ভেজাল দেওয়া খাদ্য: যা খাদ্য পরিবেশনকারীদের যা জানা প্রয়োজন

উপস্থাপনায়: Eric Luchs
সহকারী পরিচালক (Assistant Director)
খাদ্য নিরাপত্তা ও কম্যুনিটি স্বাস্থ্যব্যবস্থা বিভাগ (Bureau of Food Safety and Community Sanitation)
নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য ও মানসিক স্বাস্থ্যবিধি দপ্তর (New York City Department of Health and Mental Hygiene)

NYC Health

আপনি যা শিখবেন

- কী খাদ্য বলে গণ্য হয়
- ভেজাল দেওয়া খাদ্য কাকে বলে
- নিষিদ্ধ উপাদানসমূহ কী কী
- খাদ্যে ভেজাল যোগ করে এমন নিষিদ্ধ উপাদানসমূহের উদাহরণ
- একটি নিষিদ্ধ উপাদান আছে এমন খাদ্য পরিবেশনের সাথে সম্পর্কিত জনস্বাস্থ্য ঝুঁকিসমূহ
- 4P লঙ্ঘনগুলি বোঝা:
  - নিষিদ্ধ উপাদান আছে এমন খাদ্য যা মজুদ করা, রাখা, প্রদান করা, প্রস্তুত করা, প্রক্রিয়াজাত করা, মোড়কজাত বা পরিবেশন করা হয়।

NYC Health

NYC স্বাস্থ্য কোড অনুযায়ী খাদ্যের সংজ্ঞা

- যে কোনো কাঁচা, রান্না করা বা প্রক্রিয়াজাত খাওয়ার যোগ্য বস্তু
- পানীয়
- উপাদানসমূহ
- মানুষের খাওয়ার জন্য বা খাওয়ার উদ্দেশ্যে ব্যবহার বা বিক্রির জন্য রাখা বরফ, বা পানি
- চ্যুইং গাম

খাদ্য সংযোজক এবং খাদ্য রঙ কী?

- খাদ্য **সংযোজক**: যে সব বস্তু খাদ্যে যোগ করা হয়।
- খাদ্য **রঙ**: যে সব বস্তু খাদ্যে রঙ যোগ করে।

NYC তে খাদ্য সংযোজক এবং খাদ্য রঙ কে নিয়ন্ত্রণ করে?

- খাদ্য সংযোজক এবং খাদ্য নিরাপত্তার দায়িত্ব কয়েকটি স্টেট ও ফেডারেল সংস্থার।
- যুক্তরাষ্ট্রের খাদ্য সরবরাহ নিরাপদ রাখায় খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসনের (Food and Drug Administration, FDA) ভূমিকা সবচেয়ে বেশি দৃশ্যমান।
- অন্যান্য অসংখ্য ফেডারেল, স্টেট ও স্থানীয় সংস্থাসমূহও ভূমিকা রাখে।

ভেজাল দেওয়া খাদ্য কাকে বলে?

- খাদ্যে ভেজাল দেওয়া থাকে যদি তাতে এই সংস্থাগুলি কর্তৃক নিষিদ্ধকৃত সংযোজক ও রঙসহ কোনো বস্তু থাকে:
  - নিউ ইয়র্ক স্টেট স্বাস্থ্য দপ্তর (New York State Department of Health, NYS DOH)
  - নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য এবং মানসিক স্বাস্থ্যবিধি বিভাগ (NYC স্বাস্থ্য দপ্তর)
  - FDA
  - NYS কৃষি ও বাজার দপ্তর (NYS Department of Agriculture and Markets)
  - যুক্তরাষ্ট্রের কৃষি দপ্তর (U.S. Department of Agriculture, USDA)

NYC Health

একটি নিষিদ্ধ উপাদান কী?

- যে কোনো সংযোজক, রঙ বা অন্য কোনো বস্তু যা নিয়ন্ত্রক সংস্থাগুলি খাদ্যে যোগ করার অনুমোদন দেয়নি।

সাধারণভাবে নিরাপদ বলে গণ্য (Generally Recognized as Safe, GRAS) কী?

