

CHUYÊN ĐỀ SỐ 2 (THÁNG 10/2016)

PHỔ BIẾN KIẾN THỨC

TÀI LIỆU THAM KHẢO CỦA LIÊN HIỆP CÁC HỘI KHOA HỌC VÀ KỸ THUẬT VIỆT NAM

An toàn vệ sinh thực phẩm

Ảnh minh họa



CHUYÊN ĐỀ PHỔ BIẾN KIẾN THỨC

CHỊU TRÁCH NHIỆM XUẤT BẢN

TS Phan Tùng Mậu
Phó Chủ tịch Liên hiệp các
Hội Khoa học & Kỹ thuật
Việt Nam

BAN BIÊN TẬP

Đặng Vũ Cảnh Linh
Phạm Thị Bích Hồng
Nguyễn Minh Thuận
Trần Mạnh Hùng

Trình bày: Duy Anh

Chuyên đề Phổ biến kiến thức số 2 (tháng 10/2016)

Mọi thông tin phản hồi
về nội dung xin liên hệ
Ban Thông tin và Phổ biến
kiến thức

Địa chỉ: 53 Nguyễn Du, Hà Nội

Điện thoại: (04) 39439821

Fax: (04) 3.8227593

Email:

bichhongvusta@gmail.com;

thuanminhanh@gmail.com

Số này

GÓC CHUYÊN GIA

Tình hình đảm bảo
an toàn thực phẩm
ở Việt Nam hiện nay .3

CẦM TAY CHỈ VIỆC

Hiểu đúng về
công dụng bột
baking soda .12



HỎI - ĐÁP KHOA HỌC

Thời gian
quả
“tự bảo
quản” .17



Quy chuẩn
rau
an toàn .22



TIN TỨC - SỰ KIỆN

Người dân phải đồng hành
trong cuộc chiến bảo đảm
ATTP .24

TÌNH HÌNH ĐẢM BẢO AN TOÀN THỰC PHẨM Ở VIỆT NAM HIỆN NAY

TÌNH HÌNH CHUNG

An toàn thực phẩm (ATTP) là vấn đề có tầm quan trọng đặc biệt, đóng góp to lớn trong việc cải thiện sức khỏe con người, chất lượng cuộc sống và chất lượng giống nòi. Đảm bảo ATTP góp phần quan trọng thúc đẩy phát triển kinh tế - xã hội, xoá đói giảm nghèo và hội nhập quốc tế.

Trong những năm qua, Đảng và Nhà nước ta đã đặc biệt quan tâm và nhận định ATTP là vấn đề có ý nghĩa quan trọng về kinh tế - xã hội và có ảnh hưởng rất lớn đến tiến trình hội nhập của Việt Nam. Vì vậy, Đảng, Nhà nước mà cụ thể là các Bộ, ngành chuyên môn đã tăng cường quản lý, kiểm soát chặt chẽ, có hiệu quả hơn về ATTP.

Tuy nhiên, vấn đề bảo đảm ATTP trong nước vẫn còn nhiều bất cập, gây ra lo lắng cho người dân. Hiện trạng vi phạm quy định bảo đảm ATTP đã xuất hiện hầu hết các lĩnh vực: sản xuất, kinh doanh rau củ; nuôi trồng, khai thác, chế biến thủy sản; chăn nuôi, giết mổ gia súc, gia cầm; sản xuất, kinh doanh chất phụ gia, chất hỗ trợ chế biến, chất bảo quản thực



phẩm; sản xuất, kinh doanh thực phẩm chức năng và sữa, bánh kẹo... Các vi phạm về bảo đảm ATTP đã gây ra nhiều hệ lụy về sức khỏe của người dân, cụ thể là: gây ra nguy cơ ngộ độc thực phẩm hoặc gây ra các bệnh mạn tính (rối loạn chuyển hóa chất của cơ thể, bệnh tim mạch, bệnh ung thư...).

Theo thống kê của Bộ Y tế, trung bình mỗi năm Việt Nam có khoảng 150 - 200 vụ ngộ độc thực phẩm với 5.000 - 7.000 người, trong đó có từ 40 - 60 người tử vong. Năm 2015 (đến hết ngày 31/12/2015), toàn quốc ghi nhận 179 vụ ngộ độc thực phẩm với 5.552 người mắc (tỷ lệ mắc 6,06/100.000 dân), 5.147 người đi viện và 23 trường

hợp tử vong; trong 6 tháng đầu năm 2016 (từ ngày 1/1/2016 đến hết ngày 30/6/2016), toàn quốc có 68 vụ ngộ độc thực phẩm với 2.080 người mắc, 1.673 người đi viện và 4 trường hợp tử vong.

Bên cạnh đó, tiến trình hội nhập quốc tế sâu rộng đã và đang đặt nước ta vào bối cảnh chịu những thách thức lớn về rào cản kỹ thuật (TBT) và các biện pháp vệ sinh dịch tễ (SPS) trong ATTP. Các biện pháp về rào cản kỹ thuật và vệ sinh dịch tễ của Việt Nam chưa tốt có thể dẫn tới tình trạng Việt Nam sẽ trở thành thị trường tiêu thụ các sản phẩm chất lượng kém, không đảm bảo ATTP... Mặt khác, các sản phẩm thực phẩm của nước ta

cũng gặp nhiều khó khăn khi xuất khẩu sang thị trường các nước vì các rào cản phi thuế quan này.

Vấn đề ATTP hiện nay đang nhận được sự quan tâm đặc biệt từ người tiêu dùng, người sản xuất kinh doanh thực phẩm, giới truyền thông báo chí, cơ quan quản lý nhà nước và toàn xã hội. Chính vì là vấn đề đang được quan tâm nên công tác ATTP ở Việt Nam đã triển khai nhiều hoạt động thiết thực gồm: Chương trình giám sát ATTP nông sản, thủy sản trên diện rộng đối với các sản phẩm tiêu thụ nhiều, nguy cơ cao, xây dựng các mô hình điểm về thức ăn đường phố, chợ điểm về ATTP, mô hình chuỗi nông lâm thủy sản an toàn, đẩy mạnh hoạt động truyền thông giáo dục về ATTP và tăng cường công tác thanh tra kiểm tra về ATTP...

CÔNG TÁC THANH TRA, KIỂM TRA ATTP

Trong năm 2015, cả nước đã thành lập được 20.641 đoàn thanh tra, kiểm tra liên ngành tiến hành kiểm tra tại 344.657 cơ sở, phát hiện 77.946 cơ sở vi phạm, chiếm 22,6% (năm 2014 là 21,3%). Trong quý I/2016, công tác thanh, kiểm tra tập trung chủ yếu vào dịp Tết Nguyên đán, theo đó cả nước đã thành lập được 9.441 đoàn thanh tra, kiểm tra liên ngành do ngành y tế

chủ trì tiến hành kiểm tra tại 109.195 cơ sở, phát hiện 20.572 cơ sở vi phạm, chiếm 18,8% (quý I/2015 là 20,4%).

Về xử lý vi phạm, trong số 77.946 cơ sở vi phạm, mới chỉ có 12.980 cơ sở bị xử lý, chiếm 16,7% (năm 2014 là 18,2%), trong đó phạt tiền 6.635 cơ sở với số tiền 24.156.508.000đ. So với cùng kỳ năm 2014, tuy số cơ sở vi phạm bị xử lý vẫn còn thấp (chủ yếu tại tuyến xã, phường), tuy nhiên các đoàn thanh, kiểm tra đã cương quyết hơn khi áp dụng các chế tài xử phạt đối với các cơ sở này, cụ thể: Tỷ lệ cơ sở bị phạt tiền (trước đây chỉ là cảnh cáo) tăng từ 37,2% năm 2014 lên 51,1% trong năm 2015; số tiền phạt trung bình 1 cơ sở tăng từ 2,03 triệu (2014) lên 3,64 triệu (2015); tỷ lệ cơ sở bị đình chỉ hoạt động tăng từ 1,3% (2014) lên 5,2% (2015).

Trong quý I/2016, đã xử lý 5.214 cơ sở (chiếm 4,77% số cơ sở được thanh tra, kiểm tra), trong đó phạt tiền 3.584 cơ sở với số tiền phạt 10.817.167.500đ (trung bình 3,02 triệu đồng/cơ sở). Ngoài các hình thức xử phạt chính, còn áp dụng hình thức xử phạt bổ sung và biện pháp khắc phục hậu quả như: đình chỉ hoạt động 75 cơ sở; đình chỉ lưu hành 55 loại thực phẩm; 173 cơ sở có nhãn phải khắc phục, 1.626 cơ sở bị tiêu hủy sản phẩm

với 2.739 loại thực phẩm bị tiêu hủy do không đảm bảo chất lượng an toàn thực phẩm (thực phẩm không rõ nguồn gốc, xuất xứ, hết hạn sử dụng...).

Tuy nhiên, do đặc điểm sản xuất kinh doanh thực phẩm ở nước ta đa số là nhỏ lẻ, quy mô hộ gia đình nên vẫn còn tình trạng sử dụng hóa chất cấm, phụ gia ngoài danh mục để sản xuất chế biến thực phẩm, buôn bán thực phẩm không rõ nguồn gốc xuất xứ, thực phẩm giả, thực phẩm kém chất lượng. Đặc biệt, việc sử dụng hóa chất cấm trong thức ăn chăn nuôi, buôn bán vận chuyển nội tạng, thịt gia súc không rõ nguồn gốc, không đảm bảo ATTP, sử dụng phân bón hóa học, thuốc bảo vệ thực vật để trồng rau, quả không đúng quy định, sản xuất kinh doanh thực phẩm không rõ nguồn gốc xuất xứ, không đảm bảo chất lượng ATTP, quảng cáo thực phẩm chức năng như thần dược... Trong thời gian tới, cần đẩy mạnh truyền thông nâng cao kiến thức và ý thức người dân về đảm bảo ATTP, cùng với các biện pháp quản lý chặt chẽ và hiệu quả góp phần bảo vệ sức khỏe người dân.

