

খাদ্যে ক্ষতিকারক ফরমালিন ও কার্বাইড

মাছ, শাক-সবজিসহ বিভিন্ন খাদ্যের দীর্ঘস্থায়ী সংরক্ষণ ও কৃত্রিমভাবে অপরিপক্ব ফলমূল পাকাতে কিছু অস্বাধু ব্যবসায়ী ব্যবহার করছেন অতিমাত্রায় ফরমালিন ও কার্বাইড যা মানবদেহের জন্য অত্যন্ত ক্ষতিকর। বাংলাদেশে প্রতি বছর প্রায় ৪৫ লক্ষ লোক খাদ্যে বিক্রিয়াজনক আতঙ্কিত হয়ে বিভিন্ন জটিল রোগে ভুগছে এবং মৃত্যুবরণও করছে। শুধুমাত্র অধিক মূল্যের জন্য খাদ্যদ্রব্যে প্রাণঘাতী ফরমালিন বা কার্বাইডের ব্যবহার নিত্যই অমানবিক কাজ। এ যেন নীরবে গণহত্যা। তাই খাদ্যদ্রব্যে বিষাক্ত এ রাসায়নিক পদার্থের প্রয়োগ রোধে জনসচেতনতাসহ প্রতিরোধ গড়ে তুলতে হবে।

ফরমালিন ও কার্বাইডের প্রভাব

- ❖ ফরমালিন ও কার্বাইডযুক্ত খাবার গ্রহণের ফলে-
- ❖ ফুসফুসের কার্যক্ষমতা নষ্ট হতে পারে।
- ❖ শ্বাসকষ্ট, অ্যাজম্যা, ক্ষুধা মন্দা, ডায়রিয়া, চর্মরোগের সৃষ্টি হয়।
- ❖ হার্ট, কিডনী আক্রান্তসহ আলসার, নিভার সিরোসিস এমনকি মরণব্যর্থি ক্যান্সারও হতে পারে।
- ❖ চোখের জ্বালাপোড়াসহ অন্ধত্বের শিকার হতে পারে।
- ❖ গর্ভবতী মায়েরদের ক্ষেত্রেও মারাত্মক ঝুঁকি তৈরি করে বিকলাঙ্গ শিশুর জন্ম হতে পারে।

খাদ্যে ফরমালিন চেনার উপায়

- ❖ সাধারণত: ফরমালিনযুক্ত খাদ্যদ্রব্যের উপর মাছি বসে না।
- ❖ স্বাভাবিক পরিবেশে খাদ্যদ্রব্য ও ফলমূল দীর্ঘদিন রাখার পরোও পঁচে না
- ❖ খাদ্যদ্রব্য ও ফলমূলের স্বাভাবিক গন্ধ ও স্বাদ থাকে না।
- ❖ ফরমালিন প্রয়োগকৃত আপেল কাটার পর খন্ডিত অংশ লাল হবে না।
- ❖ ফলের পুষ্টি উপাদান নষ্ট হয় এবং হৃৎ ড্যান্ডা থাকে না।
- ❖ মাছ: লবণাক্ত পানিতে ফরমালিনযুক্ত মাছ ১ ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখলে ৯০ ভাগ পর্যন্ত ফরমালিন কমে যায়।
- ❖ ভিনেগার (সিরকা) মিশ্রিত পানিতে ফরমালিনযুক্ত মাছ ৩০ মিনিট ভিজিয়ে রাখলে ১০০ ভাগ পর্যন্ত ফরমালিন দূর হতে পারে।
- ❖ ফলমূল ও শাক-সবজি: ১ লিটার পানিতে এক কাপ ভিনেগার (সিরকা) মিশিয়ে ফলমূল ও শাক-সবজি কমপক্ষে ১৫ মিনিট ভিজিয়ে রাখলে ফরমালিন সহ বিষাক্তদ্রব্য ৬০-৭০% কমে যেতে পারে।
- ❖ পরীক্ষায় দেখা যায় আপেলের উপরের স্তর অংশ কেটে ফেললে ৮-৫%, মাল্টার ৫০%, এবং কমলার ৭১%, ফরমালিন-হ্রাস পায়।

কার্বাইড দিয়ে পাকানো ফল চেনার উপায়

- ❖ টমেটো, আম, পেঁপে ইত্যাদি ফলকে কৃত্রিমভাবে পাকানো হলে ফলের ত্বক অতি উজ্জ্বল রং ধারণ করে থাকে।
- ❖ কলার ক্ষেত্রে ফলের ত্বক হলুদ বর্ণের থাকলেও বোটার অংশ গাঢ় সবুজ রংয়ের থাকে।
- ❖ টমেটোর ত্বকের রং সমানভাবে লাল হলে এবং আম ও পেঁপে কমলালেবুর রং এর মত হলে বুঝতে হবে এসব ফল কার্বাইড দিয়ে পাকানো হয়েছে।

সাবধানতা অবলম্বন

- ❖ রান্নার আগে মাছ, শাক-সবজি এবং খাওয়ার আগে খুব ভালো করে ফল কিছুক্ষণ পানিতে ভিজিয়ে রেখে ভালোমত ধুয়ে রান্না করা অথবা সরাসরি খাওয়া যেতে পারে।
- ❖ গাছের ফল গাছে পাকতে দিতে হবে।
- ❖ ফলের ভরা মৌসুমের আগে ফল কেনা থেকে বিরত থাকতে হবে।
- ❖ বিদেশী ফল ক্রয়ের অভ্যাস পরিহার করে দেশী ফল ক্রয় করুন। এতে কম দামে ফরমালিনযুক্ত পণ্য কেনা সহজ হবে এবং দেশের কৃষক ন্যায্য মূল্য পাবে।



প্রচারে :

রুহি সিদ্দিকান অধিদপ্তর বিনাইদহ।