ಅಜೇಯ

ಕಲಬೆರಕೆಯ ಕಾರುಬಾರಲ್ಲಿ ಕೊರಗಿದ ಕಾಯ

ಆಹಾರ ಮಂಜೂಷ

ಡಾ. ಚಿತ್ರಲೇಖಾ ವಿ. ಕೃಷ್ಣ M. D (Ayu)
ತಜ್ಞ ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯೆ
ಶ್ರೀ ಸದ್ಗುರು ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯ
Ph - 9900212524

ಮನುಷ್ಯನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಡುವುದು ಒಂದು. ನಾಳೆಯ ಚಿಂತೆಯೋ, ಅಭದ್ರತೆಯೋ, ಮುಂದಾಲೋಚನೆಯೋ ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಧನ ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು ಶೇಖರಿಸಿರುವುದು ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಹೀಗಾಗಿ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚುವುದು. ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಿದ ಕೂಡಲೆ, ಅದನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ವರ್ತಕರು ನಾನಾ ಹಾದಿ ಹಿಡಿಯುವರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಕಲಬೆರಕೆಯೂ ಒಂದು. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇದೊಂದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಪಿಡುಗು ಎನ್ನುವಂತಾಗಿದೆ. ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಕಲಬೆರಕೆಯೇ ಒಂದು ವ್ಯಾಪಾರವಾಗಿದೆ. ಹಾಲನ್ನು ಹಾಲಾಹಲವಾಗಿಸುತ್ತಿರುವುದು, ಅರಿಶಿಣಕ್ಕೆ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸುವುದು ಹೀಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ನಿದರ್ಶನಗಳು ದೊರೆಯುವುದು.

ಹಾಲಿಗೆ, ಮೊಸರಿಗೆ ನೀರು, ಪಿಷ್ಟ(ಸ್ಟಾರ್ಚ್), ಸೋಪಿನ ಪುಡಿ, ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಹಾಕುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ. ಹಾಲು ಕಾಯಿಸುವ ಮೊದಲು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಲಕಿದರೆ ಘನವಾದ ನೊರೆ ಬಂದರೆ ಸೋಪಿದೆಯಂದರ್ಥ, ಟಿಂಚರ್ ಹಾಕಿದಾಗ ನೀಲಿಯಾದರೆ ಪಿಷ್ಟಗಳಿದೆಯಂದರ್ಥ, ಚೆಲ್ಲಿದಾಗ ಸಲೀಸಾಗಿ ಜಾರಿಹೋದರೆ ನೀರಿದೆಯಂದರ್ಥ, ಕುಡಿದ ಮೇಲೆ ಕಡೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಹಿ ಎನಿಸಿದರೆ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳಿವೆಯಂದರ್ಥ. ಇವುಗಳಿಂದ ಜೀರ್ಣಾಂಗದ ತೊಂದರೆಗಳಾಗುವುದು.

ತುಪ್ಪ ಹಾಗೂ ಬೆಣ್ಣೆಗೆ ಬೆಯಿಸಿದ ಆಲೂಗಡ್ಡೆ, ಡಾಲ್ಡ, ರಾಸಾಯನಿಕ ಪಿಷ್ಟದ ಪುಡಿಗಳು. ಟಿಂಚರ್ ಹಾಕಿದಾಗ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುದರೆ ಪಿಷ್ಟವಿದೆಯಂದರ್ಥ, ಕರಗಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಡಲ್ಡ ಬರೆತಿರುವ ಲಕ್ಷಣ. ಇದರಿಂದ ಕರುಳು ಬೇನೆ, ಹೊಟ್ಟೆಉರಿ ನೋವುಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ದವಸ ಧಾನ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಂಕರ, ಕಲ್ಲು, ದತ್ತೂರೀ ಬೀಜ, ಹುಲ್ಲು, ಕಳೆ, ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿರುವ ಹಾಳಾಗಿರುವ ಧಾನ್ಯಗಳನ್ನು, ಸೀಸ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನೂ ಬೆರಕೆ ಮಾಡುವರು. ಇದರಿಂದ ಲಿವರ್ ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಟಾಕ್ಸಿಸಿಟಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು.

ಗೋಧಿ ಹಿಟ್ಟು, ಅಕ್ಕಿ ಹಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮೈದಾ ಹಿಟ್ಟಿನ ಬೆರಕೆ, ಕಬ್ಬಿಣದ ಪುಡಿಯ ಬೆರಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಕಾಫಿ ಪುಡಿಗೆ ಚಿಕೋರಿ, ಹುಣಸೆ ಪಿತ್ತದ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸುವರು. ಇದರಿಂದ ಭೇದಿಯಾಗುವುದು.