- FDA এর একটি সংজ্ঞা যা বলে যে খাবারে যোগকৃত একটি উপাদান একটি নির্দিষ্ট অভীষ্ট ব্যবহারের জন্য নিরাপদ বলে গণ্য।
  - যদি কোনো উপাদান GRAS বলে সংজ্ঞায়িত হয়, তাহলে খাদ্যে এর উপস্থিতি স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর নয় বলে ধরা হয়।
  - GRAS সংজ্ঞাসমূহ যোগ্যতাসম্পন্ন বিশেষজ্ঞদের দ্বারা খাদ্যে নিরাপদে ব্যবহারযোগ্য বলে তৈরি।
  - GRAS তালিকা প্রতি মাসে হালনাগাদ করা হয়।
    - উপাদানসমূহ যোগ বা সরানো হতে পারে।

NYC Health

FDA থেকে আরো তথ্য আমি কোথায় পেতে পারি?

- GRAS উপাদান সম্পর্কিত নির্বাচিত কমিটি (Select Committee on GRAS Substances, SCOGS)
- খাদ্য সংযোজকসমূহের নিয়ন্ত্রণ অবস্থা
- রঙ সংযোজকসমূহের নিয়ন্ত্রণ অবস্থা

NYC Health

খাদ্যে ভেজাল যোগ করে এমন নিষিদ্ধ উপাদানসমূহের উদাহরণ

অ্যাক্টিভেটেড চারকোল বা এক ধরনের কাঠকয়লা

- শুধু খাদ্য ছাঁকনের জন্য অনুমোদিত; খাদ্য রঙ বা খাদ্য সংযোজক হিসাবে অনুমোদিত নয়
    - বমি বমি ভাব, বমি, ডায়রিয়া বা কোষ্ঠকাঠিন্য সৃষ্টি করতে পারে।
    - বিশেষ কিছু পুষ্টি উপাদান বা ওষুধের আত্মীকরণ ব্যহত করতে পারে।

ক্যানাবিনয়েডসমূহ

- খাদ্য পরিবেশনকারী প্রতিষ্ঠানগুলি (food service establishments, FSE) ক্যানাবিনয়েড বা কৃত্তিম ক্যানাবিনয়েড আছে এমন খাদ্য প্রস্তুত ও পরিবেশন করতে পারে না।
- মোড়কজাত ক্যানাবিডিয়ল (cannabidiol, CBD) পণ্যসমূহ বিক্রি করার জন্য FSE সমূহের কাছে অবশ্যই NYS এর ক্যানাবিস ব্যবস্থাপনা অফিসের (NYS Office of Cannabis Management) কাছ থেকে একটি NYS ক্যানাবিনয়েড হেম্প খুচরা বিক্রেতা লাইসেন্স (Cannabinoid Hemp Retailer License) থাকতে হবে।
- টেট্রাহাইড্রোক্যানাবিনল (tetrahydrocannabinol, THC) আছে এমন পণ্যসমূহ মস্তিষ্ক, আচরণ, মেজাজ ও চিন্তাভাবনাকে প্রভাবিত করতে পারে ও নেশা তৈরি করতে পারে।
- শিশু ও পোষা প্রাণীদের জন্য ক্যানাবিস ক্ষতিকর হতে পারে কারণ ভোজ্য পণ্যসমূহ খাবার বলে ভুল হওয়া সম্ভব।

খাদ্য সম্পূরক ও ভিটামিনসমূহ

- এর মধ্যে রয়েছে মানুষ বা পশুদের মাল্টিভিটামিন, ভিটামিন, প্রোটিন, খনিজ, হরমোন অ্যাক্টিভেটর, এবং তৈল সম্পূরকসমূহ

- সম্পূরকসমূহ এমনকি GRAS হলেও:
  - FSE সমূহ খাদ্যে সেগুলি মেশাতে পারে না।
  - সেগুলি কেবল ব্যক্তিগত ব্যবহারের জন্য।
  - এগুলি ভুলভাবে ব্যবহার করা হলে ক্ষতিকর বা এমনকি জীবন-সংশয়কারী হতে পারে।

