

กิจกรรมที่ 2.3	ดำเนินการสื่อสารสุขภาพ
มาตรการ	มาตรการพัฒนาระบบ RRHL และสื่อสารให้ครอบคลุมทั่วถึง (I ,A)
วัตถุประสงค์	เพื่อสื่อสารสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในประเด็นที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจากการเฝ้าระวัง RRHL

ที่มาและความสำคัญ

จากการที่กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ดำเนินการเฝ้าระวังและตอบโต้ข้อมูลข่าวสารความเสี่ยงด้านสุขภาพ (RRHL) ตามกระบวนการที่กำหนด ซึ่งนอกจากจะยืนยันว่าข้อมูลข่าวสารดังกล่าว เป็นข่าวจริง ข่าวปลอม ข่าวบิดเบือน หรือ ข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ และประชาชนสามารถยังสามารถค้นหาผ่านข้อมูลเว็บไซต์สาสุขขัวร์แล้ว <https://sasuksure.anamai.moph.go.th/index> เพื่อเป็นการขยายช่องทางการสื่อสาร และเพิ่มการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องแก่ประชาชน กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ ยังประสานความร่วมมือไปยัง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอม กระทรวงดิจิทัล ดำเนินการตอบโต้ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพผ่าน Anti-Fakenews <https://www.antifakenewscenter.com/> เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ไปยัง Website , Facebook และ Line และผลิตและเผยแพร่ข้อมูลที่ถูกต้องไปยัง Facebook และ Line ของกรมอนามัย และภาคีเครือข่ายอีกด้วย

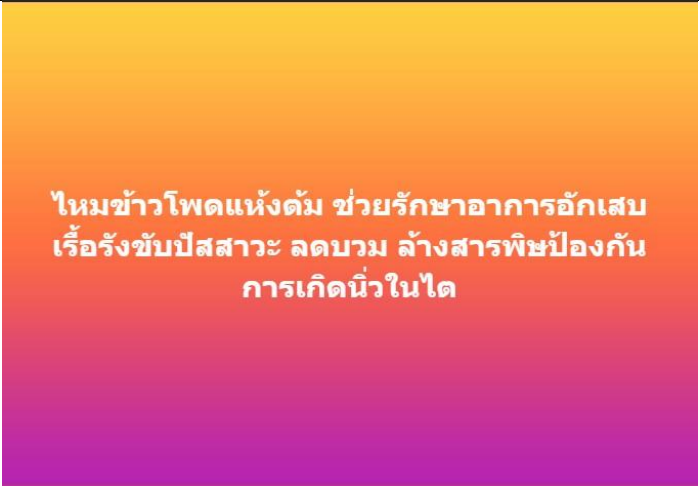
สรุปผลการดำเนินงาน

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
1	ผักคราดหัวแหวน สามารถนำมาต้มดื่ม และทำบริเวณที่ถูกสัตว์มีพิษกัด ช่วยรักษาแผลจากสัตว์มีพิษ งูพิษ และช่วยรักษาแผลจากสุนัขกัดได้ด้วย การตอบโต้ (05 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
2	สูตรน้ำบำรุง ลำไส้พิษดับ ต้มติดต่อกันหลังตื่นนอน 30 วัน การตอบโต้ (10 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
3	กรมอนามัย เปิดบัญชีTikTok ชื่อanamai_official การตอบโต้ (11 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	
4	กินมะเขือเทศช่วยป้องกันโรคต่อมลูกหมากได้ การตอบโต้ (11 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
5	ผู้ป่วยโรคระบบน้ำเหลืองอักเสบ ให้เลิกทานหมู การตอบโต้ (11 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบ ข้อเท็จจริงโดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 แพทย์ระบบน้ำเหลืองวิทยา เตือนผู้ป่วยโรคระบบน้ำ เหลืองอักเสบ มะเร่_ต่อมน้ำเหลือง แสลงเนื้อหมู เลิกกินหมูด่วน ต่อมน้ำเหลืองในร่างกายมีทั้งหมด 800 เม็ด
6	เปลือกส้ม ช่วยแก้กรดไหลย้อน นอนไม่หลับ การตอบโต้ (11 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบ ข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
7	บีบน้ำมะนาวสดใส่แผลที่ถูกแมลงสัตว์กัดต่อยเพื่อ ล้างพิษ อาการปวดบวมหายภายใน 10 นาที การตอบโต้ (13 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบ ข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสาร สุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
8	เห็ดหูหนูดำ ช่วยลดคอเรสเตอรอลในเลือด กระตุ้นระบบขับถ่ายและป้องกันภาวะกระดูกพรุน การตอบโต้ (13 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
9	การดื่มน้ำมากเกินไป ทำให้เกิดภาวะความดันต่ำ และเซลล์จะบวมขึ้น การตอบโต้ (13 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
10	ผักเบี้ยใหญ่ ช่วยลดน้ำตาลในเลือด และลดไขมันในเลือด การตอบโต้ (14 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
11	ไหมข้าวโพดแห้งต้ม ช่วยรักษาอาการอักเสบเรื้อรัง ขับปัสสาวะ ลดบวม ล้างสารพิษป้องกันการเกิดนิ่วในไต การตอบโต้ (17 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
12	อาการของโรคแพ้ตึก การตอบโต้ (17 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
13	ผักหวาน ช่วยบำรุงสายตาและช่วยบำรุงกระดูกและฟันให้แข็งแรง การตอบโต้ (18 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์ทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ (เชียงใหม่) กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
14	รับประทาน มะม่วงดิบ ช่วยป้องกันโรคหัวใจและโรคสมองตีบ การตอบโต้ (18 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
15	ผักขมหิน มีฤทธิ์ช่วยลดน้ำตาลในเลือด ช่วยบำรุงหัวใจ การตอบโต้ (18 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
16	การกินหอมแดงช่วยแก้อาการปวดหัวแบบเรื้อรัง การตอบโต้ (18 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
17	กวางตุ้งช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน ป้องกันลำไส้อุดตัน การตอบโต้ (19 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
18	มะเขือเทศ ช่วยทำความสะอาดทางเดินอาหาร และช่วยเพิ่มกากอาหาร การตอบโต้ (21 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลากรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
19	ใช้มะละกอสุกบดละเอียดนำมาทาบริเวณฟัน ลดการเกิดคราบเหลืองบนฟัน การตอบโต้ (24 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
20	การกินกระเทียมถูวิธี ช่วยลดความเสี่ยงฮีทสโตรก การตอบโต้ (24 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
21	รับประทานถั่วลิสงที่มีความชื้นจะได้รับสารอะฟลาทอกซินสามารถทำให้เป็นมะเร็งตับ การตอบโต้ (25 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
22	หยวกกล้วย ช่วยล้างสารพิษในตับ ไต ไขมัน การตอบโต้ (25 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	 