PGS.TS

TRẦN QUANG TRUNG

(nguyên Cục trưởng

Cục An toàn thực phẩm,

Phó Chủ tịch kiêm

Tổng Thư ký VINAFOA)

MỘT SỐ NGUYÊN NHÂN CỦA TÌNH HÌNH THỰC PHẨM KHÔNG ĐẢM BẢO ATTP Ở VIỆT NAM

Cảnh chế biến dầu ăn bản đầu độc người mua tại một cơ sở tư nhân ở Thanh Trì, Hà Nội



Công tác bảo đảm ATTP ở Việt Nam đã được Đảng, Quốc hội, Chính phủ hết sức quan tâm, từ việc ban hành các Nghị quyết, Chỉ thị, các văn bản chỉ đạo cũng như đầu tư cho công tác này. Các bộ, ngành đã cố gắng, vào cuộc quyết liệt trong thời gian qua, đưa ra các chương trình hành động cụ thể trong bảo đảm ATTP thuộc lĩnh vực phụ trách. Tuy nhiên, việc đảm bảo ATTP ở Việt Nam vẫn còn nhiều bất cập và do một số nguyên nhân chính sau đây:

- Sản xuất, chế biến thực phẩm ở nước ta chủ yếu là nhỏ lẻ (10 triệu hộ nông dân

sản xuất thực phẩm; 500.000 cơ sở chế biến trong đó 85% có quy mô vừa và nhỏ, hộ gia đình, sản xuất theo mùa vụ nên việc trang thiết bị, nhà xưởng không bảo đảm điều kiện ATTP).

- Hệ thống tổ chức tại xã, phường chưa có, cán bộ làm công tác ATTP tuyến xã chủ yếu là kiêm nhiệm, trình độ chuyên môn hạn chế.

- Kinh phí cho công tác ATTP rất hạn hẹp, đặc biệt kinh phí Chương trình mục tiêu quốc gia vệ sinh ATTP bị cắt giảm nhiều (Theo Quyết định 1228/QĐ-TTg ngày 07/9/2012 của Thủ tướng Chính

phủ, Chương trình có tổng mức vốn là 4.139 tỷ đồng (giai đoạn 2012 - 2015). Tuy nhiên, tính cả năm 2011 - 2015 thì tổng nguồn vốn là 1.224,8 tỷ đồng, mới chỉ chiếm 29,6% so với tổng mức vốn được phê duyệt, trong đó vốn đầu tư là 94 tỷ đồng, vốn sự nghiệp là 1.130,8 tỷ đồng). Hầu hết các đề án đã được phê duyệt nhưng chưa có kinh phí để triển khai (Đề án xây dựng hệ thống cảnh báo nhanh, Đề án truyền thông về ATTP giai đoạn 2012 - 2016...). Các phòng kiểm nghiệm tại địa phương chưa được đầu tư nhiều. Chi phí để kiểm nghiệm cao trong khi nguồn kinh phí cho hoạt động này còn hạn chế.

- Đời sống người dân khó khăn nên việc tiếp cận với thực phẩm an toàn còn khó khăn.

- Công tác tuyên truyền mới chỉ tập trung vào các tồn tại, yếu kém, ít tuyên truyền, nêu gương, khuyến khích các mô hình sản xuất, quản lý ATTP tốt, tiên tiến để người tiêu dùng có thể nhận biết và tìm đến các địa chỉ tin cậy.

- Sự vào cuộc của chính quyền chưa quyết liệt (nhiều cơ sở chưa được cấp Giấy chứng nhận đủ điều kiện ATTP nhưng vẫn hoạt động), chưa đầu tư nhiều cho công tác ATTP ngoài nguồn ngân sách từ Trung ương (Theo Quyết định 1228/QĐ-TTg, ngân sách huy động từ địa phương và các nguồn vốn hợp pháp khác cho Chương trình mục tiêu quốc gia vệ sinh an toàn thực phẩm là 1.760 tỷ đồng. Tuy nhiên, theo báo cáo từ các địa phương trong giai đoạn 2011 - 2015 mới huy động được 122,8 tỷ đồng, chiếm 6,97% so với kinh phí được phê duyệt). Đặc biệt, Luật An toàn thực phẩm, Chỉ thị của Ban Bí thư Trung ương Đảng, Nghị định của Chính phủ về hướng dẫn triển khai đều phân công trách nhiệm rõ ràng cho chính quyền địa phương, tuy nhiên trên thực tế nhiều địa phương khoán trắng công tác ATTP cho



các sở chuyên ngành nên hiệu quả triển khai không cao.

- Nhận thức và ý thức chấp hành pháp luật về bảo đảm ATTP của một số cơ sở còn hạn chế. Nhất là việc sử dụng phân bón hóa học, hóa chất bảo vệ thực vật không đúng quy định trong trồng rau quả, dùng chất cấm trong chăn nuôi gia súc gia cầm và thủy sản, sử dụng hóa chất phụ gia ngoài danh mục hay kinh doanh thực phẩm không nguồn gốc xuất xứ...

- Hóa chất dùng để chế biến thực phẩm chưa được kiểm soát chặt chẽ.

- Lực lượng cán bộ quản lý ATTP còn thiếu cả ở Trung ương và địa phương. Lực lượng thanh tra còn quá mỏng. Năng lực kiểm nghiệm về ATTP còn rất hạn chế cả về số lượng và chất lượng nhiều chỉ tiêu phân tích về ATTP tuyến tỉnh và huyện chưa làm được.

- Chính quyền cơ sở nhiều nơi chưa thật sự vào cuộc với công tác ATTP.

- Hệ thống văn bản liên quan đến ATTP đã có hiện nay khá nhiều nhưng nhiều quy định chưa rõ rất khó thực thi.

- Việc xử lý các vi phạm còn chưa kiên quyết, đặc biệt tại tuyến xã, phường (chủ yếu là nhắc nhở, chiếm 81,8% số cơ sở vi phạm chưa được xử lý).

**HỘI KHOA HỌC KỸ THUẬT ATTP
VIỆT NAM**

10 lời khuyên để phòng ngộ độc thực phẩm

Công tác đảm bảo ATTP ở Việt Nam hiện nay còn nhiều thách thức, nhiều vụ việc về mất ATTP vẫn xảy ra ở các tỉnh, thành. Do đó, dưới đây là 10 lời khuyên giúp người dân phòng ngộ độc thực phẩm.

Chọn thực phẩm tươi sạch

Chọn các loại rau, quả tươi, không bị dập nát, không có mùi lạ. Với thịt phải qua kiểm dịch thú y và đạt tiêu chuẩn thịt tươi. Cá và thủy sản phải còn tươi, giữ nguyên màu sắc bình thường, không có dấu hiệu ươn, ôi.

Các thực phẩm đã chế biến phải được đóng hộp hoặc đóng gói đảm bảo, phải có nhãn hàng hóa ghi đầy đủ nội dung như tên sản phẩm, trọng lượng, các thành phần chính, cách bảo quản, sử dụng, nơi sản xuất, chế biến; có số đăng ký sản xuất và còn thời hạn sử dụng. Với đồ hộp không chọn hộp bị méo, phồng hay gỉ. Không sử dụng thực phẩm khô đã bị mốc. Không sử dụng các loại thực phẩm lạ (cá lạ, rau, quả hoặc nấm lạ) chưa biết rõ nguồn gốc. Không sử dụng các phẩm màu, đường hóa học không nằm trong danh mục Bộ Y tế cho phép.

Giữ vệ sinh nơi ăn uống và chế biến thực phẩm

Khu vực chế biến thực phẩm không có nước đọng, xa các khu khói, bụi bẩn, nhà vệ sinh hoặc khu chăn nuôi gia súc, rác thải gây ô nhiễm môi trường. Tất cả các bề mặt sử dụng để chuẩn bị thực phẩm phải dễ cọ rửa, luôn giữ gìn sạch sẽ, khô ráo.

Bếp phải đủ ánh sáng và thông gió. Phải đủ nước sạch sử dụng để chế biến thực phẩm và vệ sinh khu vực chế biến thường xuyên. Ngăn ngừa sự đi lại của

gián, chuột và các động vật khác trong khu vực chế biến thực phẩm.

Sử dụng đồ dùng nấu nướng và ăn uống sạch sẽ

Không để dụng cụ bẩn qua đêm. Bát đĩa dùng xong phải rửa ngay. Không dùng khăn ẩm mốc, nhón mỡ để lau khô bát đĩa. Nếu dụng cụ vừa rửa xong cần dùng ngay thì nên tráng lại bằng nước sôi.

Dụng cụ tiếp xúc với thức ăn chín và sống phải để riêng biệt. Không sử dụng những dụng cụ bị sứt mẻ, hoen gỉ vì khó rửa. Thức ăn còn thừa, thực phẩm thải bỏ phải đựng vào thùng kín có nắp đậy và chuyển đi hằng ngày. Chỉ sử dụng xà phòng, các chất tẩy rửa dụng cụ ăn uống được ngành y tế cho phép để không tồn dư gây độc sang thực phẩm. Không dùng dụng cụ bằng đồng, nhôm, thủy tinh gia công, nhựa tái sinh có màu để nấu nướng, chứa đựng thực phẩm lỏng có tính acid hoặc các loại cồn rượu vì chúng có thể làm tan các kim loại nặng như chì, đồng... hoặc phụ gia vào thực phẩm.

