ISSN: 2393-8048
International Advance Journal of Engineering, Science and Management (IAJESM)
Multidisciplinary, Multilingual, Indexed, Double Blind, Open Access, Peer-Reviewed, Refereed-International Journal.
SJIF Impact Factor =8.152, January-June 2025, Submitted in February 2025

भोजन में मिलावट से आए मानव के शरीर में अवांछनीय परिवर्तन

ज्योति पारीक, शोधार्थी, गृहविज्ञान विभाग, टांटिया विश्वविद्यालय, श्री गंगानगर
डॉ. मोनिका, सहायक आचार्य, गृहविज्ञान विभाग, टांटिया विश्वविद्यालय, श्री गंगानगर

प्रस्तावित शोध की भूमिका

शरीर के पोषण के लिये एक व्यक्ति को विभिन्न भोज्य/खाद्य पदार्थों की रोज आवश्यकता है जिसके लिए सामान्य तौर पर एक परिवार अपनी आय का लगभग 50 फीसदी भाग खाद्य पदार्थों पर खर्च करता है। अधिकांशतः परिवार अपने खाद्य पदार्थों के पोषक तत्वों के प्रति सजग रहते हैं। प्रोटीन, इस कार्बोहाइड्रेट विटामिन तथा खनिज लवण आदि को आहार में शामिल करना आवश्यक है तथा ये सभी पोषक तत्व खाद्य सामग्री द्वारा ही प्राप्त किये जा सकते हैं। यह तभी संभव है जब बाजार में मिलने वाला खाद्य पदार्थ (दालें अनाज दूध, मिठाई, मसाले, तेल आदि) मिलावट रहित हों। अपमिश्रित खाद्य पदार्थ की गुणवत्ता काफी कम हो जाती है क्योंकि इसमें सस्ते पदार्थ जैसे रंग इत्यादि मिला दिये जाते हैं। इन्हें मिलाने से उत्पाद तो आकर्षक दिखने लगता है जिससे बिक्री ज्यादा होती है, परंतु उनकी पोषकता प्रभावित होती है व स्वास्थ्य के लिये हानिकारक सिद्ध होते हैं।

मिलावट युक्त आहार का उपयोग करने से शरीर का प्रतिकूल पदार्थ पड़ता है तथा शरीर में विकार उत्पन्न होने की संभावना बढ़ जाती है। उपभोक्ता की जाँच हो जाये तो उपभोक्ता काफी हद तक स्वास्थ्य संबंधित समस्याओं से बच सकता है।

खाद्य अपमिश्रण एक अपराध है। यह खाद्य अपमिश्रण अधिनियम संस्था द्वारा 1954 में घोषित किया गया हैं। इस अधिनियम के अंतर्गत किसी भी व्यापारी/ विक्रेता को अपराधी पाये जाने पर कम से कम 6 महीने की जेल हो सकती है। चूंकि खाद्य पदार्थों में मिलावट मानव स्वास्थ्य से संबंधित है, सभी लोगों को इसके प्रति जागरूक होना पड़ेगा।

मिलावट ने हमारे जन जीवन को जहरीला बना दिया है। मिलावट के आतंक से गरीब–अमीर, बच्चे से बुजुर्ग तक आतंकित है। आज समाज में हर तरफ मिलावट ही मिलावट देखने को मिल रही है। पानी से सोने तक मिलावट के बाजार ने हमारी बुनियाद को हिला कर रख दिया है। पहले केवल दूध में पानी और शुद्ध देशी घी में वनस्पति घी की मिलावट की बात सुनी जाती थी, मगर आज घर–घर में प्रत्येक वस्तु में मिलावट देखने और सुनने को मिल रही है। मिलावट का अर्थ प्राकृतिक तत्वों और पदार्थों में बाहरी, बनावटी या दूसरे प्रकार के मिश्रण से है।

मुनाफाखोरी करने वाले लोग रातों रात धनवान बनने का सपना देखते है। अपना यह सपना साकार करने के लिए वे बिना सोचे–समझे मिलावट का सहारा लेते हैं। सस्ती चीजों का मिश्रण कर सामान को मिलावटी कर महंगे दामों में बेचकर लोगों को न केवल धोखा दिया जाता है, बल्कि हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ भी किया जाता है। मिलावटी खाद्य पदार्थों के सेवन से प्रतिवर्ष हजारों लोग विभिन्न बीमारियों का शिकार होकर जीवन से हाथ धो बैठते हैं। मिलावट का धंधा हर तरफ देखने को मिल रहा है। दूध बेचने और मिलावट करने वाले से लेकर बहुराष्ट्रीय कंपनियों तक ने मिलावट के बाजार पर अपना कब्जा कर लिया है।

बाजार में मिलने वाली सब्जियों और फलों को रसायन के माध्यम से रंग–बिरंगा कर उपभोक्ताओं को आकर्षित किया जाता है। मटर और परवल को हरे रंग से हरा भरा किया जाता है। तरबूज में इंजेक्शन तो आम बात हो गई है। आम, केले, मुसंबी तक को सरे आम रसायन और इंजेक्शन से पकाया और तैयार किया जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए बेहद हानिकारक है। सीमेंट में राख, चाय में रंगा हुआ लकड़ी का बुरादा, जीरे में घोड़े की लीद, खाने के रंगों में लाल–पीली मिट्टी, खाद्य तेलों में दूसरे सस्ते और अखाद्य तेलों की मिलावट खूब हो रही है।

मिलावटी खाद्य पदार्थों के सेवन से आदमी अनेक प्रकार की बीमारियों का शिकार हो जाता है। पेट की असाध्य बीमारियों से लेकर कैंसर तक का रोग लग जाता है। अंधापन और अपंगता को भी झेलना पड़ता है। मिलावट साबित होने पर कई बार छोटे–छोटे मिलावटखोरों की पकड़–धकड़ के समाचार अवश्य पढ़ने और सुनने को मिल जाते हैं मगर मिलावट का थोक व्यापार करने वाले लोग अब तक कानून की पहुँच से दूर हैं।

मिलावट एक संगीन अपराध है। मिलावट पर काबू नहीं पाया गया तो यह ऐसा रोग बनता जा रहा कि समाज को ही निगल जाएगा। हाल के कुछ अध्ययनों से पता चला है कि भारत में 52 प्रतिशत

बीमारियाँ मिलावटी खान–पान की वजह से हो रही हैं। सरकार को कानून के प्रावधानों को और सशक्त बनाने के साथ निगरानी तंत्र को मजबूत करना चाहिए। मिलावट के आतंक को रोकने के लिए सरकार को जन भागीदारी से सख्त कदम उठाने होंगे।

खाद्य पदार्थों में दिन प्रतिदिन बढ़ती हुई मिलावटों को देखते हुए भारत सरकार ने 1954 में खाद्य मिलावट निषेध अधिनियम बनाया। अधिनियम को 1955 जून में लागू किया गया। सन् 1968, 1973 तथा 1978–79 में इसे संशोधित किया गया।

मिलावट के कारण :

भोज्य पदार्थों में व्यापारी निम्नलिखित कारणों से मिलावट करता है :

1. अधिक लाभ की इच्छा–हर व्यापारी को अधिक लाभ कमाने की तीव्र इच्छा होती है जिसके कारण वह घटिया पदार्थ मिलाकर भोज्य पदार्थ की मात्रा बढ़ाकर अधिक बिक्री के लिए प्रस्तुत करता है।
2. बाजार में अधिक प्रतियोगिता–वर्तमान समय प्रतियोगिता का समय है। जिससे व्यापारी वस्तु की गुणवत्ता पर ध्यान न देकर उसे आकर्षक दिखाकर बिक्री के लिए प्रस्तुत करता है।
3. विज्ञापन का युग–वर्तमान समय में जो व्यापारी अपनी वस्तु का जितने आकर्षक तरीके से और नामी व्यक्तियों से विज्ञापन प्रस्तुत करता है उस वस्तु का विक्रय उतना ही अधिक होता है। अतः इस व्यय को व्यापारी वस्तु की गुणवत्ता घटा कर पूरा करता है।
4. अधिक माँग–कुछ खास अवसरों पर विशेष खाद्य पदार्थों की माँग बढ़ जाती है। ऐसे अवसरों पर प्रायः व्यापारी उपभोक्ता की कमजोरी का फायदा उठाकर मिलावट करते है। जैसे–त्योहारों पर मैदा आदि की माँग बढ़ना।

प्रस्तावित शोध के सोपान

विश्व के किसी भी देश में उसके आहार उद्योग उसके प्रमुख उद्योगों में गिने जाते हैं, क्योंकि इनमें सामग्री का पलटाव बहुत होता है। भारत में अमीर वर्ग के लोगों को छोड़कर देखा जाए तो पारिवारिक बजट का अधिकतम अंश, परिवार के भोजन पर व्यय हो जाता है। देखा गया है कि निम्न आय वर्गीय परिवारों में तो वेतन का 80 प्रतिशत तक भाग भोजन पर ही खर्च हो जाता है। मध्यम आय वर्ग के परिवारों का 55 प्रतिशत तथा उच्च आय वर्गीय परिवारों में वेतन का 40 प्रतिशत भाग इस क्षेत्र में व्यय हो जाता है। बढ़ती जनसंख्या के दृष्टिकोण से देखा जाए तो दालें, तेल, दूध, मांस और अंडों की मांग उनके संभरण से कहीं बढ़ती जा रही है। चाय पत्ती, मसाले आदि के निर्यात में बढ़ोतरी होने के परिणामस्वरूप हमारी अपनी जरूरतों की पूर्ति नहीं हो पाती है। अतएव, इन दोनों स्थितियों में वे आहारीय पदार्थ जिनका उत्पादन कम है और वे जिनकी मात्रा है मगर निर्यात के कारण उपभोक्ताओं को वे उपलब्ध नहीं है–पहली में असली और दूसरी में बनावटी कमी आ जाती है। ऐसी अवस्था में विक्रेता लालच की भावना से या तो जानबूझकर आहारीय मिलावट पर उतारू हो जाते हैं या घटिया गुणवत्ता के आहार बेचने लग जाते हैं।

उपभोक्ता के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए भारत सरकार ने 1954 में आहारीय निषेध अधिनियम की घोषणा की। इस नियमानुसार, मिलावटी भोज्य पदार्थों के निर्माण, बिक्री और वितरण की मनाही के साथ–साथ उन पदार्थों की भी बिक्री मना है, जिनमें किसी भी प्रकार के विषैले तत्व मिलाए गए हों या फिर आहार की पूरी जानकारी देता हुआ सही लेबल न हो। इस अधिनियम के अंतर्गत एक केन्द्रीय आहार रसायनशाला कलकत्ते में स्थापित की गई है, जो समय–समय पर मिलावटी खाद्य पदार्थों पर अपनी रिपोर्ट पेश करती है, जिससे उपभोक्ताओं को मदद मिल सकती है। हाल ही में मैसूर शहर में स्थित केन्द्रीय खाद्य टेक्नोलोजीकल अनुसंधान संस्थान को भी उस काम के लिए मान्यता मिली है। इसी अधिनियम के तहत खाद्य स्तरों की एक केन्द्रीय समिति भी निर्धारित की गई है जो केन्द्रीय सरकार को खाद्य स्तरों के बारे में पूरी जानकारी देगी। इसी अधिनियम के अंतर्गत सभी प्रादेशिक सरकारों ने खाद्य निरीक्षकों को नियुक्त किया है, जिनके द्वारा सरकार सभी प्रकार के आहारों का निरीक्षण करवा सकती है। सरकार के पास अपनी मदद के लिए सार्वजनिक विश्लेषकों को भी नियुक्त करने का प्रबंध रहता है।

आहारीय मिलावट निषेध अधिनियम के अंतर्गत विक्रेता के लिए अनिवार्य हो जाता है कि वह उसी आहारीय सामग्री को बिक्री करे, जो निर्धारित स्तर के अनुरूप हो न कि घटिया किस्म के अनाज को, घी जिसमें वनस्पति जैसे पदार्थ मिलाए जा सकते हैं तथा दूध जिसमें से कुछ सार तत्व निकाले जा सकते हैं इन सबकों भी मिलावटी आहार ही माना जाएगा। कुछ अन्य आहारों के संदर्भ में बिक्री से पहले विक्रेता को कुछ निर्धारित परिवर्तन करना जरूरी होता है, जैसे आइसक्रीमों में स्थिर करने के पदार्थ मिलाना।

विक्रेता के लिए यह भी आवश्यक है कि वह लेबिल पर यह निर्दिष्ट करें कि आहार में कितना रंग या स्वीटनिंग एजेंट मिलाया गया है। इस अधिनियम के होते हुए भी मिलावटी आहार बाजारों में खुले आम बिकते हैं। इसीलिए जरूरी हो जाता है। कि गृहणियों तथा अन्य ग्राहकों को आहारों की गुणवत्ता की परख की जानकारी होनी चाहिए।

प्रस्तावित शोध का महत्त्व

खाद्य पदार्थों के एक या अधिक घटक की न्यूनतम मात्रा निर्धारित की जानी चाहिए। उदाहरण के लिए मक्खन में कम से कम 80 प्रतिशत वसा होनी चाहिए।

खाद्य पदार्थ किस प्रकार तैयार किया जाय, इसका निर्धारण करना भी जरूरी है। उदाहरण के लिए कहा जा सकता है कि किसी खाद्य पदार्थ को डिब्बे में बंद करने के बाद इतना तापमान रखा जाय कि वह सड़े नहीं। यह बताना आवश्यक है जैसे कि कोई खाद्य पदार्थ, पानी, शर्बत, रस या तेलीय माध्यम हो सकता है।

खाद्य पदार्थों के उत्पादन के आवश्यक घटकों का वर्णन होना चाहिए। उदाहरण के लिए यह विद्यान है कि पाव रोटी बनाने में खमीर वाले आटे का इस्तेमाल होगा और उसमें पानी या कोई निर्धारित तरल पदार्थ डाला जाता है।

खाद्य पदार्थ के डिब्बे पर यह लिखा होना चाहिए कि उसमें कौन–कौन से तत्व मिलाए गए हैं और यह भी बताया जाना चाहिए कि इसका प्रयोग किस प्रकार करना चाहिए।

आवश्यकतानुसार मानक निर्धारित किए गए या उनमें फेरबदल किया गया। यह काम एक विशेषज्ञ समिति ने जिसका नाम था खाद्य मानकों की केन्द्रीय समिति। जो भी खाद्य पदार्थ इन नियमों के अनुसार निर्धारित न्यूनतक मानकों के अनुरूप नहीं होता, उसे मिलावट वाला माना जाता है, चाहे उसमें कोई पदार्थ बाहर से मिला दिया गया हो या कोई तत्व उसमें से निकाल लिया गया हो। इन अधिनियम के अंतर्गत कई धाराएँ जिनका उद्देश्य है, खाद्य पदार्थों में मिलावट को रोकना।

यदि किसी उपभोक्ता को भ्रम हो कि उसने जो पदार्थ खरीदा है, उसमें मिलावट हैं, तो वह उसे परीक्षण के लिए भेज सकता है। अगर मिलावट का प्रमाण मिल जाए तो परीक्षण का खर्च उपभोक्ता को लौटा दिया जाता है और विक्रेता के विरूद्ध कानून के अंतर्गत कार्यवाही की जाती है।

इस आदेश का मुख्य लक्ष्य यह है कि फलों और सब्जियों से जो खाद्य पदार्थ बनते हैं वे कुछ न्यूनतम मानकों के अनुरूप हों। जिन कारखानों में ये उत्पाद बनते हैं वहीं सफाई की व्यवस्था वैसी होनी चाहिए, उसके साथ ही यह भी बताया गया है कि जिन डिब्बों में ये पदार्थ बंद होते है, उनके उपर लेबल किस प्रकार लगाया जाए, कृषि विभाग के निरीक्षकों को यह अधिकार दिया गया है कि वे इन कारखाने का निरीक्षण कर सकते हैं, वहाँ के पदार्थों के नमूने ले सकते है और इन्हें परीक्षण के लिए मैसूर की केन्द्रीय खाद्य अनुसंधान संस्था की प्रयोगशाला में भेज सकते हैं। इस आदेश में यह भी बताया गया है कि इन खाद्य पदार्थों में विषाक्त तत्वों की सीमा कितनी होगी, किस प्रकार के रंग इस्तेमाल किए जाएंगे और खाद्य पदार्थों को सड़ने के लिए कैसे रसायनों का प्रयोग किया जाता है।

प्रस्तावित शोध के उद्देश्य

1. एक तरफ तो खाद्य पदार्थो के भाव देश में सातवें आसमान का छू रहे हैं। वही दूसरी तरफ उनमें मिलावट भी की जा रही है का अध्ययन करना।
2. लागों को पूरे दाम चुकाने के बाद भी शुद्ध चीज नहीं मिल रही है। इसके लिए जनता को जागृत करना।
3. स्वास्थ्य बचाने के लिए प्रमाणित खाद्य पदार्थ ही खरीदने के लिए जाग्रत करना।
4. बाजार में मिलावटी खाद्य पदार्थ बिक रहे है इसकी जानकारी फूड सेफ्टी विभाग को देना।

प्रस्तावित शोध का निष्कर्ष

भोज्य पदार्थों में मिलावट आज देश की एक बहुत बड़ी समस्या बन गई है, जिस कारण हमारे राष्ट्रीय स्वास्थ्य को एक खतरे का सामना करना पड़ रहा है। अंतर्राष्ट्रीय पौष्टिक स्तरों की तुलना में हमारे राष्ट्रीय स्तर पहले से ही निम्न स्तर है और आहारीय मिलावट के कारण इन स्तरों में और भी गिरावट आ जाती है। इस खाद्य मिलावट के कारण ही हमारे लोग सरकार द्वारा बनाए सार्वजनिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों से, जिन पर बहुत रूपया व्यय हो रहा है, भरपूर फायदा नहीं उठा पाते। उपभोक्ता खुद तो उत्पादक होता नहीं। उसे तो अपनी जरूरत की सारी वस्तुएँ बाजार से ही खरीदनी पड़ती है। और उसी पर वह पूरी तरह निर्भर है। यह भी संभव है कि वह यह भी न जानता हो कि मिलावटी आहार किस हद

ISSN: 2393-8048
International Advance Journal of Engineering, Science and Management (IAJESM)
Multidisciplinary, Multilingual, Indexed, Double Blind, Open Access, Peer-Reviewed, Refereed-International Journal.
SJIF Impact Factor =8.152, January-June 2025, Submitted in February 2025

तक उसके स्वास्थ्य को संकट में डाल सकते हैं। आहार के उत्पादन से फुटकर बिक्री तक उसमें मिलावट कभी भी हो सकती है। वे आहार जो शुरू में पौष्टिकता से भरपूर होते हैं, भंडारण या प्रक्रियाकरण के दौरान खाने के अयोग्य हो जाते हैं। ऐसे कुद मिलावटी आहारों के उदाहरण हैं कीटों द्वारा नाश हुआ अन्न, दुर्गंध पूर्ण तेल, दूषित दूध व मिठाइयाँ इत्यादि । उपभोक्ता आमतौर पर सामग्री का मूल्य, उसके बाहरी रंग रूप तथा विज्ञापनों के द्वारा कहे जाने वाले दावो से आकर्षित हो जाता है और उसे खरीदलेता है। अभी भी माल की गुणवत्ता की परख हर उपभोक्ता को नहीं है।

सन्दर्भ सूची

1. टर्नर, डी.एफ., 1959, हैण्ड बुक ऑफ डायट थैरेपी, तृतीय संस्करण, शिकागो यूनीवर्सिटी प्रेस, शिकागो।
2. मुदाम्बी, एस.आर. एवं राजगोपाल, एम.भी., 1980, फंडामेण्टलस ऑफ फूड्स एण्ड न्यूट्रीशन, विली–ईसट्रन लि।
3. गूयेट्जकोप, पच.एस. और पी.एच. बाटमैन, 1946, मेन एण्ड हंगर, ब्रदर्न पब्लिशिंग, हाउस, एलीगण, इलिनोएस।
4. देवकी जैन एंड चाँद मलानी, 1982, रिपोर्ट आन ए टाईम ऐलोकेशन स्टडी ईट्स मेथोडोलिजिकल इंप्लीकेशन इंस्टीच्यूट ऑफ सोशल स्टडीज ट्रस्ट।
5. आब्जरवेशंस कंटेन्ड इन कमीशंस टूर रिपोर्ट एंड निर्मला बनर्जीस स्टडी, विमेन वर्कस इन अन और गनाईज्ड सेक्टर, 1981, संगम प्रकाशन पर आधारित।
6. एस.एस. मेहता, टेक्नोलॉजी फार कौमन मैंन इन इंफोरमल सेक्टर, सम ईश्यूज, गाँधी लेबर इंस्टीट्यूट।
7. यू कल्पगम, 1987, विमेन इन लेबर फोर्स ऐनेएलिसीस ऑफ एन.एस.एस. डेटा मद्रास इंस्टीच्यूट फॉर डिवेलपमेंट स्टडीज मद्रास एन.सी.ई. डब्ल्यू।
8. जेंडर बायस इन द एंप्लायमेंट ऑफ विमेन इन द अर्बन एंड इंफोरमल सेक्टर, 2006, नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ अर्बन ऐफेयर्स।
9. क्वार्टरली एंप्लौयमेंट, रिभ्यू जनवरी, मार्च 1987, श्रम मंत्रालय, 2006।
10. अशोक मित्रा 1980, इत्यादि द स्टेट्स ऑफ विमेन, 1980, शिफ्टस इन औक्यूपेशनल पार्टीसियेशन, 1961–71, अभिनव।