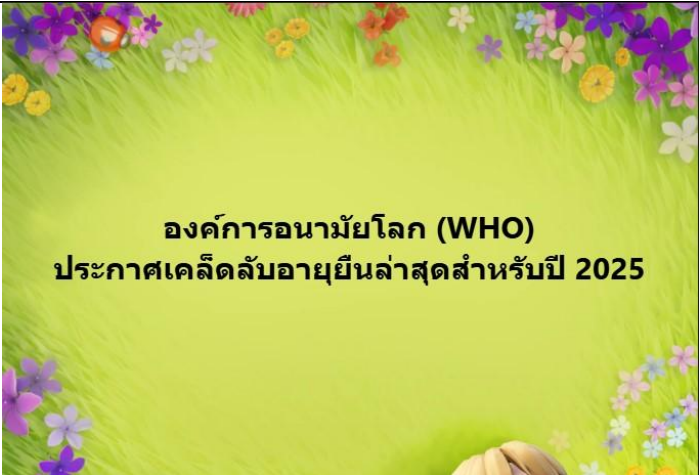
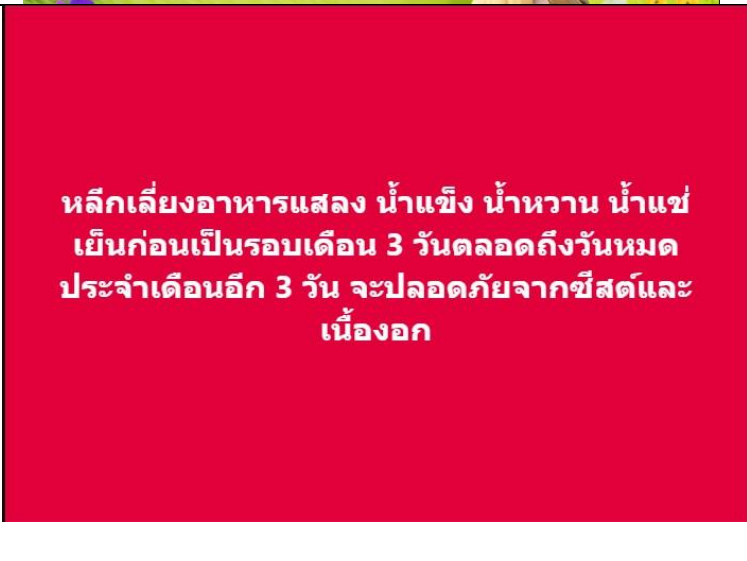
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
23	การดื่มกาแฟดำช่วยลดความเสี่ยงโรคกระดูกพรุน การตอบโต้ (25 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
24	ลูกเนียง ห้ามกินดิบ เสี่ยงไทรอย การตอบโต้ (26 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	
25	ดื่มนมวัว ทำให้เป็นไมเกรน การตอบโต้ (27 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
26	เปลือกแก้วมังกร มีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระสูง ส่งเสริมกระบวนการเผาผลาญคอเลสเตอรอล การตอบโต้ (27 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
27	ผักพวย ช่วยบำรุงสายตาบำรุงกระดูกและฟัน และป้องกันโรคมะเร็ง การตอบโต้ (31 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
28	4 วิธีช่วยบรรเทาอาการ เวียนหัว จากแผ่นดินไหว การตอบโต้ (31 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองอนามัยฉุกเฉิน กรมอนามัย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
29	ผักกะแยง ช่วยแก้ร้อนในและแก้เส้นเลือดตีบการตอบโต้ (31 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรีกรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 ผักกะแยง ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด ยาแก้ไอ ลดไข้ ลดอาการ ร้อนใน
30	ดื่มนมเปรี้ยวปริมาณมาก ทำให้เป็นโรคไตเร็วขึ้นการตอบโต้ (31 มีนาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	 ไดโนเสาร์ Ep21 นมเปรี้ยว • นมเปรี้ยว • คือ นมที่ผ่านกระบวนการหมัก เพื่อ การเพาะเลี้ยงแบคทีเรีย (เช่น แลคโตบาซิลลัส) • กรดไขมันในนมเปรี้ยวจะถูก จี๊ดทำให้ไขมันในนมเปรี้ยวเปลี่ยนเป็นกรดไขมัน • และมีความเข้มข้นของไขมันน้อยกว่านมสดในปริมาณเท่ากัน โดย มีไขมันต่ำกว่านมสด 10-15% • แต่โดยทั่วไปแล้ว "นมเปรี้ยว" มักจะมีไขมันมากกว่าและไม่ได้เข้มข้นเหมือนนมสด นมเปรี้ยวยังคงมีน้ำตาลและไขมันเหมือนนมสด
31	ขึ้นฉ่าย 4-5 ต้น ต้มกับน้ำ 1 ลิตร ช่วยลดความดันสูงและเบาหวานไขมันในเลือดสูงการตอบโต้ (08 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