Tuyệt đối không được dùng bao bì từng chứa đựng các hóa chất độc, thuốc bảo vệ thực vật, thuốc thú y, thuốc tẩy, chất sát trùng để đựng thực phẩm.

Chuẩn bị thực phẩm sạch sẽ và nấu chín kỹ

Rau, quả phải ngâm ngập trong nước sạch rồi rửa kỹ dưới vòi nước chảy hoặc rửa trong chậu, thay nước 3 - 4 lần. Các loại thực phẩm đông lạnh phải làm tan đá hoàn toàn và rửa sạch trước khi nấu nướng. Nhiệt độ sôi có thể tiêu diệt hầu hết các loại vi khuẩn gây bệnh nhưng phải nấu kỹ để đạt nhiệt độ sôi đồng đều. Chú ý phần thịt gần xương nếu thấy còn có màu hồng hoặc màu đỏ thì bắt buộc phải đun lại

cho chín hoàn toàn. Không nên ăn các thức ăn sống như gỏi cá, thịt bò tái, gỏi...

Ăn ngay sau khi thức ăn vừa nấu xong hoặc vừa chuẩn bị xong

Thức ăn chín để nguội ở nhiệt độ bình thường dễ bị vi khuẩn xâm nhập và phát triển. Để đảm bảo an toàn nên ăn ngay khi thức ăn còn nóng vừa nấu chín xong. Đối với các thực phẩm không cần nấu chín như chuối, cam, dưa và các loại quả khác thì cần ăn ngay sau khi vừa bóc hay vừa cắt ra.

Bảo quản cẩn thận thức ăn đã nấu chín và đun kỹ lại trước khi ăn

Nếu thức ăn phải chuẩn bị trước hoặc phải đợi sau 3 giờ thì cần giữ nóng ở nhiệt độ 60 độ C hoặc duy trì ở điều kiện lạnh \leq 10 độ C. Với trẻ nhỏ, phải cho ăn ngay sau khi thức ăn vừa nguội và không áp dụng cách bảo quản này.

Không đưa quá nhiều thức ăn còn ấm hoặc thức ăn còn đang nóng vào tủ lạnh. Không để lẫn thực phẩm sống với thức ăn chín. Không dùng dao, thớt vừa cắt, thái thịt sống chưa được rửa sạch để thái thức ăn chín. Thức ăn phải đậy kỹ tránh ruồi, côn trùng xâm nhập. Không dùng tay để bốc thức ăn chín hay đá để pha nước uống. Không để các hóa chất, thuốc bảo vệ thực vật hoặc các chất gây độc khác ở trong khu chế biến thực phẩm.

Bảo quản tốt các thực phẩm đóng gói theo đúng yêu cầu ghi của nhãn. Đun lại thức ăn ở nhiệt độ sôi đồng đều ngay trước khi ăn là biện pháp tốt nhất để phòng ngừa các vi khuẩn phát triển trong quá trình bảo quản.

Giữ vệ sinh cá nhân tốt

Người chăm sóc trẻ cần rửa tay bằng xà phòng và nước sạch trước khi cho trẻ ăn hoặc tiếp xúc với thức ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi tiếp xúc với thực phẩm tươi

sống. Mặc quần áo sạch sẽ, đầu tóc gọn gàng khi chuẩn bị thức ăn. Không hút thuốc, không ho, hắt hơi trong khi chuẩn bị thực phẩm.

Giữ móng tay ngắn và sạch sẽ. Nếu có vết thương ở tay cần băng kín bằng vật liệu không ngấm nước. Không tiếp xúc với thực phẩm khi đang bị đau bụng, tiêu chảy, nôn, sốt hay có biểu hiện của bệnh truyền nhiễm.

Sử dụng nước sạch trong ăn uống

Dùng các nguồn nước thông dụng như nước máy, nước giếng, nước mưa, sông suối đã qua xử lý để rửa thực phẩm, chế biến đồ ăn uống và rửa dụng cụ. Nước phải trong, không có mùi, không có vị lạ. Dụng cụ chứa nước phải sạch, không được để rêu, bụi bẩn bám xung quanh hoặc ở đáy, có nắp đậy. Dùng nước đã đun sôi để uống hoặc chế nước giải khát, làm kem, đá.

Sử dụng vật liệu bao gói thực phẩm sạch sẽ, thích hợp và đạt tiêu chuẩn vệ sinh

Không sử dụng sách, báo cũ để gói thức ăn chín. Đồ bao gói phải đảm bảo sạch, giữ được tính hấp dẫn về mùi vị, màu sắc và không thấm chất độc vào thực phẩm.

Nhãn thực phẩm phải trung thực, có đầy đủ thông tin cần thiết như tên sản phẩm, trọng lượng, các thành phần chính, cách bảo quản, sử dụng, nơi sản xuất, chế biến, có số đăng ký sản xuất, thời hạn sử dụng.

Thực hiện các biện pháp vệ sinh phòng bệnh, giữ gìn môi trường sống sạch sẽ

Thực hiện các biện pháp diệt ruồi, gián, chuột... và hướng dẫn vệ sinh phòng chống các dịch bệnh theo chỉ đạo của ngành y tế. Rác thải phải đựng vào thùng kín có nắp đậy, đổ đúng giờ và đúng nơi quy định.

BBT

Sự thực mùi và khí độc từ máy ozone

Trước nhiều thông tin cho rằng, máy ozone có thể gây nguy hiểm cho sức khỏe con người vì sản xuất khí độc hại, các nhà khoa học đã chỉ ra rằng, cách hiểu này cần đặt trong hoàn cảnh đúng. Ngoài ra, người dân cần hiểu đúng về thông tin này và cũng đừng quá lạm dụng máy, thay vào đó hiểu rõ bản chất sẽ giúp sử dụng giúp thực phẩm an toàn hơn.

Đúng liều lượng để tránh độc hại

Ozone là chất oxy hóa mạnh, hơn cả clor, vì thế từ lâu ozone đã được sử dụng để khử khuẩn trong nước và trong không khí. So với phương pháp khử khuẩn bằng clo, ozone có hai ưu thế là khả năng oxy hóa của ozone mạnh hơn và nhanh chóng phân rã để tạo ra oxy. Có nghĩa là khác với clo, ozone không đọng lại lâu trong nước và trong không khí nên ozone thân thiện với môi trường hơn... Tuy nhiên, cũng như khi dùng các hóa chất, thuốc chữa bệnh và cả thực phẩm thì vấn đề liều lượng sử dụng clo và ozone là rất quan trọng. Nếu dùng ozone quá ít cũng không tốt (không có tác dụng), dùng quá nhiều cũng không tốt. Tất nhiên giới hạn này còn tùy vào từng trường hợp cụ thể. Đối với Clor, nồng độ giới hạn là 0,5ppm, nồng độ nguy hiểm là 10ppm; ozone nồng độ giới hạn là 0,1ppm, nồng độ nguy hiểm là 5ppm.

Trong đó, nồng độ giới hạn là nồng độ cần chú ý và không được ở lâu trong môi trường có nồng độ này. Thí dụ, ở Mỹ, không được làm việc quá 8 giờ trong không khí có nồng độ ozone trên 0,1ppm. Khi nồng độ trên 0,5ppm, các thành phố ở Mỹ báo động về an toàn không khí. Nồng độ nguy hiểm là nồng độ gây các bệnh lý cấp.

Cách sử dụng an toàn

Đối với các loại máy ozone dùng trong gia đình, nhiều người lo lắng sẽ bị độc hại do phát hiện ra mùi ozone cũng như khí oxit

nitơ, tuy nhiên cần thấy rằng, đại bộ phận các máy ozone gia dụng có công suất nhỏ, vài trăm milligam ozone/giờ. Lượng ozone này chủ yếu được sục vào nước để rửa rau quả trong thời gian tương đối ngắn: 10 - 20 phút. Một phần lớn ozone hòa tan vào nước và tự phân hủy sau khoảng 30 phút. Lượng ozone thoát ra từ nước vào không khí chỉ khoảng 20 - 30 %. Ví dụ, nếu nhà bếp của bạn có diện tích 10m² (khoảng 25m³ không khí), thì trong thời gian máy ozone hoạt động (10 - 20 phút) nồng độ ozone trong không khí bếp của bạn không vượt 0,1ppm, tức là trong mức an toàn. Ở Mỹ người ta chấp nhận nồng độ 0,1ppm ozone trong 8 giờ còn bếp của bạn: 0,1ppm chỉ trong 20 phút! Người bình thường cảm nhận thấy mùi ozone với nồng độ 0,01ppm, nhỏ hơn ngưỡng cho phép tới 10 lần. Vậy khi cảm thấy có mùi, nếu cần thận, thì có thể tạm tắt máy phát ozone hoặc mở cửa sổ cho thoáng.

Đối với khí oxit nitơ, trong các máy ozone, thông thường người ta dùng cao áp không quá lớn khoảng 7kv. Cao áp này tạo ra điện trường đủ để phá hủy liên kết giữa hai nguyên tử oxy (O₂) (có năng lượng liên kết nhỏ) để tạo ra ozone. Năng lượng liên kết của phân tử nitơ N₂ lớn gấp đôi so với phân tử oxy, vậy với điện trường đó khó phá hủy phân tử N₂, khó tạo ra các loại oxit nitơ. Nên nồng độ các oxit nitơ đồng hành với ozone là ít. Trong khi đó ngưỡng cho phép các oxit nitơ rất lớn khoảng 25 - 50ppm tức là hàng trăm lần cao hơn ngưỡng ozone (0,1 ppm). Vì thế vấn đề các oxit nitơ đồng hành sinh ra trong quá trình tạo ra ozone không đáng kể, thấp hơn nhiều so với giới hạn cho phép.

GS NGUYỄN HOÀNG NGHỊ

(nguyên Phó Viện trưởng Viện Vật lý Kỹ thuật, Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội)

Cắt nùm cuống cà chua giảm hóa chất

Theo các chuyên gia, hiện nước ta chưa có cà chua biến đổi gene nên loại những quả to, chín chua đều chủ yếu là cà chua lai tạo giống. Về cơ bản loại cà chua này không gây ảnh hưởng sức khỏe như tin đồn. Ngược lại, khi chế biến, nếu không bỏ cuống cà chua thì nguy cơ nhiễm độc thuốc bảo vệ thực vật lại tăng cao hơn.



Lo lắng cà chua biến đổi gene!

Phân tích về vấn đề này, KS Nguyễn Thị Bắc, Bộ môn Công nghệ sinh học, Viện Nghiên cứu rau quả, người trực tiếp làm về cà chua cho hay, đây là thông tin hoàn toàn sai, không có cơ sở khoa học. Bởi hiện nay ở nước ta không có cà chua biến đổi gene mà là cà chua lai tạo giống. Muốn trồng cà chua biến đổi gene không dễ, trong khi cà chua lai tạo giống là lựa chọn những giống thuần tốt, phù hợp điều kiện khí hậu môi trường, ít sâu bệnh, có giá trị dinh dưỡng cao, thơm ngon... Nói lai tạo nhưng thực chất là thụ phấn cơ học bằng bàn tay con người thay vì thụ phấn tự nhiên nhờ ong, gió. Do đó, cách làm này đưa ra loại cà chua đảm bảo được nhiều yếu tố cho người trồng cũng như người ăn.

Ngoài ra, phân tích về cà chua với phần lõi xanh còn vỏ ngoài chín, vị chuyên

gia này cho rằng, đó có thể là cà chua đã bị nấm chín thay vì chín tự nhiên hoặc bị bệnh sương mai. Do đó, khi mua phải loại cà chua này, người dân nên để ở nơi râm mát vài ngày sẽ giúp chín đều, tự nhiên rồi hãy ăn. Cách làm này cũng giúp giảm tác hại của thuốc dấm chín, có thể có độc hại. Đối với bệnh sương mai có thể thấy các chấm trắng ngoài vỏ quả, lúc này có thể ăn bình thường.

Nùm cuống cà chua chứa nhiều hóa chất nhất

Để chế biến cà chua đảm bảo an toàn, KS Nguyễn Thị Bắc cho hay, do cà chua cũng hay bị các bệnh như sương mai, rệp... nên người trồng vẫn phải dùng thuốc bảo vệ thực vật. Nhưng có người để cách ly mới thu hoạch nhưng cũng có nơi thu hái ngay ngày hôm sau. Vì thế, khi mua cà chua về ăn thì người tiêu dùng nên để trong tủ lạnh hay nơi râm mát vài ngày rồi hãy chế biến.

Để đảm bảo an toàn thì người tiêu dùng nên rửa cà chua dưới vòi nước chảy hoặc cũng có thể ngâm trong nước một thời gian, sau đó rửa lại. Khi cắt để nấu thì nhất định phải cắt bỏ phần nùm cuống, bởi đây là nơi lổm của quả, khi phun thuốc bảo vệ thực vật sẽ đọng ở nơi đây nhiều nhất. Vì thế, cắt bỏ phần nùm cuống sẽ loại được nguy cơ nhiễm chất độc hại nếu còn tồn dư.

Ngoài ra, vitamin trong cà chua rất nhiều, cùng với đó là các chất chống oxy hóa... nhưng những chất này có thể bị mất đi khi nấu lâu ở nhiệt độ cao. Vì thế, nếu có thể nên thái cà chua mỏng và cho vào nồi nấu, để nước sôi trào vài lần thì nhắc ra. Hoặc xay cà chua sống để lấy nước uống vẫn là tốt nhất, vì đảm bảo được hàm lượng các chất tốt trong đó.

HIỂN DUNG

Hiểm họa từ cà phê... 0% caffein

Một số bằng chứng cho thấy, cà phê giả được làm khá tinh vi và bán nhiều trên thị trường. Điều này đã khiến các chuyên gia sức khỏe lo lắng vì nguy cơ ảnh hưởng sức khỏe cao. Thậm chí nó còn nguy hiểm hơn khi nhiều người vẫn suy nghĩ uống cà phê còn tốt cho sức khỏe.

Trước vấn đề này, KS Nguyễn Sĩ Huy, Trưởng phòng Giám định hàng hóa nông sản, Công ty Cổ phần giám định Việt Nhân khẳng định: Nguyên liệu để làm cà phê giả là cau đắng, hạt bắp và đậu nành, hương liệu hóa chất. Vỏ quả cau vốn đã đắng, nay được nướng cháy thành than nên khiến người dùng nhầm thành vị đắng cà phê. Hương liệu hóa chất dễ dàng mua tại các cửa hàng hương liệu với nguồn gốc khó đảm bảo sự an toàn. Hạt bắp, đậu nành tạo ra hạt, bột tương đối giống cà phê. Đồng thời sau khi rang các loại hạt này cũng tạo nên độ thơm, ngậy.

“Cà phê giả được tạo nên cảm giác bởi mùi vị. Còn đến nay vẫn chưa có nhiều những cơ quan chức năng giám định chất lượng cụ thể. Điều này rất ảnh hưởng đến sức khỏe người tiêu dùng. Bản thân công ty tôi cũng đã phân tích một số mẫu thể hiện việc làm giả cà phê như thế này”, KS Nguyễn Sĩ Huy nhấn mạnh.

Theo các chuyên gia, các nghiên cứu nước ngoài cho thấy uống cà phê ở một hàm lượng nhất định sẽ tốt cho sức khỏe. Điều này cũng khiến nhiều người an tâm khi sử dụng cà phê. Kèm với đó, hương vị, độ hấp dẫn, chất caffein của cà phê cũng khiến nhiều người nghiện. Tuy nhiên, với tỉ lệ làm giả cao như trên thì nguy cơ ảnh hưởng sức khỏe nghiêm trọng.



Cà phê đậu nành nành tại cơ sở rang xay cà phê quận Bình Tân, TPHCM bị cơ quan chức năng thu giữ (Ảnh: Ngọc Dương)

PGS.TS Lê Trần Ngoan, chuyên gia nghiên cứu về dịch tễ học ung thư, Trường Đại học Y Hà Nội đã từng có những nghiên cứu cho thấy, đối với các thực phẩm bị rang cháy, khét, bốc khói có nguy cơ gây nên ung thư dạ dày và đại trực tràng. Bởi khi làm cháy, nhiều chất trong thực phẩm bị biến đổi thành các chất độc hại.

Ngoài ra, cà phê là loại thức uống khá thông dụng, sản xuất từ hạt cà phê được rang lên. Chính thành phần hạt cà phê có chứa caffein mới có tác dụng kích thích hệ thống thần kinh trung ương, tăng cường khả năng làm việc và còn gây kích thích hoạt động hệ thống tim mạch.

Tuy nhiên, trong trường hợp sử dụng hạt bắp, đậu nành và cau đắng thì lại có nguy hại đến sức khỏe. Bản thân ông Nguyễn Văn Oai cũng khuyến cáo, đậu nành và bắp là những ngũ cốc có dinh dưỡng cao nhưng khi bị rang cháy thì rất độc hại. Người sử dụng có thể mắc một số bệnh như ung thư. Đó là chưa kể đến các chất tạo màu, tạo mùi không rõ nguồn gốc được các cơ sở chế biến sử dụng làm cà phê.

H.DUNG

Hiểu đúng về công dụng bột baking soda

Nhiều người lo ngại về việc sử dụng bột baking soda trong chế biến thực phẩm vì cho rằng đây là một loại hóa chất độc hại, thậm chí được sử dụng trong công nghiệp, hóa chất tẩy rửa... Tuy nhiên, thực tế thì bột baking soda hay một dạng khác phổ biến hơn trong ngành thực phẩm là bột baking power (bột nở) được xem như một loại chất phụ gia an toàn trong chế biến thực phẩm.

Theo PGS.TS Phạm Gia Điền, Viện Hóa học, Viện Hàn lâm Khoa học & Công nghệ Việt Nam, baking soda là một dạng bột tinh thể màu trắng, có công thức hóa học là NaHCO_3 , được biết đến với định danh hóa học là sodium bicarbonate, soda bicarbonate, sodium hydrogen carbonate, hay axit cacbonat natri. Các đặc tính lý hóa của baking soda cho phép nó được sử dụng rộng rãi với nhiều ứng dụng phong phú. Baking soda trung hòa mùi hóa học, do đó được sử dụng trong muối tắm và bột khử mùi cơ thể. Baking soda có xu hướng duy trì độ pH 8,1 (7 là trung tính) của dung dịch ngay cả khi thêm axit với độ pH thấp hơn, hoặc bazơ làm tăng độ pH. Khả năng ổn định này giúp nó được chọn làm thành phần sử dụng trong các thuốc kháng axit và các sản phẩm làm sạch răng giả. Sodium bicarbonate cũng được tìm thấy trong một số sản phẩm kem đánh răng hay nước súc miệng chống mảng bám. Khi được sử dụng như một chất làm sạch ở dạng bột nhão hoặc khô, cấu trúc tinh thể của nó giúp ăn mòn nhẹ nhàng loại bỏ bụi bẩn mà không trầy xước bề mặt nhạy cảm. Baking soda cũng được sử dụng như một chất men trong việc tạo các sản phẩm nướng như bánh mì và nhiều loại bánh khác.



Ngoài những công dụng trong gia đình, baking soda cũng có nhiều ứng dụng công nghiệp. Ví dụ, sodium bicarbonate là một tác nhân hữu ích trong các bình chữa cháy bởi baking soda giải phóng carbon dioxide khi đun nóng và do carbon dioxide nặng hơn không khí nên nó có thể dập tắt ngọn lửa bằng cách ngăn cản tiếp xúc oxy. Các ứng dụng khác bao gồm kiểm soát ô nhiễm không khí (vì nó hấp thụ lưu huỳnh dioxide và các khí thải axit khác); chất mài mòn để loại bỏ các chất phủ bề mặt; sản xuất hóa chất, thuốc da, cao su và sản xuất nhựa, giấy, chế biến dệt may, và xử lý nước...

Baking powder (bột nở) có công dụng tương tự như baking soda, trong thành phần có khoảng 1/4 là baking soda, kết hợp với một hoặc nhiều loại muối axit và một phần tinh bột ngô. Vì đã có axit nên baking powder có thể sử dụng linh hoạt hơn baking soda. Trong các công thức chế biến thực phẩm mà thành phần nguyên liệu không có chất nào có chứa axit, thì dùng baking powder chứ không dùng baking soda. Với các công thức có sử dụng những nguyên liệu chứa axit, baking soda sẽ được sử dụng để giúp trung hòa lượng axit.

AN LÊ

Đảm bảo thời gian cách ly để rau củ an toàn

Lo ngại trước vấn đề rau ăn lá nhiễm thuốc trừ sâu, nhiều gia đình chuyển sang lựa chọn rau ăn củ với suy nghĩ rằng các loại củ nằm dưới đất sẽ hạn chế nguy cơ nhiễm thuốc.

Theo PGS.TS Nguyễn Duy Thịnh, Viện Công nghệ Sinh học và Công nghệ Thực phẩm, trường Đại học Bách khoa Hà Nội, rau ăn củ cũng không hoàn toàn tránh khỏi nguy cơ này. Thuốc bảo vệ thực vật, trừ sâu hại cho rau quả có thể được phân ra 2 loại, là nhóm thuốc tiếp xúc và nhóm thuốc nội hấp. Nhóm thuốc tiếp xúc được sử dụng để phun trực tiếp vào chỗ có sâu bệnh tấn công, còn nhóm thuốc nội hấp là nhóm thuốc để phun ở lá nhưng có tác dụng bảo vệ củ. Tuy nhiên, khi phun thuốc bảo vệ củ vào lá cây thì những con sâu nếu ăn lá đã được phun thuốc cũng sẽ bị tiêu diệt. Bất cứ loại thuốc trừ sâu phun để bảo vệ cho bộ phận nào thì sẽ có tác dụng trên bộ phận đó, ví dụ như thuốc bảo vệ lá sẽ phòng sâu bệnh trên



lá, thuốc bảo vệ củ sẽ ngấm vào củ và có tác dụng phòng sâu bệnh cho củ. Do vậy, nguy cơ nhiễm thuốc trừ sâu ở củ hay ở lá là như nhau, chứ không phải như một số người cho rằng rau ăn lá thì dễ bị nhiễm thuốc hơn rau củ và như vậy thì ăn rau củ sẽ an toàn hơn. Có thể lá rau có mặt tiếp xúc thuốc nhiều hơn nên nguy cơ nhiễm thuốc sẽ cao hơn, nhưng củ thì không phải là không nhiễm thuốc.

Trên thực tế, bất kỳ nhóm thuốc trừ sâu bệnh

trên rau quả nào khi đem ra sử dụng cũng phải được phép đăng ký sử dụng hoặc hạn chế sử dụng và đã có hướng dẫn cụ thể. Để cấp phép cho những loại thuốc này, cơ quan có trách nhiệm đã phải tính đến ngưỡng an toàn. Và tất cả các loại thuốc sử dụng cho sâu bệnh trên lá được quy định phải có thời gian cách ly ít nhất là 7 ngày trước khi đến tay người tiêu dùng. Nếu thực hiện đúng các qui định này thì rau lá hay rau củ để an toàn để sử dụng.

LÊ AN

Trước nay chúng ta vẫn cho rằng nước chè tươi có nhiều chất bổ dưỡng cho cơ thể, nhất là chất chống oxy hóa EGCG... Tuy nhiên, chuyên gia về chè cho rằng, đây là những thông tin hoàn toàn không chính xác, thậm chí chè tươi không tốt bằng chè mạn. Ngoài ra, các cách chế biến của người dân với chè tươi còn làm giảm các chất lớn hơn.

PGS.TS Đỗ Văn Chương, nguyên Giám đốc Trung tâm Công nghệ sinh học và Vệ sinh an toàn thực phẩm, Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp cho rằng, trên phương diện khoa học, quan niệm này của người dân hoàn toàn sai lầm. Theo đó, các kiểm nghiệm cho thấy, lá chè càng già thì tỷ lệ các chất tanin, vitamin C... càng giảm. Trong đó, tanin là chất chất, nhưng trong đó có chứa các nhóm chất chống oxy hóa tốt cho sức khỏe như EGCG, polyphenol với các dẫn xuất của catechin như epicatechin, epigallocatechin, epicatechingalat và epigallocatechin-galat. Thay vào đó, lá già chỉ có chất tạo mùi hăng, chất xơ là chủ yếu, đây là các thành phần không có nhiều tác dụng, thậm chí khiến nước uống giảm mùi thơm.

Lá chè tươi ít chất tốt



Nếu có thể vẫn nên sử dụng trà mạn thay thế chè tươi. Tuy nhiên, cần mua trà mạn của đơn vị, doanh nghiệp uy tín để đảm bảo quá trình chế biến không làm mất các chất chống oxy hóa, vitamin có trong búp chè. Khi dùng thì cần bảo quản nơi có độ ẩm thấp, kín và sử dụng không quá 3 - 5 tháng sau khi mua về.

PGS.TS Đỗ Văn Chương

Ở góc độ khác, các chuyên gia về chè xanh còn cho hay, cách chế biến theo dân dã hiện nay còn làm giảm tác dụng của chè xanh. Ví như, người dân mua một lần cả một túi lá chè tươi về, sau đó cho vào tủ lạnh dùng dần. Trên thực tế, việc bảo quản lá chè tươi ở ngăn mát có thể giúp lá vẫn tươi nhưng không tránh được sự suy giảm các chất trong đó và dẫn đến chè sẽ không thơm ngon. Điều này giống như mở rau bỏ tủ lạnh lâu ngày sẽ không còn tươi ngon như khi mới mua tươi.

Ngoài ra, khi vỏ chè để quá lâu và chờ nước sôi sẽ khiến các chất tanin còn sót lại trong lá tương tác với men của lá tạo nên sự oxy hóa làm thay đổi cấu trúc của chè, ví dụ như nước bị chuyển màu đỏ sẫm thay vì xanh.

Vì thế, nếu uống nước chè tươi nên dùng các lá non phần ngọn, loại bỏ lá già. Nên chế biến lá chè ngay trong ngày hoặc bảo quản tủ lạnh thời gian càng ngắn càng tốt. Nên đun nước sôi trước khi vò lá chè để hãm thay vì vò trước quá lâu.

THU HIỀN

Nhận biết thịt lợn an toàn

Theo các chuyên gia, ở Việt Nam hiện nay rất khó kiểm soát chất lượng cũng như nhận biết có đúng là thịt lợn hữu cơ hay không.

TS Phạm Kim Đăng, Khoa Chăn nuôi, Học viện Nông nghiệp Việt Nam cho biết, thịt lợn sạch là thịt phải đạt đủ 3 tiêu chuẩn sạch về lí học, hóa học và sinh học. Trong thịt không được có lẫn những thành phần nào ngoài thành phần của thịt, ví dụ như mảnh kim hay kim loại gãy, bị giắt vào khi lợn được tiêm... hay do vận động... Thịt không được có các chất tồn dư của thuốc hay hóa chất mà lợn ăn vào, ví dụ như kháng sinh, kim loại nặng, chì, asen, thủy ngân... Thịt không có ký sinh trùng, virus gây bệnh, giun, sán... Dù các loại thịt hữu cơ được bán khá nhiều trên thị trường nhưng tất cả đến nay vẫn là tự doanh nghiệp quảng cáo, giới thiệu mà chưa có bất kỳ chứng nhận hay tiêu chuẩn cụ thể nào từ phía cơ quan chức năng.

Theo ông Nguyễn Văn Trọng, Bộ NN&PTNT, đến nay tại Việt Nam chưa có bộ tiêu chuẩn, hay quy chuẩn nào về thịt lợn hữu cơ. Hiện trong lĩnh vực chăn nuôi mới có bộ quy chuẩn chăn nuôi theo tiêu chuẩn VietGap (thực hành nông nghiệp sạch) do Cục Chăn nuôi xây dựng. Để có bộ quy chuẩn rõ ràng về thực phẩm hữu cơ, các nhà khoa học, nhà nghiên cứu, cùng các cơ quan quản lý nhà nước phải ngồi lại bàn bạc. Do đó, người tiêu dùng khi mua rau, thịt hữu cơ, thường chỉ căn cứ vào thông tin quảng bá của đơn vị sản xuất, chứ không có một bộ tiêu chí nào để nhận biết, so sánh thịt lợn hữu cơ với thịt lợn thông thường khác.