Supplement Facts

Serving Size 1 Tablet

	Amount Per Serving	% Daily Value
Vitamin A (as retinyl acetate and 50% as beta-carotene)	5000 IU	100%
Vitamin C (as ascorbic acid)	60 mg	100%
Vitamin D (as cholecalciferol)	400 IU	100%
Vitamin E (as dl-alpha tocopheryl acetate)	30 IU	100%
Thiamin (as thiamin mononitrate)	1.5 mg	100%
Riboflavin	1.7 mg	100%
Niacin (as niacinamide)	20 mg	100%
Vitamin B_6 (as pyridoxine hydrochloride)	2.0 mg	100%
Folate (as folic acid)	400 mcg	100%
Vitamin B_{12} (as cyanocobalamin)	6 mcg	100%
Biotin	30 mcg	10%
Pantothenic Acid (as calcium pantothenate)	10 mg	100%

Other ingredients: Gelatin, lactose, magnesium stearate, microcrystalline cellulose, FD&C Yellow No. 6, propylene glycol, propylparaben, and sodium benzoate.

সম্পূরক তথ্যসমূহ ছবির উৎস: U.S. Food and Drug Administration. Dietary Supplement Labeling Guide: Chapter IV. Nutrition Labeling. (মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন। খাদ্য সংক্রান্ত সম্পূরক লেবেলিং গাইড: অধ্যায় IV. পুষ্টির লেবেলিং)। এপ্রিল 2005. 9 মে, 2024-এ অ্যাক্সেস করা হয়েছে। https://www.fda.gov/food/dietary-supplements-guidance-documents-regulatory-information/dietary-supplement-labeling-guide-chapter-iv-nutrition-labeling

NYC Health

কাভা বা কাভা কাভা (Piper Methysticum)

- কেবলমাত্র খাদ্য সম্পূরক হিসাবে FDA কর্তৃক অনুমোদিত
- খাদ্যে ব্যবহারের জন্য GRAS নয়
- হেপাটাইটিস, সিরোসিস ও লিভার ফেইলিওর সহ কমপক্ষে 25টি যকৃতের বিষক্রিয়ার ঘটনার সাথে সম্পর্কিত

Health

ক্র্যাটম (Mitragynine এবং 7-Hydroxymitragynine)

- দক্ষিণপূর্ব এশিয়ার স্থানীয় একটি গ্রীষ্মমণ্ডলীয় গাছ
- কোনো FDA-অনুমোদিত ব্যবহার নেই
- ক্র্যাটম বা এর সক্রিয় যৌগসমূহ আছে এমন লেবেলযুক্ত পণ্যসমূহ ব্যবহার না করার ব্যাপারে FDA একটি সতর্কতা জারি করেছে।
- এই উপাদানটি আসক্তিজনক ও মনোবিকলনকারী হতে হতে পারে এবং বমি বমি ভাব, বমি, যকৃতের সমস্যা ও মৃত্যু ঘটাতে পারে।
- আরো তথ্যের জন্য, fda.gov/news-events/public-health-focus/fda-and-kratom ভিজিট করুন বা QR কোডটি স্ক্যান করুন।

NYC Health

এক্সপ্রেসড সরিষার তেল

- এক্সপ্রেসড সরিষার তেলে 20 থেকে 40% ইউরিসিক অ্যাসিড থাকার কারণে FDA একটি আমদানি সতর্কতা জারি করেছে।
- পণ্যের লেবেলে বলা থাকে যে এক্সপ্রেসড সরিষার তেল কেবল বাহ্যিক ব্যবহারের জন্য।
- এক্সপ্রেসড সরিষার তেলের ফলে পরীক্ষাধীন প্রাণীদের দেহে পুষ্টিহীনতা এবং হৃদযন্ত্রে ক্ষত হতে দেখা গেছে।

শুষ্ক বরফ

- কঠিন শুষ্ক বরফ যা করা যাবে না:
    - পরিবেশন
    - খাদ্য যখন পরিবেশন করা হচ্ছে বা খাওয়া হচ্ছে তখন যদি বাষ্প বা ধোঁয়া থাকে তাহলে খাদ্য পরিবেশনের আগে যোগ করা
- অত্যন্ত ঠাণ্ডা তাপমাত্রার ফলে যাতে গুরুতর ক্ষতি হতে পারে:
    - স্পর্শ লাগলে ত্বকে
    - গিলে ফেললে আভ্যন্তরীণ অঙ্গসমূহে
- শুষ্ক বরফের ফলে দমবন্ধ হয়ে মৃত্যু ঘটতে পারে।