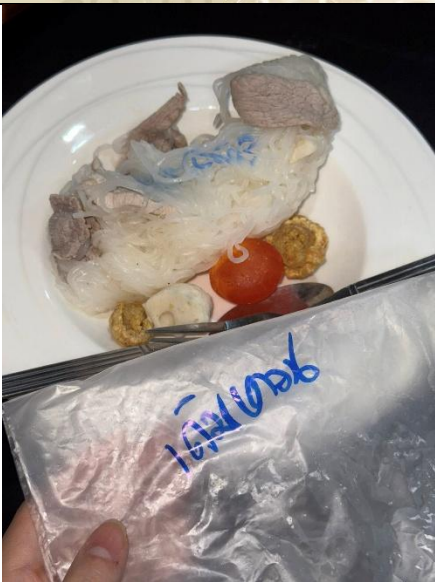
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
32	ผักโขมแดง ช่วยลดการตกตะกอนของเกล็ดเลือด และช่วยเสริมสร้างกระดูกและฟัน การตอบโต้ (08 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์ทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ (เชียงใหม่) กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	
33	ทับทิม ช่วยป้องกันโรคความดันโลหิตสูง และลดน้ำตาลในเลือด การตอบโต้ (08 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
34	เห็ดฟาง ช่วยแก้ร้อนในและช่วยลดปัญหาไขมันเกาะผนังในเส้นเลือดและลำไส้ การตอบโต้ (17 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

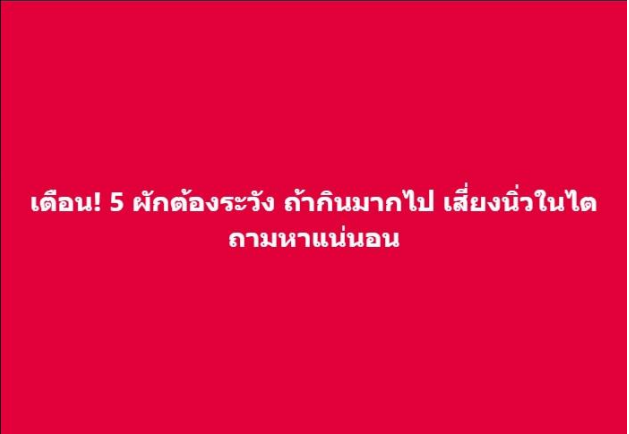
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
35	ดอกอัญชันผสมดอกดาวเรือง บำรุงสายตา สลายต้อ การตอบโต้ (17 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
36	เห็ดเห็ดช่วยลดอาการท้องผูก ช่วยให้ระบบขับถ่ายดีขึ้น ช่วยลดคอเลสเตอรอล และลดน้ำตาลในเลือด การตอบโต้ (17 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
37	ผู้ที่เลือดข้น และเลือดหนืด เกิดจากการรับประทานเนื้อสัตว์มากเกินไป การตอบโต้ (17 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
38	9 ผลไม้เพิ่มเอสโตรเจน ช่วยเพิ่มสมดุลฮอร์โมนของผู้หญิงและช่วยเพิ่มความสาวและความสวย การตอบโต้ (17 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 9 ผลไม้เสริมเอสโตรเจน เพิ่มพลังสาวและความสวยแบบจัดเต็ม
39	เคล็ดลับอายุยืนจากองค์การอนามัยโลก การตอบโต้ (23 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวปลอม	 องค์การอนามัยโลก (WHO) ประกาศเคล็ดลับอายุยืนล่าสุดสำหรับปี 2025
40	หลีกเลี่ยงอาหารแสลง น้ำแข็ง น้ำหวาน น้ำแช่เย็นก่อนเป็นรอบเดือน 3 วันตลอดถึงวันหมดประจำเดือนอีก 3 วัน จะปลอดภัยจากซีสต์ และเนื้องอก การตอบโต้ (23 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	 หลีกเลี่ยงอาหารแสลง น้ำแข็ง น้ำหวาน น้ำแช่เย็นก่อนเป็นรอบเดือน 3 วันตลอดถึงวันหมดประจำเดือนอีก 3 วัน จะปลอดภัยจากซีสต์และเนื้องอก

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
41	แช่ผักและผลไม้ด้วยถ่าน สามารถช่วยดูดซับสารพิษหรือยาฆ่าแมลงต่างๆ ที่อาจปนเปื้อนติดมาในผักและผลไม้ การตอบโต้ (23 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	
42	บริโภคเนื้อวัว เนื้อควายดิบ หรือกึ่งสุกกึ่งดิบ เสี่ยงติดโรคแอนแทรกซ์ (โรคกาฬ) เป็นอันตรายถึงชีวิต การตอบโต้ (23 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
43	ยาหอมทุกตำรับช่วยเพิ่มความดันโลหิตได้ มีแนวโน้มเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ ทำให้ทำงานได้ดีขึ้น การตอบโต้ (24 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	นักวิทยาศาสตร์จีนพบว่ายาหอมจีนโบราณช่วยเพิ่มความดันโลหิตได้ มีแนวโน้มเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ ทำให้ทำงานได้ดีขึ้น ผลการวิจัยร่วมกับนักวิทยาศาสตร์จีนพบว่ายาหอมจีนโบราณช่วยเพิ่มความดันโลหิตได้ มีแนวโน้มเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ ทำให้ทำงานได้ดีขึ้น งานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสาร Nature พบว่ายาหอมจีนโบราณช่วยเพิ่มความดันโลหิตได้ มีแนวโน้มเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ ทำให้ทำงานได้ดีขึ้น งานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสาร Nature พบว่ายาหอมจีนโบราณช่วยเพิ่มความดันโลหิตได้ มีแนวโน้มเพิ่มแรงบีบตัวของหัวใจ ทำให้ทำงานได้ดีขึ้น