ಟೀ ಪುಡಿಗೆ, ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚಿದ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಎಲೆಗಳು, ರುಚಿಹೆಚ್ಚಿಸುವ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು. ಇದರಿಂದ ಯಕೃತ್ ಅಂದರೆ ಲಿವರ್ ಹಾಳಾಗುವುದು.

ಸಕ್ಕರೆಗೆ ಯೂರಿಯಾ, ಸುಣ್ಣದ ಪುಡಿ, ಸೋಡಾ ಮುಂತಾದುವುದನ್ನು ಸೇರಿಸುವರು ಅವುಗಳಿಂದ ಕಿಡ್ನಿ ಹಾಳಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಹೊಟ್ಟೆಯ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಬೇನೆಗಳು ಬರುವುದು.

ಕಾಳು ಮೆಣಸಿಗೆ ಪಪ್ಪಾಯ ಬೀಜ ಮತ್ತು ಅದರಂತೆ ಇರುವ ಕಳೆಯ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಬೆರಕೆ ಮಾಡುವರು. ಅದರಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ, ಕರುಳಿನ ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ನಾನಾ ತೊಂದರೆಗಳು ಬರುವುದು.

ಅಡಿಗೆಗೆ ಬಳಸುವ ಎಣ್ಣೆಗಳಿಗೆ, ಕಡಿಮೆ ಬೆಲೆಯ ಮಿನೆರಲ್ ಆಯಿಲ್‌ಗಳನ್ನು, ಕರಂಜದ ತೈಲವನ್ನು, ಕೃತಕ ಬಣ್ಣ ಹಾಗೂ ಅಗ್ಗದ ಪೆಟ್ರೋಲಿಯಮ್ ಬೈಪ್ರಾಡಕ್ಟ್‌ನ್ನು ಬೆರೆಸುವವರು. ಇದರಿಂದ ಗಾಲ್ ಬ್ಲಾಡರ್ ಸ್ಟೋನ್ಸ್, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಅಲರ್ಜಿ, ಲಕ್ವ, ಹೃದಯಾಘಾತ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಉಂಟಾಗುವುದು.

ಚಕ್ಕೆಯ ಬದಲು ಕಾಸಿಯಾ ಮರದ ಚಕ್ಕೆಗೆ ಬಣ್ಣ ಮತ್ತು ಸೆಂಟ್ ಹಾಕಿ ಮಾರುವವರು. ಬಾಯಿ ಹುಣ್ಣು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಸುಗರಿನಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಕಾಣಬಹುದು.

ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ/ಕಾರದ ಪುಡಿಗೆ ಇಟ್ಟಿಗೆಪುಡಿ, ಕೆಂಪು ಸೀಸ, ಬಣ್ಣಗಳು, ಡೈಗಳು, ಅಗ್ಗದ ಖನಿಜಗಳು, ಮರದ ಹೊಟ್ಟು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಕಲಬೆರಕೆ ಮಾಡುವವರು. ಇದು ಮಾರಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದು, ಬಿಪಿ ಹೆಚ್ಚುವುದು, ಗೆಡ್ಡೆಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೇಗೆ ಪೂರಕವಾಗುವುದು.

ಬೆಲ್ಲಕ್ಕೆ ಸುಣ್ಣದ ಪುಡಿ, ವಾಷಿಂಗ್ ಸೋಡ, ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸುವವರು. ಅದರಿಂದ ವಾಂತಿ ಮತ್ತು ಅಜೀರ್ಣದ ಸಮಸ್ಯೆಯುಂಟಾಗುವುದು.

ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಗಾಢವಾದ ಬಣ್ಣ ಕಾಣಿಸಲು, ಡೈ, ಮೇಣ, ತುತ್ತ, ಆಕ್ಸಿಟೋಸಿನಂತಹ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಇಳುವರಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಆಕರ್ಷಕವಾಗಿ ಕಾಣಲು ಕಲಬೆರಕೆ ಮಾಡುವವರು.

ಇನ್ನು ಐಸ್ ಕ್ರೀಮ್, ಚಾಕೊಲೆಟ್, ಗೋಬಿ ಮಂಚೂರಿ, ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದರೆ ಕೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳನ್ನು ಫುಡ್ ಸೇಫ್ಟಿ ಸ್ಟಾಂಡರ್ಡ್ಸ್ ಅಥಾರಿಟಿ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ(FSSAI) ದ ವೆಬ್ ಸೈಟ್(www.fssai.gov.in/snfathome) ನಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು.