



Save vegetable From Covid-19: FSSAI ने बताया सब्जी को कोरोना प्रूफ करने का तरीका

27 Jul 2020

कोरोना संक्रमण के प्रभाव से सब्जियों को बचाने के लिए भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (FSSAI) की तरफ से भारतीयों के लिए कुछ गाइडलाइन्स जारी की गई हैं। इनके जरिए भारतीय लोगों को संक्रामक कोरोना वायरस के जरिए फैलनेवाली बीमारी कोविड-19 से बचने के लिए जागरूक करने का प्रयास किया गया है। आप भी जानें कि आखिर सब्जी धोने का सही तरीका क्या है ताकि उसे कोरोना मुक्त बनाया जा सके...

एक्सपर्ट्स लगातार दे रहे हैं सलाह

-कोरोना वायरस का संक्रमण शुरू हुए 7 महीने से अधिक वक्त हो गया है। इस वायरस की शुरुआत से लेकर अब तक लगातार इसके बारे में नई-नई जानकारियां सामने आ रही हैं। इन्हीं जानकारियों के आधार पर हेल्थ एक्सपर्ट्स की तरफ से लगातार सेफ्टी टिप्स बताए जा रहे हैं। ताकि अधिक से अधिक संख्या में लोगों को इस वायरस की चपेट में आने से बचाया जा सके।

क्या सब्जियों को डिटर्जेंट से धोना चाहिए?

-हेल्थ एक्सपर्ट्स की तरफ से जब बार-बार हाथ धोने और मास्क का उपयोग करने की सलाह दी जाती है। तथा बाहर से लाई हुई हर चीज को सेनिटाइज करने के लिए कहा जाता है, ऐसे में उनके सामने लगातार यह सवाल भी आ रहा है कि क्या सब्जियों को सामान्य पानी से धुलने पर वायरस निकल जाएगा या इन्हें डिटर्जेंट से धुलना ठीक होगा? आइए, यहां जानते हैं इस सवाल के जवाब में Food Safety and Standards Authority of India की तरफ से क्या कहा गया...

FSSAI ने दिए ये 5 टिप्स

-जिस पैकेट में आपने विक्रेता से सब्जियां खरीदी हैं, उस पैकेट को घर पर लाने के बाद कुछ समय लिए अलग रख दें। साथ ही इसमें से सब्जियों को निकालकर धुलने का कार्य किया जा सकता है। बेहतर होगा कि इन साग-सब्जियों की साफ-सफाई करने के बाद ही आप खुद नहाने जाएं।

गुनगुने पानी का उपयोग करें

-FSSAI के अनुसार सब्जियों को धुलने के लिए गुनगुने पानी का उपयोग करना चाहिए। जबकि बरसात के मौसम में आप सब्जियों की अतिरिक्त सुरक्षा और सफाई के लिए इन्हें धुलते समय पानी में 50ppm क्लोरीन की सिर्फ एक बूंद का उपयोग कर सकते हैं।

इनका उपयोग नहीं करना है

-डिटर्जेंट कपड़े साफ करने के लिए होता है और किटाणुनाशक फ्लोर, फर्नीचर आदि की सफाई के लिए। वहीं सैनिटाइजर हाथों और त्वचा के लिए अधिक कारगर होता है। सब्जियों पर इनका उपयोग करने से सब्जी का स्वाद और गुणवत्ता प्रभावित हो सकते हैं। इसलिए सब्जियों पर इनका उपयोग ना करें।

इस बात से परेशान ना हों

-अगर आपने सब्जियों को सही तरीके से साफ कर लिया है तो इस बात के लिए परेशान होने की बिल्कुल जरूरत नहीं है कि आप इन्हें रेफ्रिजरेटर या फ्रिज में स्टोर कर सकते हैं या नहीं। अगर आपको ऐसी सब्जियां स्टोर करनी हैं, जो सामान्य तापमान पर भी लंबे समय तक ठीक रह सकती हैं तो इन्हें फ्रिज में रखने की कोई जरूरत नहीं है। फ्रिज और वायरस से सुरक्षा का कोई कनेक्शन नहीं है।