้อดีในเรื่องของการซึมไว ไม่เหนียวเหนอะหนะ

3

เลือกคู่หู มาช่วยกู้สิวลึบ

ในปัจจุบันนิยมใช้ยาทา Clindamycin ในการรักษาสิวลึบกันอย่างแพร่หลายในหมู่วัยรุ่น เนื่องจากหาซื้อง่าย ทุกร้านยาต้องมี เป็นยาทาที่ไม่อันตรายมาก และผลข้างเคียงค่อนข้างเกิดน้อยมาก จึงทำให้หลายคนที่ใช้ตัวยานี้บ่อยๆ เกิดการลุบ ดังนั้น วิธีที่จะช่วยป้องกันและลดการลุบตัวนี้ คือ การใช้คู่หูอย่างยาทา Benzoyl peroxide 2.5% หรือ 5% ร่วมด้วย เนื่องจากตัว Benzoyl peroxide จะช่วยขจัดเซลล์ผิวที่ตายแล้วและลดความมันบนใบหน้า ช่วยเปิดรูขุมขนที่อุดตัน ซึ่งจะทำให้ Clindamycin ทำงานได้ดีขึ้นในการฆ่าเชื้อ อีกทั้ง Benzoyl peroxide ยังช่วยยับยั้งการเกิดเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งจะเป็นการทำงานร่วมกับ Clindamycin นั่นเอง จึงเป็นเหตุผลว่าทำไมควรใช้ 2 ตัวนี้คู่กันในการรักษาสิวลึบ

แค่ 3 ข้อ เท่านั้นเอง ทุกคนก็สามารถลดความเสี่ยงสิวลึบได้แล้ว และกลับมา มี ผิวหน้าที่สะอาด สดใส มั่นใจเหมือนเดิม

เอกสารอ้างอิง:

R S Padilla, J M McCabe and L E Becker., Topical tetracycline hydrochloride vs. topical clindamycin phosphate in the treatment of acne: a comparative study, Int.J. Dermatol., 1981 Jul-Aug;20(6):445-8.

Kircik LH.,The role of benzoyl .peroxide in the new treatment paradigm for acne.,J. Drugs Dermatol, 2013 Jun 01;12(6).

ผู้เขียนบทความ:

ภญ. รสธร วีระวิทยานันต์

บริษัท บีริช (ประเทศไทย) จำกัด

น้ำตาลเทียม



คือกลุ่มของสารให้ความหวานเพื่อทดแทนน้ำตาล มีรสชาติหวานคล้ายน้ำตาลแต่มีพลังงานต่ำหรืออาจไม่ให้พลังงานเลยขึ้นอยู่กับแต่ละชนิด จึงได้ถูกนำมาใช้เพื่อเป็นทางเลือกให้คนที่รักษาสุขภาพมากขึ้น โดยเฉพาะผู้ป่วยโรคเบาหวานและผู้ที่ต้องการควบคุมแคลอรี น้ำตาลเทียมนำมาใช้ในผลิตภัณฑ์อาหารมากขึ้นเพื่อตอบสนองต่อผู้ที่ใส่ใจสุขภาพ ซึ่งสารให้ความหวานแทนน้ำตาลในกลุ่มนี้ที่เราควรรู้จัก ได้แก่

1 แอสพาร์เทม (Aspartame) เป็นสารให้ความหวานที่อนุญาตให้ใช้ในอาหาร เช่น ครีมเทียม หมากฝรั่ง ซีเรียลขนมหวาน เครื่องดื่มและผลไม้แห้ง เป็นต้น ใน 1 วัน ไม่ควรรับประทานเกิน 40-50 มิลลิกรัมต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม

ข้อดี ไม่ทำให้เกิดภาวะฟันผุ และไม่กระตุ้นน้ำตาลในเลือดให้สูงขึ้นเหมาะกับผู้ป่วยเบาหวาน

ข้อเสีย เปลี่ยนแปลงโครงสร้างเมื่อเจอความร้อนสูงทำให้เกิดรสขมและความหวานลดลง ไม่ควรใช้ปรุงอาหารขณะร้อน