NYC Health

তরল নাইট্রোজেন

- খাদ্য পরিবেশন করার আগে তা থেকে সমস্ত তরল নাইট্রোজেন উবে যেতে দিতে হবে অথবা নিঃসৃত করতে হবে।
- খাদ্য যখন পরিবেশন করা হচ্ছে বা খাওয়া হচ্ছে তখন যদি বাষ্প বা ধোঁয়া থাকে তাহলে খাদ্য পরিবেশনের আগে তরল নাইট্রোজেন যোগ করা যাবে না।
- অত্যন্ত ঠাণ্ডা তাপমাত্রার ফলে যাতে গুরুতর ক্ষতি হতে পারে:
  - স্পর্শ লাগলে ত্বকে
  - গিলে ফেললে আভ্যন্তরীণ অঙ্গসমূহে
- তরল নাইট্রোজেনের ফলে দমবন্ধ হয়ে মৃত্যু ঘটতে পারে।

পরিদর্শন লঙ্ঘন

পরিশিষ্ট 23-A: খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহ ও অ-খুচরা খাদ্য প্রক্রিয়াজাত প্রতিষ্ঠানসমূহ পরিদর্শন ওয়ার্কশিট						
গুরুতর লঙ্ঘন	শর্তাবলী					প্রদত্ত নম্বর
	I	II	III	IV	V	
খাদ্য সুরক্ষা						
4P নিষিদ্ধ উপাদান আছে এমন খাদ্য মজুদ করা, রাখা, প্রদান করা, প্রস্তুত করা, প্রক্রিয়াজাত করা, মোড়কজাত বা পরিবেশন করা।	–	–	–	10	28	

উৎস: Current New York City Charter and Administrative Code, Rules of the City of New York. Chapter 23, Appendix A: Food Service Establishment and Non-Retail Food Processing Establishment Inspection Worksheet. American Legal Publishing. (বর্তমান নিউ ইয়র্ক সিটি চার্টার ও প্রশাসনিক কোড, নিউ ইয়র্ক শহরের আইনসমূহ। অধ্যায় 23, নির্ঘণ্ট A: খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহ ও অ-খুচরা খাদ্য প্রক্রিয়াজাত প্রতিষ্ঠানসমূহ পরিদর্শন ওয়ার্কশিট। আমেরিকান আইনি প্রকাশনা।) https://codelibrary.amlegal.com/codes/newyorkcity/latest/NYCrules/0-0-0-136908

NYC Health

NYC স্বাস্থ্য দপ্তরের বলবৎকরণ

- পরিদর্শনের সময় যে কোনো জনস্বাস্থ্য বিপজ্জনক অবস্থা সংশোধনে ব্যর্থতা:
  - বন্ধ করে দেওয়া বা অন্যান্য বলবৎকরণ ব্যবস্থা আলোচনার জন্য পরিদর্শক অফিসে কথা বলবেন।
  - আপনার ব্যবসা প্রতিষ্ঠানের পারমিট বন্ধ বা বাতিল করা হতে পারে।
- "A" অক্ষরের গ্রেড থাকবে না
- 1,200 মার্কিন ডলার পর্যন্ত জরিমানা

NYC Health

নিষিদ্ধ উপাদানসমূহ খাদ্যে ব্যবহারের ঝুঁকিসমূহ

- ক্রেতার শারীরিক ক্ষতি, অসুস্থতা ও মৃত্যু
- আপনার ব্যবসায়ের আর্থিক, আইনি ও সুনামের ক্ষতি

NYC Health

যদি আপনি না জানেন যে কোনো একটি উপাদান নিষিদ্ধ কিনা?

- এটি আপনার দোকানে রাখবেন না, খাবারে যোগ করবেন না বা ক্রেতাদের কাছে বিক্রি করবেন না।
- 212-676-1600 নম্বরে বা infobfscs@health.nyc.gov এ NYC স্বাস্থ্য দপ্তরের খাদ্য নিরাপত্তা ও কম্যুনিটি স্বাস্থ্যব্যবস্থা বিভাগের সাথে (NYC Health Department’s Office of Food Safety and Community Sanitation) যোগাযোগ করুন।

NYC Health

প্রশ্ন আছে?