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
44	จิบน้ำขิงร้อนช่วยแก้อาการไมเกรน ปวดประจำเดือน และวิงเวียนศีรษะ การตอบโต้ (24 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	ขิงแค่ 5 แว่นชงกับน้ำร้อน 1 แก้วกาแฟ จิบเรื่อยๆ จะห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ อาทิไมเกรน ปวดประจำเดือน และวิงเวียนศีรษะโดยไม่ทราบสาเหตุ
45	การกินน้ำตาล ทำให้สมองเสื่อมเร็วขึ้น คิดช้าลง และหลงลืมง่าย การตอบโต้ (24 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	เรากำลังทำให้สมองเสื่อมเร็วขึ้น คิดช้าลงหลงลืมง่าย จากการกินน้ำตาล
46	กุนเชียง มีสารก่อมะเร็งชื่อว่า ไนโตรซามีน ช่วยถนอมอาหารให้สีเนื้อสัตว์ดูสีสดอยู่เสมอ การตอบโต้ (28 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
47	การหอมกอดแมว ทำให้สมองหลังฮอร์โมนออกซิโทซิน ช่วยลดความเครียดได้ การตอบโต้ (28 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
48	ปลาไหล ตับ สาหร่าย และแครอท เป็นอาหารป้องกันหิวล้าน การตอบโต้ (28 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
49	ใช้ปากกาเมจิกเขียนบนถุงอาหารร้อน เสี่ยงได้รับสารเคมีเข้าสู่ร่างกาย การตอบโต้ (28 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
50	ห้ามดื่มกาแฟเป็นอย่างแรกหลังตื่นนอน จะส่งผลให้ร่างกายขาดน้ำ เนื่องจากกาแฟมีผลให้ร่างกายขับน้ำ การตอบโต้ (29 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
51	เตือน 5 ผักที่ถ้ากินมากไปเสี่ยงนิ่วในไต การตอบโต้ (29 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
52	ภาวะโลกร้อนเร่งสะสมสารหนูในข้าว เพิ่มเสี่ยงโรคมะเร็ง และโรคหัวใจ การตอบโต้ (29 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
53	การทำ oil pulling ช่วยลดความเสี่ยงอัลไซเมอร์ การตอบโต้ (29 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์ทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ (เชียงใหม่) กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
54	น้ำปั่นกีวี ช่วยลดความดันโลหิตสูงและช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ในเลือด การตอบโต้ (29 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	
55	สธ. เดือน 4 จังหวัดภาคใต้ ดัชนีความร้อนพุ่ง 52 องศา ถึงวันที่ 6 พ.ค. 68 การตอบโต้ (30 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองประเมินผลกระทบต่อสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
56	รากผักโขมบ้าน ช่วยบำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย เมื่อยล้า เลือดลมไหลเวียนดี และแก้ปวดหลังปวดเอว การตอบโต้ (30 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
57	ดอกคูณ มีสรรพคุณช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร และแก้แผลเรื้อรังและช่วยระบายท้อง การตอบโต้ (30 เมษายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
58	ลูกหม่อนช่วยป้องกันเส้นเลือดในสมองแตก และอัมพาต การตอบโต้ (01 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	

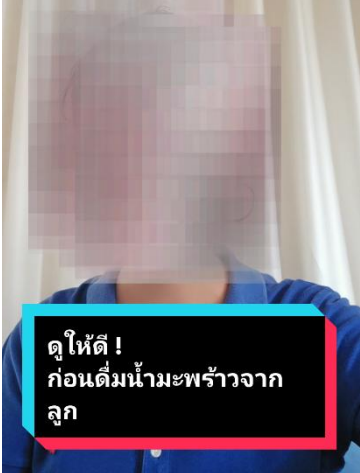
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
59	ดื่มน้ำชาผสมมะนาว แก้อาเจียร และหลอดลมอักเสบ การตอบโต้ (01 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวปลอม	
60	หญ้าพันงูเขียว ช่วยแก้กรวยไตอักเสบและช่วยขับล้างพิษในระบบทางเดินปัสสาวะ การตอบโต้ (01 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
61	การแช่น้ำเย็นหรือ Ice Bath ช่วยเพิ่มการไหลเวียนโลหิต เพิ่มการเผาผลาญพลังงาน ปรับสมดุลฮอร์โมน เพิ่มสารเอ็นดอร์ฟิน และสุขภาพจิตดีขึ้น การตอบโต้ (01 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	

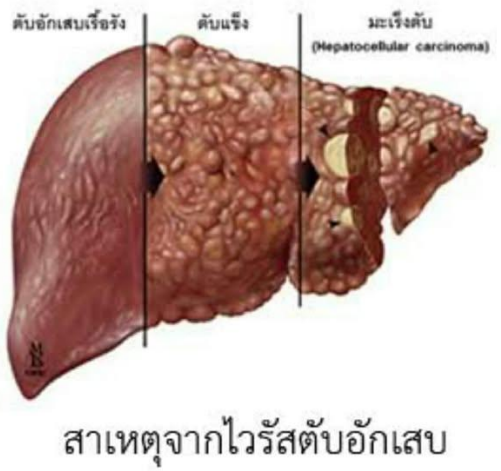
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
62	ดื่มชาใบหม่อน บำรุงสายตา ลดไขมันและน้ำตาลในเลือด การตอบโต้ (02 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	
63	ดื่มน้ำกระชายและใบโหระพา ช่วยบำรุงกระดูก ไต กระตุ้นเลือดลม และปรับสมดุลฮอร์โมน การตอบโต้ (02 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
64	ดื่มน้ำต้มแพงพวยฝรั่งตากแห้ง แก้กเบาหวาน ลดความดันโลหิต ต้านมะเร็ง ถอนพิษ แก้นอนในปัสสาวะเป็นหนอง การตอบโต้ (02 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวปลอม	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
65	ทานซิงสด กระเทียม หอมแดง ปอกกันเส้นเลือดแตก และบรรเทาอัมพฤกษ์อัมพาต การตอบโต้ (08 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
66	ประโยชน์ของขนุน ช่วยป้องกันภาวะโลหิตจาง การตอบโต้ (08 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
67	กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เตือนสายกินเนื้อระวังเจอเนื้อหมูปลอมเป็นเนื้อวัว การตอบโต้ (08 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
68	ดื่มน้ำหวานเฮลบลูบอย ช่วยเพิ่มน้ำตาลในเลือด ช่วยแก้อาการหน้ามืด และช่วยแก้อาการในขณะที่กำลังจะเป็นลมการตอบโต้ (12 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 วุ้นหน้ามืด หัวๆตึ่มเลย มีติดบ้านไว้เลย
69	ต้นโหงเทง แก้อาการไอเป็นเลือด ช่องปากอักเสบ ลิ้นอักเสบ การตอบโต้ (12 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	 มะเร็งปอด ไอเป็นเลือด กินเลย
70	ผักกระสัง ช่วยรักษาสิว ทำให้ผมตกดำ ผมหงุดร่วง หล่น และสามารถต้านเชื้อรา เชื้อแบคทีเรียได้ดี การตอบโต้ (12 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 ผมร่วง สิวเห่อ ฝ้าลาม

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
71	ดอกหญ้าวงช้าง ใช้แก้ปวดฟัน แก้ฟันผุ หายใน 5 นาที การตอบโต้ (12 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์ทันตสาธารณสุขระหว่างประเทศ (เชียงใหม่) กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
72	ดื่มนมมือเช้า ช่วยควบคุมระดับน้ำตาล ลดความเสี่ยงโรคอ้วน และโรคเบาหวาน การตอบโต้ (12 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
73	สาเหตุหนึ่งของต้อลมเกิดจากปัญหาลำไส้ ที่ทำให้ดูดซึมสารอาหารบำรุงตาไม่ได้ การตอบโต้ (13 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
74	ผู้สูงอายุ ห้ามกินถั่วลิสง เม็ดมะม่วงหิมพานต์ เมล็ดสน การตอบโต้ (13 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 ผู้สูงอายุต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ อย่ากินถั่ว ชนิดนี้เด็ดขาด เพราะมันจะทำให้อายุสั้นลง!
75	ดื่มน้ำมะพร้าวขึ้นรา จะทำให้สมองบวม และเสียชีวิตได้ การตอบโต้ (13 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 ดูให้ดี! ก่อนดื่มน้ำมะพร้าวจากลูก
76	การดื่มน้ำเย็นจัดอาจทำให้หัวใจเต้นผิดจังหวะหรือหมดสติในผู้ป่วยโรคหัวใจ การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 อันตราย ดื่มน้ำเย็นจัด

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
77	ดื่มน้ำปืทุทป็น วันละครั้ง รักษาโรคไวรัสตับอักเสบบี การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 สาเหตุจากไวรัสตับอักเสบบี
78	เตือนภัยคนดื่มชาไทยเกิน 2 แก้วต่อวันเสี่ยงรับสี Sunset Yellow เกินขนาด การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	
79	เม็ดพริกไทย 5-10 เม็ด ผสมกับน้ำผึ้ง 1 ช้อนชา กินวันละครั้งพร้อมมื้ออาหาร ช่วยบำรุงร่างกาย ลดไขมัน ขับลม แก้อาการท้องอืด อาหารไม่ย่อย การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	

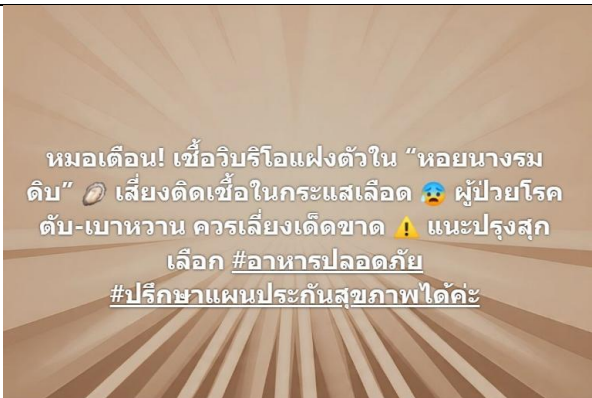
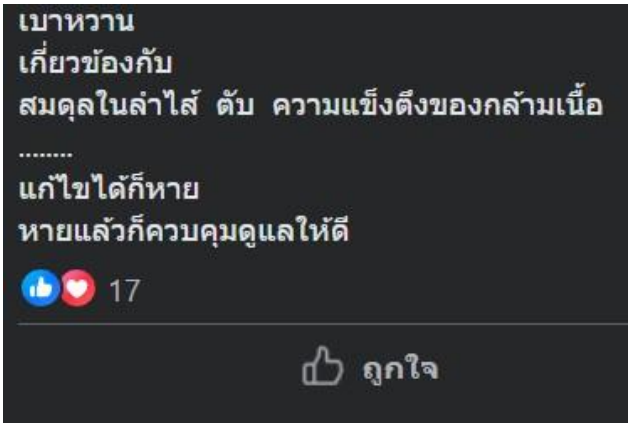
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
80	กินทุเรียนคู่กับแอลกอฮอล์ทำให้หมดสติได้ การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
81	เตือนภัย อาหาร 5 อย่าง ทานกับมะม่วง เสี่ยงระบบย่อยอาหารพังการตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	 สายมะม่วง โปรดฟังทางนี้ ไม่ควรทานมะม่วงร่วมกับอาหาร 5 ชนิด
82	บวบง ช่วยรักษาท่อน้ำดีอุดตัน ขับพิษล้างลำไส้ ขับของเสียออกมาทางปัสสาวะหรือทางเหงื่อ การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