ข้อควรระวัง ห้ามใช้ในผู้ป่วยที่มีภาวะฟีนิลคีโตนูเรีย (phenylketonuria) ดังนั้นให้สังเกตฉลากที่แสดงข้อความว่า "มีphenylalanine" และแสดงคำเตือน "ห้ามใช้ในผู้ป่วยที่มีภาวะฟีนิลคีโตนูเรีย"



2 แซ็กคาริน (Saccharin) หรือซัคทอสาร เป็นสารให้ความหวานที่อนุญาตให้ใช้ในอาหาร เช่น เครื่องดื่มหรือผลิตภัณฑ์ที่มีนมเป็นส่วนผสม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่แต่งกลิ่นรส ผลไม้ดอง ไอศกรีม ขนมหวาน และหมากฝรั่ง เป็นต้น ใน 1 วัน ไม่ควรรับประทานเกิน 5 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม

ข้อดี ทนต่อความร้อนสูงได้

ข้อเสีย การได้รับแซ็กคารินในปริมาณสูงอาจทำให้มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดินท้องเสีย ปวดท้อง มีอาการง่วงซึมและอาจชักได้ ห้ามใช้ในผู้ที่แพ้แซ็กคาริน

ข้อควรระวัง ระวังการใช้ในสตรีมีครรภ์

3 แอซีซัลเฟม โปแทสเซียม (Acesulfame potassium) เป็นสารให้ความหวานที่อนุญาตให้ใช้ในอาหาร เช่น อาหารประเภทของอบ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ของหวานที่แช่แข็งหรือแช่ตู้เย็น ซอสรสหวานต่างๆ และน้ำตาลโรยหน้าขนม เป็นต้น ใน 1 วัน ไม่ควรรับประทานเกิน 15 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม

ข้อดี ไม่เกิดการสะสมในร่างกาย ถูกดูดซึมอย่างรวดเร็วและกำจัดออกมาในรูปเดิม สามารถใช้ได้ไนสตรีมีครรภ์ สตรีให้นมบุตร และผู้ป่วย phenylketonuria

4 ซูคราโลส (Sucralose) มีความหวานใกล้เคียงกับน้ำตาลธรรมชาติอนุญาตให้ใช้ในอาหาร เช่น ไอศกรีม ขนมขบเคี้ยว ซอส ลูกกวาด เยลลี่ และอาหารกระป๋อง เป็นต้น ใน 1 วัน ไม่ควรรับประทานเกิน 15 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม

ข้อดี คงตัวดี ทนต่อความร้อนสูง ไม่ดูดความชื้น ละลายน้ำได้ดี ไม่มีรสขมติดลิ้น ใช้ปรุงอาหารและขนมทุกชนิดที่ต้องใช้ความร้อนสูงและไม่สูญเสียความหวาน

ข้อเสีย อาจทำให้เกิดอาการปวดศีรษะได้ในบางคน



5 ไซโอเทม (Neotame) ใน 1 วัน ไม่ควรรับประทานเกิน 2 มิลลิกรัม ต่อน้ำหนักตัว 1 กิโลกรัมเพราะให้ความหวานมากกว่าสารตัวอื่นๆ โดยให้ความหวานมากกว่าน้ำตาล 800-1300 เท่า

ข้อดี ใช้กับอาหารและเครื่องดื่มได้ทุกประเภท

สารทดแทนความหวานข้างต้น สามารถใช้ได้อย่างปลอดภัยหากบริโภคไม่เกินปริมาณที่กำหนด ซึ่งน้ำตาลเทียมไม่ใช่สิ่งจำเป็นที่ต้องบริโภคประจำ แต่เป็นเพียงทางเลือกหนึ่งเท่านั้น

ทั้งนี้เราสามารถควบคุมปริมาณน้ำตาลด้วยการอ่านข้อมูลบนฉลากโภชนาการเวลาเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารตามร้านสะดวกซื้อหรือซูเปอร์มาร์เก็ตได้ โดยสังเกตปริมาณของน้ำตาล ซึ่งไม่ควรสูงเกิน 0.5 กรัมต่อหนึ่งหน่วยบริโภค แต่ในบางบรรจุภัณฑ์อาจระบุข้อความอื่น เช่น "Sugar Free" คือ ผลิตภัณฑ์ที่ปราศจากน้ำตาล หรือมีปริมาณน้ำตาลน้อยกว่า 0.5 กรัมต่อหนึ่งหน่วยบริโภค หรือมีรสหวานจากสารให้ความหวานที่ไม่ให้พลังงาน (0 แคลอรี) หรือ "Non-nutritive sweetener" คือ ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของสารให้ความหวานที่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการ หรือน้ำตาลเทียมนั่นเอง

การจัดการองค์ความรู้ในองค์กร

(Knowledge Management)

การจัดการองค์ความรู้ในองค์กร (Knowledge Management) คือ การรวบรวมองค์ความรู้ที่มีอยู่ในองค์กร ซึ่งกระจัดกระจายอยู่ในตัวบุคคลหรือเอกสารมาพัฒนาให้เป็นระบบ เพื่อให้บุคลากรทุกงานสามารถเข้าถึงความรู้และพัฒนาตนเองให้เป็นผู้รู้และนำความรู้ไปใช้ในการปฏิบัติงาน พัฒนางานได้อย่างมีประสิทธิภาพทำให้เกิดการพัฒนาฐานความรู้หรือทุนปัญญาขององค์กรอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้องค์กรเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ (Learning Organization) ที่สามารถเพิ่มขีดสมรรถนะในเชิงแข่งขันได้สูงสุด



องค์ความรู้ในองค์กรมี 2 ประเภท ได้แก่

1. ความรู้ที่ชัดเจน (Explicit Knowledge) คือความรู้ที่สามารถรวบรวมถ่ายทอดได้ด้วยวิธีต่างๆ เช่น การบันทึก ทฤษฎี แนวปฏิบัติ คู่มือต่างๆ
2. ความรู้ที่ฝังลึก (Tacit Knowledge) เป็นความรู้ที่ได้จากประสบการณ์ พรสวรรค์ หรือสัญชาตญาณของแต่ละบุคคล เป็นความรู้ที่ไม่สามารถถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูดหรือลายลักษณ์อักษรได้ง่าย เช่น ทักษะในการทำงาน งานฝีมือ การคิดเชิงวิเคราะห์



กระบวนการจัดการความรู้ (Knowledge Management Process)

เป็นกระบวนการที่จะช่วยให้เกิดพัฒนาการของความรู้ หรือการจัดการความรู้ที่จะเกิดขึ้นภายในองค์กรมีทั้งหมด 7 ขั้นตอน คือ

1. การบ่งชี้ความรู้ (Knowledge Identification) เป็นการพิจารณาว่าเราจำเป็นต้องใช้ความรู้อะไรบ้าง เป็นความรู้รูปแบบใด อยู่ที่ใคร เพื่อทำให้องค์กรบรรลุถึงเป้าหมาย
2. การสร้างและแสวงหาความรู้ (Knowledge Creation and Acquisition)
3. การจัดความรู้ให้เป็นระบบ (Knowledge Organization)
4. การประมวลและกลั่นกรองความรู้ (Knowledge Codification and Refinement)
5. การเข้าถึงความรู้ (Knowledge Access) เป็นการทำให้ผู้ใช้ความรู้เข้าถึงความรู้ที่ต้องการได้ง่ายและสะดวก
6. การแบ่งปันและแลกเปลี่ยนความรู้ (Knowledge Sharing)
7. การเรียนรู้ (Learning) การนำความรู้ไปใช้ เกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่หมุนเวียนต่อไปอย่างต่อเนื่อง