Theo TS Phạm Kim Đăng, khi chọn thịt cần tránh loại có lớp mỡ dưới da mỏng, lỏng lẻo, dày chưa đến 1cm (trong khi lớp mỡ của lợn nuôi bình thường dày từ 1,5 – 2cm). Khi thái thịt, nếu miếng thịt mềm, không đứng vững được thì có khả năng là loại bị sử dụng chất tạo nạc. Thịt lợn nuôi bằng chất tạo nạc thường có màu đỏ bất thường và sáng, bóng hơn bình thường, nhưng lại dễ bị biến thành màu đỏ sẫm ngả sang đen, khi ăn thường có cảm giác khô, không có vị béo của thịt. Thịt tươi ngon sẽ có độ săn chắc nhất định, sờ vào thấy thịt cảm giác đàn hồi, màng ngoài khô và dính. Thịt bị bơm nước tăng trọng thường có màu nhạt hơn, miếng thịt nhão, chế biến không thơm ngon bằng thịt tươi.

Theo các chuyên gia, người tiêu dùng không nên quá kỳ vọng vào thịt lợn hữu cơ. Phương pháp chăn nuôi này không đảm bảo 100% không nhiễm hóa chất. Quan niệm thịt lợn hữu cơ giàu dinh dưỡng hơn và có lợi cho sức khỏe hơn so với thực phẩm thông thường là không đúng.

BK

Không kết hợp chè xanh và sữa

Hỏi: Vì sao người ta uống chè xanh và đường chứ không uống chè xanh và sữa?

TRẦN NHẬT LINH

(Thái Nguyên)

PGS.TS ĐỖ VĂN

Chương, nguyên Giám đốc Trung tâm Công nghệ sinh học và Vệ sinh an toàn thực phẩm, trường Đại học Kinh tế kỹ thuật Công nghiệp: Đường và trà là hai loại thực phẩm kết hợp với nhau rất tốt. Trà cung cấp các chất chống oxy hóa và đường cung cấp năng lượng. Nên khi uống trà đường sẽ giúp cơ thể thấy



khỏe hơn. Thế nhưng, nếu kết hợp trà xanh và sữa lại không phù hợp. Bởi trà xanh có chứa nhiều chất tanin, còn sữa bò lại nhiều

chất protein. Khi kết hợp sữa và chè xanh sẽ gây nên tình trạng protein bị kết tủa, từ đó gây đầy bụng, khó tiêu.

TH (ghi)

Nitrit tăng cao trong dưa khú

Hỏi: Tôi nghe nói, dưa cà muối xổi không tốt cho sức khỏe. Vậy dưa cà để lâu, ủ kỹ thì có tốt không?

LÊ THỊ PHÚC (Hà Nội)

PGS.TS Nguyễn Duy Thịnh, Viện Công nghệ Sinh học – Công nghệ Thực phẩm: Đối với cà muối, một “nguyên tắc” cần lưu ý là không ăn cà muối xổi khi chúng chưa đủ độ “chín” và vẫn còn cảm giác ngái trong miệng khi ăn. Đối với dưa muối, nên để khi dưa có màu vàng, có mùi thơm thì mới ăn. Tuy nhiên, khi dưa chín quá kỹ, có mùi khú, bị xỉn màu, nổi váng thì cũng đồng nghĩa là lượng nitrit đã tăng cao, ăn vào sẽ rất có hại cho cơ thể. Khi dưa cà bị nổi váng, chuyển màu đen, là dấu hiệu xuất hiện các vi khuẩn nấm độc hại

(thường là nấm aspergillus flavor). Loại nấm này sản sinh ra một loại độc tố có tên là aflatoxin. Theo nghiên cứu thì về lâu dài aflatoxin có thể gây bệnh ung thư gan, tim, phổi và sản sinh ra một số chất độc hại khác.

T.M (ghi)



Đạm cá dễ tiêu hơn đạm động vật

Hỏi: Tại sao ăn nhiều cá lại vẫn dễ tiêu hơn ăn nhiều thịt lợn?

VŨ HỒNG NHUNG
(Đà Nẵng)

ThS Nguyễn Thực Quyên, Công ty Cổ phần Thực phẩm Hà Nội: Đạm cá là những protit mạch ngắn nên khi vào cơ thể sẽ phân giải và tiêu hóa hơn thịt lợn. Mỡ cá cũng chứa axit chưa no nên dễ tiêu. Trong khi thịt lợn, nhất là phần mỡ có chứa axit béo no nên khó phân giải nên dẫn đến khó tiêu hơn. Tuy nhiên, dù dễ tiêu hơn thịt, bạn cũng nên ăn mỗi bữa một lượng cá nhất định và



chọn loại cá phù hợp sức khoẻ như cá phải tươi, hạn chế ăn cá thịt đỏ thường

xuyên, tránh ăn một lần quá nhiều vẫn có thể dẫn đến đầy bụng. TL (ghi)

Thời gian quả “tự bảo quản”

Hỏi: Nếu không sử dụng biện pháp bảo quản nào thì các loại quả khác nhau có thời gian bảo quản thế nào?

LÊ KIỀU NHƯ (Thái Nguyên)

ThS Nguyễn Mạnh Khải, Khoa Công nghệ sau thu hoạch, Học viện Nông nghiệp Hà Nội: Đa phần khoảng thời gian tự bảo quản này là không dài. Đối với những quả vải, quả nhãn chỉ được 3 - 4 ngày, mận tươi khoảng 10 ngày, cam tươi, dưa hấu cũng chỉ kéo dài nhất được hơn 1 tháng. Lý do là khi đã hái khỏi cành trái cây sẽ bị vi sinh vật xâm nhập theo nướm, đẩy quá trình thối rữa diễn ra nhanh hơn. Quá trình hô hấp này diễn ra ở tất cả các loại hoa, trái. Trái cây chín nhanh thường do quá trình hô hấp mạnh (hút khí O₂ và thải

khí CO₂). Ngoài ra, trong quá trình chín, trái cây còn thải khí etylen và chính khí này quay trở lại kích thích trái cây mau chín hơn. Cách hữu hiệu để bảo quản trái cây không chín nhanh là dùng nhiệt độ thấp.

MH (ghi)



Nguyên tắc sử dụng kháng sinh trong chăn nuôi

Hỏi: Có nguyên tắc nào cho việc sử dụng kháng sinh trong chăn nuôi không?

ĐẶNG MINH (Nghệ An)

Ông Đặng Văn Minh, Phó Chi cục trưởng Chi cục Thú y Nghệ An:

Dùng kháng sinh có thể gây nhiều tai biến do thuốc có tính độc, do phản ứng dị ứng, do một lúc tiêu diệt nhiều vi khuẩn làm giải phóng một lượng lớn nội độc tố, làm giảm phản ứng miễn dịch của cơ thể (do tác động xấu đến các loại tế bào thẩm quyền miễn dịch, làm giảm lượng kháng nguyên phòng bệnh và kháng sinh có thể tiêu diệt cả các vi khuẩn có ích cho cơ thể). Dùng bừa bãi còn gây nên hiện tượng kháng thuốc làm giảm thấp tác dụng chữa bệnh của chất kháng sinh. Vì vậy, khi dùng cần theo những nguyên tắc sau đây: Chỉ sử dụng kháng sinh khi có nhiễm khuẩn. Phải chọn đúng kháng sinh và đường đưa thuốc thích hợp. Sử dụng kháng sinh đúng liều lượng và đúng thời gian quy định. Phải nắm vững nguyên tắc khi cần thiết phải sử



dụng phối hợp kháng sinh. Kết hợp các loại thuốc bổ để tăng cường sức đề kháng của vật nuôi.

Ngoài ra, cần nắm vững nguyên tắc trong phối hợp kháng sinh gồm:

Phải dùng phối hợp nhiều loại kháng sinh để làm giảm liều lượng và độc tính của từng loại, làm phổ tác động đến vi khuẩn rộng hơn, tăng tác dụng điều trị và hạn chế hiện tượng vi khuẩn kháng thuốc. Khi phối hợp thuốc, cần chọn những thuốc có tác dụng tăng cường lẫn nhau (tác dụng hợp đồng) hoặc các thuốc cộng hợp, tránh phối hợp các thuốc đối kháng (về hoạt tính hóa học cũng như tác dụng điều trị): Nắm chắc tác dụng cộng dồn, tác dụng hiệp đồng, hoặc tác dụng đối kháng. Không bao giờ sử dụng phối hợp một loại kháng sinh diệt khuẩn với một loại kháng sinh kim khuẩn. Phối hợp thuốc kháng sinh trong chống nhiễm trùng vi khuẩn họ đường ruột (Enterobacterie) và một số phối hợp kháng sinh được xem là đối kháng. **Q.H (ghi)**

Hoạt chất rau chùm ngây kháng ung thư

Hỏi: Nghe nói ăn rau chùm ngây có thể chữa được ung thư có phải không?