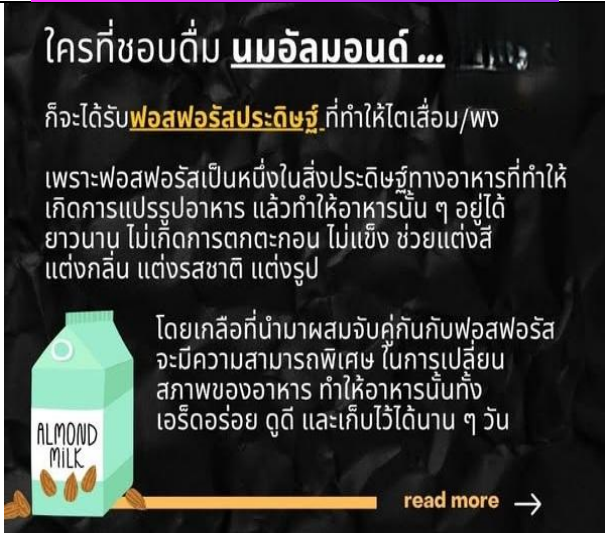
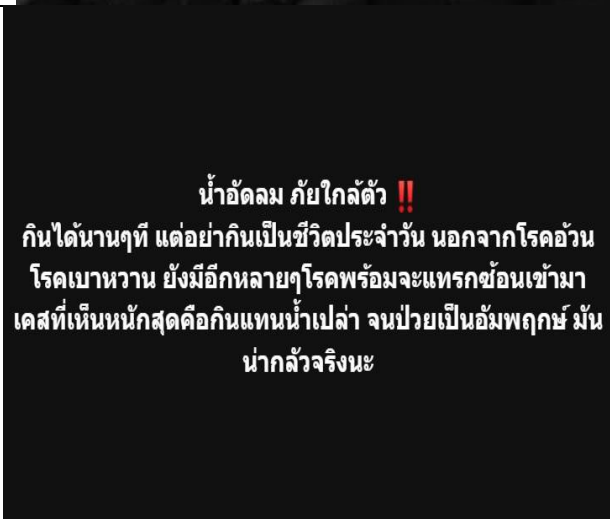
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
83	ผักกาดนกเขา มีสรรพคุณช่วยบำรุงสายตา การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
84	ตะขบ มีสรรพคุณช่วยป้องกันเส้นเลือดในสมองแตก การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
85	ใบพริกมีสารเบต้าแคโรทีน ช่วยชะลอการเสื่อมของเลนส์ตา และเบต้าแคโรทีนดูดซึมดีเมื่อมีไขมัน การตอบโต้ (26 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
86	เนื้อเป็ด เป็นยาบำรุงชั้นเลิศ มีโปรตีนสูง และธาตุเหล็กมากกว่าเนื้อวัว การตอบโต้ (28 พฤษภาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักโภชนาการกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 เนื้อสัตว์ที่ถูกเบียดเบียน กึ่งที่เป็น "ยาบำรุงชั้นเลิศ" โปรตีนสูง ธาตุเหล็กมากกว่าเนื้อวัว
87	ดื่มน้ำแตงโมหรือกินแตงโมสดเป็นประจำ ช่วยลดการอักเสบ ล้างพิษ และทำให้ค่าไตดีขึ้น การตอบโต้ (02 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 น้ำล้างไต ลดอักเสบภายใน ไตเรื้อรัง
88	18 เมนูอาหารต้านโควิด แนะนำโดยนักโภชนาการ โรงพยาบาลรามารักษ์ และกรมอนามัย การตอบโต้ (02 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	เมนูอาหารต้านโควิด หาซื้อง่าย ทำเองได้ไม่ยาก สำหรับเมนูอาหารต้านโควิดที่แนะนำโดยนักโภชนาการ จากคณะแพทยศาสตร์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ - แกงจืดผักโขมหมูสับ - น้ำคอกหมู - พริกหวานสามสีผัดไข่ - บรอกโคลีผัดไก่ - ปลาปิ้งสามรส - ส้มตำไทย - หมูนึ่งน่ายอดคณะ - ไข่ตุ๋นไก่สับ - เต้าหู้ราดหน้าหมูสับแครอท - มะเขือยาวผัดโหระพา - ไข่ลวกเขย - พริกคั่วมะนาวดอง - ไข่ต้มใส่ - ต้มเลือดหมู - ต้มยำปลาทุ - ต้มจืดตำลึงเต้าหู้ไข่ - ปลานึ่งขิง - ข้าวผัดหอยลาย

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
89	ต้นลิ้นมังกรจะคายก๊าซออกซิเจนตอนกลางคืน ช่วยฟอกอากาศในห้องนอนได้ การตอบโต้ (04 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
90	เม็ดขนุนมีสรรพคุณทางยา ช่วยขับน้ำนมภายหลังคลอดบุตร และช่วยบำรุงร่างกาย การตอบโต้ (05 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
91	โซดาบอระเพ็ด รักษาอาการมือชา เท้าชา และอัมพฤกษ์ การตอบโต้ (05 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	