ประโยชน์ของการจัดการความรู้

1. ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพขององค์กร
2. ป้องกันการสูญหายของภูมิปัญญา ในกรณีที่บุคลากรเกษียณอายุ ลาออก หรือเสียชีวิต
3. เพิ่มศักยภาพในการแข่งขันและความอยู่รอด
4. ช่วยพัฒนาความสามารถของบุคลากรในการแบ่งปันความรู้ที่ได้เรียนรู้มาให้กับคนอื่นๆ ในองค์กร และนำความรู้ไปปรับใช้กับงานที่ทำอยู่ให้เกิดประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น เป็นการพัฒนาคนและพัฒนาองค์กร
5. ช่วยเพิ่มความสามารถในการตัดสินใจและวางแผนการดำเนินงานให้รวดเร็วและดียิ่งขึ้น เพราะมีสารสนเทศหรือแหล่งความรู้เฉพาะที่มีหลักการ เหตุผล และน่าเชื่อถือช่วยสนับสนุนการตัดสินใจ
6. ช่วยลดขั้นตอนในการทำงาน เมื่อพบข้อผิดพลาดจากการปฏิบัติงาน ผู้ปฏิบัติงานสามารถหาวิธีแก้ไขได้ทันทีที่ โดยค้นคว้าจากผลการจัดการความรู้เรื่องนั้นๆ
7. ช่วยให้เกิดแหล่งความรู้ในองค์กรที่สามารถเรียกใช้ประโยชน์ได้อย่างรวดเร็ว และเผยแพร่ให้หน่วยงานอื่นได้รับรู้และศึกษาค้นคว้าต่อไป



เรียบเรียงข้อมูลโดย ระบบมาตรฐานการจัดการคุณภาพ (ISO 9001)

8 โรคยอดฮิต ที่มากับช่วง ฤดูร้อน



ในช่วงฤดูร้อน นอกจากจะเจอกับอากาศที่แสนจะร้อนแล้ว ยังต้องเจอกับโรคที่มากับแคร์ร้อนๆ อีกด้วย อย่างที่เราทราบกันว่า แคร์ร้อนๆ เหมาะกับการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียบางชนิด โดยเฉพาะเชื้อแบคทีเรียที่เป็นสาเหตุกับโรคทางเดินอาหารไปคู่กันว่า 8 โรคยอดฮิตที่มากับหน้าร้อน มีโรคอะไรบ้าง?

1

โรคพิษสุนัขบ้า หรือโรคกลัวน้ำ เกิดจากเชื้อไวรัสที่มีอยู่ในน้ำลายของสัตว์ สามารถติดต่อได้จากการโดนสุนัขหรือแมวกัด หรือถูกเลียบริเวณที่มีแผลลอก หากถูกกัดให้รีบทำความสะอาดแผลทันที และรีบไปพบแพทย์เพื่อฉีดวัคซีนป้องกัน



2



ลมแดด หรือ ฮีทสโตรก อาการที่เกิดจากร่างกายได้รับความร้อนมากเกินไป โดยร่างกายจะมีอุณหภูมิสูงกว่า 40 องศาเซลเซียส ร่างกายระบายความร้อนไม่ทัน เพราะมีการสูญเสียน้ำจากร่างกายออกไปทางเหงื่อเป็นจำนวนมาก ผู้ป่วยจะมีอาการ ซึม ชัก หรือเซลล์ของอวัยวะทำงานผิดปกติ

3

อาหารเป็นพิษ เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่มีการปนเปื้อนของเชื้อแบคทีเรีย รวมถึงอาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ ผู้ป่วยจะมีอาการท้องร่วง คลื่นไส้ ปวดท้อง ลำไส้อักเสบ และอาจมีไข้ ปวดศีรษะร่วมด้วย



4

อหิวาตกโรค เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่มีเชื้อแบคทีเรียปนเปื้อน ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยมีอาการถ่ายอุจจาระเป็นน้ำคราวละมามากๆ และทำให้มีอาการขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ร่างกายเกิดภาวะช็อก หมดสติจากการขาดน้ำ และอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต



5

โรคบิด เกิดจากการรับประทานอาหารที่มีเชื้อแบคทีเรียหรืออะมีบา ซึ่งสามารถติดต่อผ่านการรับประทานอาหาร ผักดิบ รวมถึงน้ำที่มีการปนเปื้อน โดยผู้ป่วยจะมีอาการถ่ายอุจจาระบ่อย หรือมีมูกเลือดปน และมักมีไข้ด้วย



7

อุจจาระร่วง เกิดจากการที่รับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อโรค การไม่ล้างมือให้สะอาด ใช้มือหยิบจับของที่ปนเปื้อนเชื้อแล้วนำเข้าปาก ส่งผลให้เกิดภาวะถ่ายอุจจาระเหลว 3 ครั้งติดต่อกัน หรือมากกว่าใน 1 วัน หรือถ่ายเป็นน้ำจำนวนมาก และอาจมีอาเจียนร่วมด้วย

6

ไทฟอยด์ หรือ ไข้รากสาดน้อย เกิดจากการติดเชื้อแบคทีเรีย *Salmonella typhi* ที่ปนเปื้อนมากับอาหารและน้ำดื่มที่ไม่สะอาด ทำให้ผู้ป่วยมีอาการ ไข้เฉียบพลัน ท้องเสีย หรือท้องผูกร่วมกับมีอาการ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย



8

ไวรัสตับอักเสบ A เป็นโรคไวรัสตับอักเสบนชนิดหนึ่งติดต่อผ่านทางอาหาร หรือน้ำดื่มที่ปนเปื้อนเชื้อ รวมทั้งรับประทานอาหารที่ไม่ได้ปรุงสุก ส่งผลให้เกิดการอักเสบแบบเฉียบพลันของตับ มีอาการ อ่อนเพลียและเบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ปัสสาวะเข้ม ตาเหลือง ซึ่งโรคนี้สามารถติดต่อผ่านคนสูคนได้



ข้อมูลโดย : นายเดบิต จวงเจิม (พยาบาลวิชาชีพ)

ที่มา : <https://www.sikarin.com/health/8-โรคยอดฮิตที่มากับฤดูร้อน>

ภาพโดย : 1. <https://th.pngtree.com/>

2. <https://www.pinterest.com/>

3. <https://ddc.moph.go.th/brc/news.php?news=17604&deptcode=>



เหงื่อออกมาก ยิ่งเผาผลาญแคลอรี จริงหรือ?



การออกกำลังกายอย่างหนักและมีเหงื่อออกมาก เป็นการกระตุ้นการพัฒนากล้ามเนื้อ และส่งผลให้อัตราการเผาผลาญพื้นฐานดีขึ้นเมื่อพื้นฐานดี เพียงแค่ขยับร่างกายก็สามารถกระตุ้นการเผาผลาญไขมันได้ดีขึ้นด้วย

เมื่อออกกำลังกายแล้วมีเหงื่อออก เป็นเพราะร่างกายมีการเผาผลาญพลังงาน จึงมีความร้อนเกิดขึ้นและไม่ให้ร่างกายเกิดภาวะตัวร้อนเกินไป (Hyperthermia) ซึ่งพบบ่อย คือภาวะของโรคลมแดด (Heat Stroke) ร่างกายจึงต้องมีระบบระบายความร้อน (Cooling system) ที่ดี จึงสร้างเหงื่อขึ้นเพื่อระบายความร้อนและปรับสมดุลอุณหภูมิของร่างกาย เพื่อช่วยป้องกันระบบในร่างกายล้มเหลว ส่วนน้ำหนักที่ลดลงหลังออกกำลังกาย ก็คือปริมาณเหงื่อที่ร่างกายขับออกมา

การออกกำลังกายให้เหงื่อออกมาก ๆ จะช่วยเบิร์นไขมันได้มากและถูกต้องบางส่วนเท่านั้น เพราะการออกกำลังกายให้หนักและมีเหงื่อออกมาก ด้วยการปรับระดับความหนักขึ้นเรื่อย ๆ นั้น ร่างกายจะกระตุ้นการใช้พลังงานจากไขมันไปด้วย

ส่วนการออกกำลังกายกับการเผาผลาญไขมัน เมื่อเริ่มต้นออกกำลังกายในระดับที่ไม่หนักมาก ร่างกายจะเผาผลาญไขมันเพื่อนำมาใช้เป็นพลังงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งยังเป็นช่วงที่ไม่เกิดความร้อนสะสมในร่างกายมากนัก ร่างกายจึงไม่จำเป็นต้องขับเหงื่อออกมาก แต่เมื่อใดก็ตามที่มีการออกกำลังกายหนักขึ้น ร่างกายจะไม่สามารถใช้พลังงานจากไขมันได้อย่างต่อเนื่อง อันเนื่องจากร่างกายไม่สามารถดึงพลังงานจากไขมันมาใช้ได้ทันกับความต้องการพลังงานในร่างกาย ดังนั้น ร่างกายจึงมีแนวโน้มที่จะต้องใช้พลังงานจากแป้งมากขึ้น ซึ่งขั้นตอนการใช้พลังงานจากแป้งนั้นใช้เวลาน้อยกว่าไขมัน

หากมีการออกกำลังกายต่อเนื่องและหนักหน่วงขึ้น ร่างกายที่กำลังใช้พลังงานจากแป้งก็จะเริ่มสะสมความร้อนมากขึ้นเรื่อย ๆ จนอุณหภูมิร่างกายสูงขึ้นถึงจุดที่ร่างกายจะผลิตเหงื่อออกมามากขึ้น สิ่งสำคัญที่สุดของการออกกำลังกายอย่างหนักและมีเหงื่อออกมากไม่ว่าจะใช้พลังงานจากแป้งหรือไขมันก็ตาม ยังเป็นการกระตุ้นการพัฒนากล้ามเนื้อ ส่งผลให้อัตราการเผาผลาญในแต่ละวัน (Basal metabolic rate) เพิ่มขึ้น เมื่ออัตราการเผาผลาญพื้นฐานดีขึ้น เพียงแค่ขยับร่างกายในชีวิตประจำวันก็สามารถกระตุ้นการเผาผลาญไขมันได้ดีขึ้นด้วยเช่นเดียวกัน

ตัวอย่างเช่น การออกกำลังกายแบบคาร์ดิโอ ได้แก่ เดินเร็ว วิ่ง ปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ ช่วยเผาผลาญไขมัน แต่ต้องอยู่ในระดับที่ทำให้หัวใจเต้นเร็วระดับหนึ่งเพื่อให้เลือดสูบฉีด ร่างกายได้ดึงไขมันมาใช้ เสริมสร้างกล้ามเนื้อ และยังเพิ่มอัตราการเผาผลาญพลังงาน (เมตาบอลิซึม) ซึ่งการทำคาร์ดิโอเพียงอย่างเดียวไม่สามารถกระตุ้นเท่ากับการเล่นเวท

สรุปแล้ว เหงื่อออกมากแสดงว่าเผาผลาญไขมันได้มากเป็นส่วนหนึ่ง ซึ่งเหงื่อออกเยอะหมายความว่า ร่างกายเราระบายความร้อนได้ดี แต่ไม่ใช่ว่าไขมันถูกขับมาทางเหงื่อ ซึ่งการเผาผลาญไขมันได้มากน้อยแค่ไหนนั้น ขึ้นอยู่กับประเภทของการออกกำลังกาย





สัตว์เลี้ยงรักสุขภาพชิมเศร้า ได้จริงหรือไม่

สัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อนที่อยู่ร่วมกับมนุษย์มานาน นอกจากการเลี้ยงเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเช่น การเดินทาง ฝ้าบ้าน บรรเทาสิ่งของ ทำเกษตรกรรม การเป็นเพื่อนเพื่อช่วยคลายเหงา ช่วยทางด้านจิตใจก็เป็นประโยชน์หนึ่งที่สำคัญ โดยมีงานวิจัยพบว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยลดความรู้สึกทางลบต่าง ๆ เช่น วิตกกังวล เศร้า โดดเดี่ยว หรือหงุดหงิด และช่วยให้จิตใจรู้สึกสงบมากขึ้นได้ โดยสัตว์นั้นอาจช่วยเป็นเสมือนสมาชิกของครอบครัว เกิดความผูกพันทางอารมณ์ร่วมกัน นอกจากนี้สัตว์ยังมีความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของคน เมื่อพบว่าเจ้าของมีอาการเศร้า ร้องไห้ เขาอาจเข้ามาอยู่ใกล้ ๆ เป็นเพื่อน หรือการที่เราารู้สึกเศร้าและได้กอดเขาจะช่วยสร้างความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นเพื่อนที่ช่วยรับฟังเรื่องต่าง ๆ ของเรา โดยไม่ต้องกังวลว่าเขาจะตัดสินเราหรือเราสร้างความลำบากให้แก่เขา เป็นผู้ที่ยอมรับเราได้โดยไม่มีเงื่อนไขใด ๆ