NGUYỄN VĂN HỒNG (Hải Phòng)

TS Trần Ngọc Hùng, Viện Nghiên cứu rau quả: Trong cây chùm ngây có những hoạt chất được nghiên cứu có thể giúp phòng chống ung thư, oxy hóa, vì thế tốt cho sức khỏe con người. Tuy nhiên, cần nhìn nhận rằng, muốn chữa được ung thư cần có nhiều yếu tố như chất này có tương tác với loại ung thư mà mỗi người bị hay không, đồng thời hàm lượng hoạt chất đưa vào cơ thể bao nhiêu là đủ. Đối với hoạt

chất có tác dụng phòng tránh ung thư không quá cao thì sẽ ít hiệu quả nếu muốn dùng rau ăn hằng ngày. Thay vào đó, người ta phải dùng các sản phẩm dưới dạng chiết xuất. **MN (ghi)**



Không sử dụng côn trùng làm thức ăn

Hỏi: Đã có không ít trường hợp tử vong sau khi ăn côn trùng. Xin cho biết nguyên nhân và dấu hiệu nhận biết?

VŨ VĂN MINH (Hà Nội)

GS.TS Bùi Công Hiến, Trung tâm Ứng dụng Côn trùng học: Các dấu hiệu lâm sàng thường gặp trong các vụ ngộ độc do ăn côn trùng là buồn nôn, nôn, run tay chân, một số trường hợp nặng nôn nhiều, co giật tay chân, chóng mặt, tăng tiết, cứng hàm, kích thích vật vã, khó thở, ý thức lơ mơ, hôn mê, sẩn ngứa, ban dạng mảng toàn thân... và có thể tử vong. Biểu hiện lâm sàng với các triệu chứng nhiều hay ít, nhẹ hay nặng tùy theo độc tố trong côn trùng, tổng lượng đã ăn vào và cơ địa người ăn (người già, có uống rượu, phụ nữ có thai, trẻ em... thường bị nặng).

Nguyên nhân các vụ ngộ độc trên là do sử dụng côn trùng đã chết sinh ra độc tố; côn trùng bị nhiễm nấm độc; côn trùng chứa nhựa cây độc như cây Cọc rào, cây Cỏ lào, thầu dầu tía... (chứa nhóm Alcaloit, nhóm Glucozit...) hoặc các chất tiết có độc



tố không bị phá hủy ở nhiệt độ chế biến; côn trùng có nhiều protein lạ gây ra dị ứng với những người có cơ địa mẫn cảm dễ chế biến thức ăn.

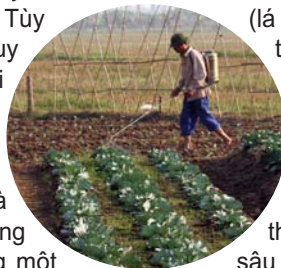
Việc thiếu hiểu biết, thiếu kiến thức trong lựa chọn, sơ chế, chế biến côn trùng làm thức ăn, tâm lý chủ quan khi lựa chọn côn trùng lạ để “thử nghiệm” theo kinh nghiệm “đồn thổi” để chế biến (ăn tái, ăn sống, ngâm rượu...) và sử dụng các món ăn chế biến từ côn trùng, ấu trùng... đã và đang tiềm ẩn rất nhiều nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe, gây ngộ độc và thậm chí gây ra tử vong cho người ăn. **VFA (ghi)**

Thời gian cách ly thuốc trừ sâu

Hỏi: Sau khi sử dụng thuốc trừ sâu thì thời gian cách ly là bao lâu mới được sử dụng rau quả?

TRẦN HẠNH ÂN (Bắc Giang)

TS Phạm Hải Thắng, nguyên cán bộ Viện Bảo vệ Thực vật: Tùy từng loại thuốc, nhưng theo quy trình thì người sản xuất phải phun thuốc trừ sâu sau 21 ngày mới được thu hoạch, đây là thời gian cách ly an toàn để thuốc trừ sâu bay và được tẩy rửa qua sự sinh trưởng và phát triển của cây. Nhưng một



số những loại rau ăn lá như rau cải, xà lách, dưa chuột, rau ngót thì tổng thời gian gieo trồng chỉ khoảng 20 - 30 ngày có thể thu hoạch, mà người sản xuất sẽ phun thuốc trong giai đoạn sâu phát triển nhất

(lá non) là thời gian sau trồng 2 tuần, như vậy thời gian cách ly thuốc trừ sâu không thể đủ để an toàn... Để giảm bớt sự ô nhiễm của thuốc trừ sâu thì trước khi chế biến nên rửa, ngâm nước muối và gọt vỏ có thể giúp giảm thiểu lượng thuốc sâu đưa vào cơ thể. **LM (ghi)**

Nhận biết rau hữu cơ

Hỏi: Tôi muốn biết làm cách nào để nhận biết được rau hữu cơ với các loại rau khác?

NGUYỄN THỊ ÁNH HỒNG
(Hà Nội)

Bà Từ Thị Tuyết Nhung, Trưởng ban điều phối Hệ thống đảm bảo cùng tham gia (PGS): Nếu lấy cảm quan làm căn cứ để phân biệt rau hữu cơ với các loại rau khác trên thị trường thì rất dễ bị nhầm lẫn. Cách chính xác nhất giúp người tiêu dùng phân biệt được đó là dựa vào chứng nhận và dán nhãn bởi hệ thống chứng nhận đảm bảo rằng sản phẩm được sản xuất theo tiêu chuẩn. Tại Việt Nam, PGS đang vận hành giám sát, thanh tra và cấp chứng nhận để bảo đảm chất lượng nông sản hữu cơ cho thị trường nội địa. Các sản phẩm



được cấp chứng nhận PGS đều phải được đóng gói cùng với nhãn hiệu PGS in trên bao bì sản phẩm có kèm theo các thông tin để truy xuất nguồn gốc như mã, tên liên nhóm và nhóm sản xuất. Người dân có thể dựa vào đó để mua rau hữu cơ. **MT (ghi)**

Hạn dùng của mật ong

Hỏi: Mật ong có thể dùng được trong bao lâu?

NGUYỄN MAI HÒA
(Hà Nội)

TS Phùng Hữu Chính, Giám đốc Trung tâm Nghiên cứu và Phát triển Ong: Nhiều người nghĩ rằng mật ong có thể bảo quản để sử dụng trong thời gian dài, thậm chí là càng để lâu mật đặc lại càng tốt. Thực tế, suy nghĩ này là hoàn toàn sai lầm. Mật ong nên sử dụng sau khi lấy càng sớm càng tốt. Nếu để bên ngoài thì không nên để lâu quá 1 - 2 năm, tùy độ đặc. Bảo quản mật ong trong tủ lạnh có thể kéo dài thời gian sử dụng lâu hơn. Chú ý khi thấy mật ong chuyển màu, có vị chua, nổi bọt, hay



có mùi cay cay thì mật không còn tốt nữa, có thể tận dụng để chế biến các món ăn chứ không nên pha uống sống nữa. Nếu mật chuyển màu đen thì nên bỏ đi.

MV (ghi)

Yếu tố cần thiết để trồng rau trên ban công, sân thượng

Hỏi: Thời gian vừa qua tôi có trồng thử rau trên ban công, sân thượng nhưng không thành công dù cũng đất trồng ấy tôi trồng ở ngoài vườn lại xanh tốt. Nguyên nhân vì đâu?

NGUYỄN THU HÀ
(Hà Nội)

TS Nguyễn Văn Khải,
Giám đốc Trung tâm Hoạt hóa Điện hóa & Đèn tiết kiệm điện năng: Muốn cây xanh tốt, ngoài đất, cây muốn phát triển còn đòi hỏi các yếu tố khác như nắng, gió... Cây trồng ở sân thượng, ban công thường không đảm bảo tốt được yếu tố nắng, gió (thừa hoặc thiếu nắng, gió). Thiếu nắng, thiếu gió



cây cũng không phát triển và ngược lại. Ví dụ, nhiều nắng quá cây dễ bị tấp lá, nhưng thiếu nắng cây lại bị "cóm"; hay việc khuất gió dễ làm cho cây bị nấm.

Việc đón nắng và gió không có quy tắc chung cho mọi gia đình, người trồng cần tự điều chỉnh để đón nắng, đón gió cho phù hợp.
PH (ghi)

Rau xanh đậm cũng nhiều vitamin A

Hỏi: Người ta hay nói các loại quả đỏ như gấc, bí đỏ... nhiều vitamin A. Vậy các loại rau màu xanh có lượng vitamin này không?

TRẦN QUANG HÀO (Đà Nẵng)

TS Nguyễn Công Ngữ, nguyên cán bộ Viện Công nghệ sau thu hoạch: Đúng là trong các loại quả màu vàng, đỏ thường có chứa hàm lượng vitamin A cao như cà rốt, gấc, xoài, đu đủ... nhưng trong những loại rau củ có màu xanh đậm cũng có chứa loại vitamin này nhiều. Ví dụ, rau ngót, rau dền, rau muống mà chúng ta hay ăn hàng ngày đều tốt. Vì thế, không cứ nhất thiết ăn mỗi

rau màu vàng, đỏ mới nghĩ bổ sung vitamin A. Nhất là các mẹ có con nhỏ, để bổ sung suốt ngày cho con ăn bí đỏ và gấc là chưa hợp lý.
T.H (ghi)



Quy chuẩn rau an toàn

Hỏi: Rau an toàn phải đáp ứng những quy chuẩn nào?