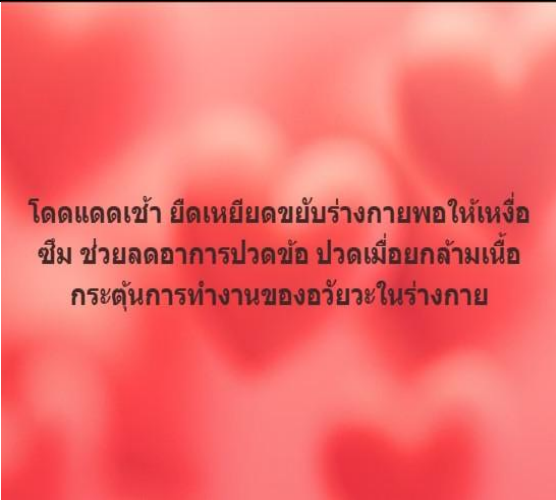
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
92	นอนน้อยต่อเนื่อง สมองจะค่อย ๆ เสื่อมลงทุกวัน การตอบโต้ (09 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
93	ดื่มแอลกอฮอล์แล้วหน้าแดง เสี่ยงตับพัง การตอบโต้ (09 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
94	ยาสีฟันผสมกระเทียม ช่วยกำจัดหูดหรือติ่งเนื้อได้ การตอบโต้ (09 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	

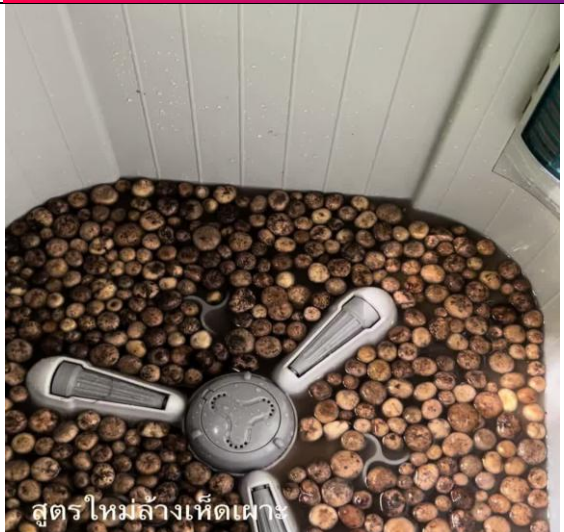
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
95	เชื้อไวรัสโอฟังตัวในหอยนางรมดิบ เสี่ยงติดเชื้อในกระสเลื้อด การตอบโต้ (11 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
96	ชิงสด รักษาสดโรก ไมเกรน และสมองตีบ การตอบโต้ (12 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
97	โรคเบาหวาน เกี่ยวข้องกับสมดุลในลำไส้ ดับ และความแข็งตัวของกล้ามเนื้อ สามารถรักษาให้หายขาดได้ การตอบโต้ (12 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
98	กล้ามเนื้อแข็งตึง ทำให้เป็นความดันโลหิตสูง การตอบโต้ (12 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	
99	นมอัลมอนต์มีฟอสฟอรัสประติษฐ์ที่ทำให้ไตเสื่อมพัง การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
100	ดื่มน้ำอัดลมมาก เสี่ยงเป็นอัมพฤกษ์ การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
101	บวบ มะระ ผักขมที่มีรสขม 2 ชนิดนี้ กินคำเดียว ไตวายทันที การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	
102	มะพร้าวแก่ ช่วยบำรุงสุขภาพหัวใจ ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูกและฟัน การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
103	ทุเรียนมีกำมะถัน ทำให้ฝีหนองแห้งเร็ว ช่วยแก้โรคผิวหนัง ฆ่าเชื้อในร่างกาย การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
104	กินทุเรียนกับน้ำอัดลมให้พิษร้ายแรงมากกว่าพิษงูเห่า การตอบโต้ (16 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 ผลการวิจัยของนักวิจัย! กินทุเรียนกับน้ำอัดลมให้พิษร้ายแรงมากกว่าพิษงูเห่า/ เห็นว่า..เลยมาเจ้า สู่ฟังคะ
105	กินมั่งคุดกับน้ำตาลรวมกันจะทำให้เสียชีวิต การตอบโต้ (18 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 กินมั่งคุดกับน้ำตาลรวมกันจะทำให้เสียชีวิต
106	สับปะรดดองน้ำผึ้ง ช่วยชะลอวัย รักษากระชับผิว การตอบโต้ (18 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 หน้าใส ชลอวัย ภูมิคุ้มกันดี

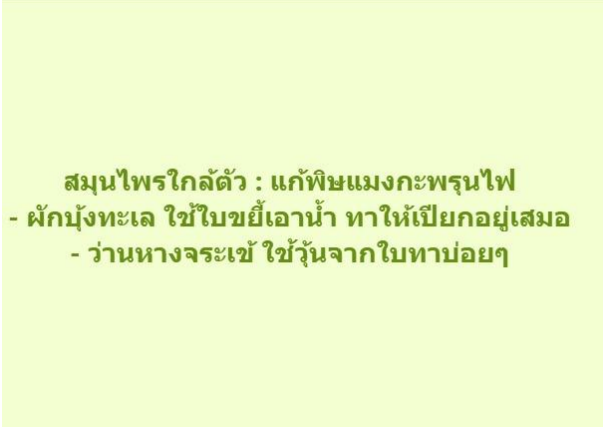
ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
107	ผักขึ้นฉ่ายฝรั่งพบการปนเปื้อนของพยาธิมากที่สุด การตอบโต้ (19 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 ผักที่พบการปนเปื้อนพยาธิมากที่สุดคือ ผักขึ้นฉ่ายฝรั่ง 63.3%
108	โดนแดดในช่วงเช้า ขยับร่างกายพอให้เหงื่อซึม ช่วยลดอาการปวดข้อ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ กระตุ้นการทำงานของอวัยวะในร่างกาย การตอบโต้ (19 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 โดนแดดเช้า ยืดเหยียดขยับร่างกายพอให้เหงื่อซึม ช่วยลดอาการปวดข้อ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ กระตุ้นการทำงานของอวัยวะในร่างกาย
109	ล้างจมูกด้วยน้ำประปา เสี่ยงติดเชื้ออะมีบา กินสมอง การตอบโต้ (23 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 ใช้น้ำประปาล้างจมูก เสี่ยงติดเชื้ออะมีบา กินสมอง

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
110	ไข่ต้ม มีลักษณะไข่แดงเป็นสีเทาอมเขียว มีพิษ การตอบโต้ (23 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 สาวช่องใจ "ไข่ต้ม" ไข่แดงเป็นสีเทาอมเขียว แม่ผิวบอกมีพิษ หมอเฉลยความจริง พร้อมเตือนไข่ 3 แบบที่ไม่ดี
111	เตือน 5 อาหารไทยยอดฮิต เสี่ยงมะเร็งกระเพาะจากเชื้อเฮลิโคแบคทีเรีย การตอบโต้ (23 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 ภัยเงียบ! หมอเจด เตือน 5 อาหารไทยยอดฮิต เสี่ยงมะเร็งกระเพาะจากเชื้อเฮลิโคแบคทีเรีย
112	วิธีการล้างเห็ดเผาะแบบใหม่ ด้วยผงซักฟอก การตอบโต้ (25 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 สูตรใหม่ล้างเห็ดเผาะ

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
113	ทุเรียน มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง การตอบโต้ (25 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวจริง	
114	น้ำต้มไข่ ช่วยบำรุงผมให้ขึ้นดกหนา การตอบโต้ (25 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวปลอม	 น้ำต้มไข่ นึกว่าไร้ค่า แต่กลับมีประโยชน์มากมาย ช่วยบำรุงผมให้ขึ้นดกหนา และล้างคราบมันเครื่องมือทำครัวได้สะอาดหมดจด
115	มะกรูด แก่เส้นเลือดโป่งพองที่ขา และลดความดันโลหิตสูง การตอบโต้ (26 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
116	เด็กที่ใส่หน้ากากอนามัยเป็นประจำ ออกซิเจนในสมองจะต่ำ ส่งผลกระทบต่อเซลล์สมอง การตอบโต้ (26 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	
117	ดื่มน้ำเย็นทุกวันช่วยเร่งการเผาผลาญไขมัน การตอบโต้ (26 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
118	ใบแปะก๊วย ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงสมอง เพิ่มความจำ การตอบโต้ (27 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
119	น้ำเปล่า 4 ประเภท เสี่ยงมะเร็งและเต็มไปด้วยแบคทีเรีย การตอบโต้ (30 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
120	กรมอนามัยเผย เด็กไทยเป็นโรคอ้วนติดอันดับ 3 ของเอเชีย+การตอบโต้ (30 มิถุนายน พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	
121	ลมในท้องมาก ส่งผลให้นอนไม่หลับ การตอบโต้ (15 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขพบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
122	ว่านหางจระเข้ดับพิษแมงกะพรุนไฟ การตอบโต้ (15 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวจริง	 สมุนไพรรักษา : แก้วพิษแมงกะพรุนไฟ - ผักนึ่งทะเล ใช้ใบขี้เฒ่า น้ำ ทำให้อยู่ยง - ว่านหางจระเข้ ใช้วันจากใบทาบ่อยๆ
123	ใช้เบกกิ้งโซดา เพียง 10 วินาที สามารถกำจัดเชื้อราที่เท้าได้ การตอบโต้ (15 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 วิธีง่าย ๆ ด้วยการใช้เบกกิ้งโซดาเพียง 10 วินาที สามารถกำจัดเชื้อราที่เท้าได้อย่างสมบูรณ์
124	เข้าห้องน้ำก่อนปวดปัสสาวะ จะทำให้เสี่ยงกระเพาะปัสสาวะพัง การตอบโต้ (15 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวบิดเบือน	 รู้ไหมเท่าไร! ยังไม่ปวดอย่าเพิ่งฉี่ เสี่ยงกระเพาะปัสสาวะพัง เสื่อมสภาพและเกิดปัญหาสุขภาพตามมา

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
125	แก้ว้มกรช่วยดูดซับสารตกค้างจากยาฆ่าแมลง หรือ สารตะกั่วจากควันท่อไอเสียออกจากร่างกายได้ การตอบโต้ (15 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
126	น้ำปั่นแตงกวา สรรพคุณช่วยขับของเสีย ลดอาการ บวม น้ำ และต้านการอักเสบ บำรุงไต การตอบโต้ (21 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวบิดเบือน	
127	ดื่มน้ำอัดลมวันละ 3 ขวด จะทำให้ฟันผุ ฟันหักทั้งปาก การตอบโต้ (21 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทาง ศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าว นั้น เป็นข่าวเสี่ยงต่อสุขภาพ	

ลำดับ	ประเด็น	รูปภาพสื่อ
128	ผักบล็อคโคลี่ ถั่ว และกะหล่ำปลี ต้มแล้วมีพิษเหียวสารหนู การตอบโต้ (24 กรกฎาคม พ.ศ. 2568) จากการประสานงานแจ้งข้อมูลให้ตรวจสอบโดยทางศูนย์ต่อต้านข่าวปลอมได้ดำเนินการตรวจสอบข้อเท็จจริงโดย กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข พบว่าประเด็นดังกล่าวนั้น เป็นข่าวปลอม	 หมอเตือนเอง!! 3 พักที่ไม่ควรต้ม มีพิษเหียวสารหนู กินกันทุกบ้าน แต่ส่วนใหญ่ไม่รู้!