นอกจากนี้การที่เราดูแลเอาใจใส่ ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับเขายังเป็นการลดช่วงเวลาว่างที่เราอาจใช้ไปกับการคิดเรื่องในเชิงลบหรือช่วงเวลาที่มีความทรงจำที่ไม่ดีจะผุดขึ้นมา และการได้ให้การดูแลเขายังเป็นการสร้างกิจกรรมในเชิงบวก สร้างความรู้สึกว่าเราสามารถดูแลจัดการสิ่งต่าง ๆ ได้ รวมถึงเป็นการสร้างความผูกพันที่ดีร่วมกันกับเขา นอกจากนี้การพาเขาไปเดินเล่นยังเป็นการออกกำลังกายในรูปแบบหนึ่งการพาไปในที่ต่าง ๆ ยังช่วยให้เราได้ออกไปพบปะผู้คน ใกล้ชิดกับธรรมชาติ แทนที่จะเป็นการเก็บตัวอยู่ภายในห้องซึ่งจะส่งผลทางลบกับอารมณ์ของเรา นอกจากนี้การร่วมดูแลสัตว์เลี้ยงยังอาจช่วยสร้างทักษะทางสังคม การได้ดูแลเขาร่วมกันในครอบครัวยังเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ครอบครัวได้ใช้เวลาร่วมกัน เป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว หรือการชวนเพื่อนมาเล่นสัตว์เลี้ยงก็อาจเป็นช่องทางในการสร้างความสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่นด้วย

แต่อย่างไรก็ตามการดูแลสัตว์เลี้ยงเองก็มีสิ่งที่คุณต้องรับผิดชอบ เช่น ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ การมีเวลาที่พักเพียงในการดูแล หรือความรู้สึกเศร้าหากสัตว์เลี้ยงของเราอาจเสียชีวิตไป นอกจากนี้การเลี้ยงสัตว์ในปัจจุบันยังเป็นเพียงการรักษาทางเลือก การนำมาใช้ในการบำบัดผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต จึงควรที่จะปรึกษาแพทย์ และช่วยกันตัดสินใจร่วมกันในครอบครัว เพื่อให้ทั้งเราและเขาอยู่ได้ร่วมกันอย่างมีความสุข

<https://www.rama.mahidol.ac.th/atrama/issue051/believe-it-or-not>
 ภาพโดย : <https://th.pngtree.com>



กิจการ BLC



ฉบับที่ 83 เดือนเมษายน - มิถุนายน 2567



วันเด็กแห่งชาติ

บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) โดยตัวแทนพนักงาน นำของขวัญและจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมกิจกรรมวันเด็กแห่งชาติ ในพื้นที่โรงเรียนใกล้เคียงบริษัทฯ ทั้ง 4 โรงเรียนคือโรงเรียนวัดน้ำพุ โรงเรียนวัดหนองกระทุ่ม โรงเรียนบ้านหนองนางแพรว โรงเรียนบ้านวังจัญญ์ โดยมีกิจกรรมและของขวัญมากมาย ช่วยสร้างรอยยิ้มและความสุขให้กับเด็กๆ และผู้ปกครอง เนื่องในวันเด็กแห่งชาติประจำปี 2567 เมื่อวันที่ 12 มกราคม 2567



สอนใช้ยาชุมชน

บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) ขอร่วมเป็นส่วนหนึ่งขับเคลื่อนสังคมสู่ความยั่งยืน ผ่านกิจกรรม CSR ใต้ร่มพระบารมี เดินหน้าโครงการ “สอนการใช้ยาให้กับชุมชน” ร่วมส่งความสุขสร้างรอยยิ้ม ณ โรงเรียนศูนย์เด็กเล็ก SW.สท.น้ำพุ โดยสอนการใช้ยาให้กับประชาชนผู้สูงอายุ ตามหลัก 5 ถูก คือ ถูกโรค ถูกคน ถูกทาง ถูกขนาด และถูกเวลา และกรมโรคอาหารตามหลักโภชนาการ ซึ่งทำให้ประชาชนเกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องลดความเสี่ยงในการใช้ยา และเพื่อประชาชนมีสุขภาพอนามัยที่ดีและปลอดภัย ซึ่งทางบริษัทฯ ได้มอบผลิตภัณฑ์ให้แก่ผู้ร่วมงาน กิจกรรมในครั้งนี้มีประชาชนให้ความสนใจเข้าร่วมเป็นจำนวนมากเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2567



ผู้ว่าฯ เชิญชมสถานประกอบการ

นายเกียรติศักดิ์ ตรงศิริ ผู้ว่าราชการจังหวัดราชบุรี พร้อมด้วยอุตสาหกรรมจังหวัดราชบุรี คณะกรรมการอุตสาหกรรมจังหวัด หัวหน้าส่วนราชการ ผู้แทนส่วนราชการ เข้าเยี่ยมชมสถานประกอบการ บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) พร้อมร่วมปรึกษาหารือแนวทางมาตรการต่างๆ เพื่อรองรับผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ปัญหาและอุปสรรคจากการประกอบกิจการโรงงานและการส่งผลการลงทุน ระหว่างหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนเมื่อวันที่ 30 มกราคม 2567



อุตสาหกรรม SMEs เศรษฐกิจดี สู้ชุมชน

บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) ร่วมกันสนับสนุนอุตสาหกรรมจังหวัดราชบุรี ได้จัดกิจกรรมภายใต้โครงการ “อุตสาหกรรม SMEs เศรษฐกิจดี สู้ชุมชน” โดยมีสินค้า OTOP วิสาหกิจชุมชนและวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม มาออกจำหน่ายสินค้าโดยมีพนักงานและชุมชนใกล้เคียงให้ความสนใจเป็นจำนวนมาก ณ บริเวณลานต้นหน้าบริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) เมื่อวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2567



วันตรุษจีน

บริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) ได้บวงสรวงศาลพระพรหม และไหว้เจ้าที่เนื่องในเทศกาลตรุษจีนประจำปี 2567 ทั้งนี้เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่บริษัทฯ และพนักงานเมื่อวันที่ 9 กุมภาพันธ์ 2567



เยี่ยมชมกระบวนการผลิต

ศูนย์เทคโนโลยีแห่งชาติ(ศน.) ได้นำคณะวิจัยเข้าศึกษาเยี่ยมชมกระบวนการผลิต ผลิตภัณฑ์สเปรย์พ่นฝอย BLC และห้องส่วนปฏิบัติการ ของบริษัท บางกอกแล็บ แอนด์ คอสเมติก จำกัด (มหาชน) เมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2567

ORIGINAL EQUIPMENT MANUFACTURER

ผลิตสินค้า



OEM



เราคือผู้ผลิตสินค้า

เรามีกระบวนการผลิตที่ทันสมัย ระบบคุณภาพที่มั่นคง พร้อมบุคลากรที่มีองค์ความรู้ และประสบการณ์สูง เรามีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนา เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่ทรงคุณค่าและมีคุณประโยชน์แก่ผู้บริโภค

ONE STOP SERVICE

ระบบมาตรฐานสากล

ด้วยประสบการณ์ในการผลิตกว่า 30 ปี มีรองหัวหน้ามาตรฐานสากลระดับโลก

GMP, ISO 9001, ISO 14001, ISO 45001, ISO 22000, TLS 8001, มาตรฐานพิเศษขององค์กร

เพื่อรักษาชื่อเสียงประสิทธิภาพ และความปลอดภัยของผู้บริโภค ในกระบวนการผลิตทุกขั้นตอน



• วิจัยและพัฒนา • นำเข้า • ออกแบบ • ผลิต • แปรรูป • บริการหลังการขาย • บริการจัดส่ง

- ✦ เครื่องสำอาง
- ✦ ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร



Bangkok Lab & Cosmetic
032-719900
 BLC | Integrated Thai Wisdom To International Healthcare

510 สกรีนไทยแลนด์



Hi!

กดไลก์ให้เพราะรัก
 กดไลค์ย้อนหน้า
 ให้ทั้กคามิน



กินง่ายมาก
 CURCUMA LONGA EXTRACT | 167 mg.



seamless luxury for the ultimate beauty

VS III

www.vsiithailand.com
 Facebook : vsiithailand.official
 Instagram : vsiithailand.official
 Line : @vsiithailand
 Mobile : 063-234-3344



PRICE 560 BATH



คามิน
KAMIN
 DIETARY SUPPLEMENT PRODUCT