PHẠM HƯƠNG
(Hà Nội)

ThS Phạm Phương Thảo, Học viện Nông nghiệp Việt Nam: Theo định nghĩa của Bộ NN&PTNT trong quy định sản xuất rau an toàn ban hành năm 1996, rau an toàn được hiểu là không chứa độc tố, vi sinh vật gây hại cho người với hàm lượng vượt quá ngưỡng cho phép của Tổ chức Y tế thế giới hoặc quy định của cơ quan quản lý của Nhà nước trong bảng tiêu chuẩn. ví dụ dư lượng nitrat không được vượt quá 100mg/kg với cà chua hay 250mg/kg với bắp cải. Về kim loại nặng, không được vượt mức 0,001mg thủy ngân/lít nước tưới, 0,005mg asen/lít nước tưới. Vi khuẩn Ecoli được phép có mặt nhưng không vượt quá 100 khuẩn lạc/kg



rau tươi. Để xác định rau có an toàn không phải đem đến phòng thí nghiệm phân tích. Tuy nhiên nếu khi trồng kiểm soát được các yếu tố đầu vào và quá trình sinh trưởng thì có thể nhận định là rau an toàn.

TH (ghi)

Đừng tận dụng đất ven đường trồng rau

Hỏi: Có nên tận dụng bãi đất trồng cây cảnh ven đường để trồng xen lẫn rau ăn không?

LÊ HẢI HÀ (Vĩnh Phúc)

TS Nguyễn Đắc Hoan, nguyên Trưởng phòng Thí nghiệm, phòng phân tích, Viện Quy hoạch Thiết kế Nông nghiệp: Những mảnh đất ven đường và ở các khu đô thị mà người dân tận dụng trồng rau thường có mức độ ô nhiễm nhẹ. Mặc khác, khi trồng cây xanh, nhân viên đô thị đã đào đất ở dưới lên, mà đất ở tầng này không thoát nước được, không có giá trị dinh dưỡng. Nên cho dù không ô nhiễm thì cũng chỉ phù hợp trồng cây xanh lâu năm chứ không phù hợp trồng rau. Đây là chưa kể

đến ô nhiễm khói xăng, bụi từ các phương tiện tham gia giao thông, là những thành phần rất độc nếu rau hấp thụ, khả năng nhiễm kim loại là cực kỳ lớn.

HB (ghi)





● Tăng cường quản lý nhà nước về an toàn thực phẩm

Theo Chỉ thị 13/CT-TTg, Thủ tướng Nguyễn Xuân Phúc yêu cầu Bộ trưởng các Bộ: Y tế, Nông nghiệp và Phát triển nông thôn, Công Thương tăng cường công tác thanh tra, kiểm tra, đặc biệt là thanh tra, kiểm tra đột xuất về an toàn thực phẩm (ATTP) đối với ngành hàng được phân công, quản lý chặt chẽ các vật tư liên quan đến ATTP, giải quyết kịp thời các sự cố mất ATTP; xử lý theo thẩm quyền hoặc kiến nghị xử lý nghiêm những tập thể, cá nhân vi phạm và các cơ quan, công chức thiếu trách nhiệm, buông lỏng quản lý ATTP. Bộ Công an chỉ đạo các lực lượng nghiệp vụ, công an các địa phương nắm chắc tình hình các tuyến, địa bàn trọng điểm về vi phạm ATTP, điều tra, xử lý hình sự các vi phạm nghiêm trọng trong lĩnh vực ATTP theo quy định của pháp luật...

TL (*Theo Baochinhphu.vn*)

● An toàn thực phẩm cần sự chung tay của toàn xã hội

Đây là nhận định của các đại biểu khi tham dự “Diễn đàn chính sách ATTP ở Việt Nam hiện nay: Thực trạng và giải pháp” diễn ra cuối tháng 9 tại TPHCM do Văn phòng Quốc hội và Dự án quản trị Nhà nước nhằm tăng trưởng toàn diện (USAID GIG) tổ chức. Theo đánh giá của các đại biểu, hiện nay việc vi phạm quy định bảo

đảm ATTP đã diễn ra trong hầu hết các lĩnh vực: Sản xuất, kinh doanh rau củ; nuôi trồng, khai thác, chế biến thủy sản; chăn nuôi, giết mổ gia súc, gia cầm; sản xuất, kinh doanh chất phụ gia, chất hỗ trợ chế biến, chất bảo quản thực phẩm; sản xuất, kinh doanh thực phẩm chức năng và sữa, bánh kẹo... Các vi phạm về bảo đảm an toàn thực phẩm đã gây ra nhiều hệ lụy về sức khỏe của người dân như ngộ độc thực phẩm hoặc gây ra các bệnh mạn tính (rối loạn chuyển hóa chất của cơ thể, bệnh tim mạch, bệnh ung thư...).



● “Hướng dẫn người tiêu dùng sử dụng sản phẩm thuốc y học cổ truyền an toàn và hợp lý”

Đây là hội thảo do Hội Tiêu chuẩn và Bảo vệ người tiêu dùng Việt Nam (thuộc Liên hiệp các Hội KH&KT Việt Nam) tổ chức trong tháng 9 vừa qua. Thông qua hội thảo, các chuyên gia đã hướng dẫn người dân cách sử dụng cũng như các thông tin về thuốc y học cổ truyền với các bước sao tẩm, cách dùng cũng như các trở ngại khi dùng thuốc để đạt hiệu quả cao. Trước các ý kiến, dùng thuốc không sao tẩm sẽ an toàn hơn, các chuyên gia cho rằng, hiện nay một số bệnh viện y học cổ truyền ở địa phương và một số thầy thuốc Đông y thường không sao tẩm, dùng thuốc sống để chữa bệnh, không những kết quả kém, mà có khi phản tác dụng.



L.HOA



● **Hà Nội được giao nghiên cứu mô hình phản ứng nhanh về ATTP**

Tại cuộc làm việc với UBND TP Hà Nội về kết quả thực hiện Chỉ thị 13 năm 2016 của Thủ tướng Chính phủ về tăng cường trách nhiệm quản lý Nhà nước về ATTP, Thủ tướng đồng ý việc Hà Nội mở rộng mô hình thí điểm thanh tra chuyên ngành về ATTP theo Quyết định 38 ra tất cả các huyện, xã, phường để bảo đảm tính đồng bộ trong thanh tra, kiểm tra. Bộ Tài chính cần khẩn trương có thông tư cụ thể về phí liên quan đến ATTP. Thủ tướng đồng ý giao Hà Nội nghiên cứu mô hình lực lượng phản ứng nhanh để phát hiện, xử lý kịp thời các vi phạm ATTP, đẩy mạnh việc tiếp nhận thông tin để xử lý vi phạm. Đối với các bộ, ngành chức năng, Thủ tướng giao Bộ Y tế chủ trì phối hợp với Bộ NN&PTNT, Bộ Công Thương tổng kết mô hình thanh tra chuyên ngành theo Quyết định 38 của TP Hà Nội để xem xét việc nhân rộng trên phạm vi cả nước. **MH** (*Theo Baochinhphu.vn*)

● **Người dân phải đồng hành trong cuộc chiến bảo đảm ATTP**

Tại Hội nghị Triển khai kế hoạch phối hợp vận động và giám sát bảo đảm an toàn thực phẩm năm 2016, Chủ tịch Ủy ban T.Ư MTTQ Việt Nam Nguyễn Thiện Nhân nhấn mạnh: Một yêu cầu căn bản của cuộc vận động này là người dân phải là người đồng

hành trong giám sát việc bảo đảm an toàn thực phẩm. Do vậy, công tác tuyên truyền, xây dựng, giám sát quy trình hướng dẫn sản xuất sạch, kinh doanh sạch là rất quan trọng. Chủ tịch Ủy ban T.Ư MTTQ Việt Nam Nguyễn Thiện Nhân đề nghị ngay trong quý III/2016, các bộ, ban ngành liên quan phải ban hành được hướng dẫn quy trình sản xuất sạch, đảm bảo an toàn thực phẩm để năm 2017 triển khai đồng bộ ở các tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương... Đồng thời, Ban Thường trực Ủy ban T.Ư MTTQ Việt Nam và các bộ, ngành sẽ phối hợp với một số địa phương triển khai trong năm 2016 để rút kinh nghiệm. **MK**

● **“Đầu độc” bằng thực phẩm và phụ gia giả có thể bị tù chung thân**

Ngày 27/11/2015, tại kỳ họp thứ 10, Quốc hội khóa XIII, các đại biểu Quốc hội đã thông qua Bộ luật Hình sự (sửa đổi) có hiệu lực thi hành từ ngày 1/7/2016. Cụ thể, Điều 317 quy định rất chi tiết về “Tội vi phạm quy định về vệ sinh an toàn thực phẩm”. Theo đó, chỉ cần có hành vi sử dụng chất cấm trong sản xuất, sơ chế, chế biến, bảo quản thực phẩm sẽ đều bị xử lý hình sự với hình phạt cao nhất tới 20 năm tù mà không cần phải có hậu quả xảy ra như chết người hay gây tổn hại nghiêm trọng đến sức khỏe người tiêu dùng như luật cũ quy định. Tương tự, Điều 193 đã quy định chi tiết hơn về “Tội sản xuất, buôn bán hàng giả là lương thực, thực phẩm, phụ gia thực phẩm”. Theo đó, bên cạnh mặt hàng lương thực, thực phẩm đã được quy định trong Bộ luật Hình sự hiện hành, thì hành vi sản xuất, buôn bán hàng giả là phụ gia thực phẩm sẽ bị phạt tù ít nhất 2 - 5 năm, không tính đến số lượng và giá trị hàng hóa. Những mức vi phạm về hành vi này bị chế tài hình sự nặng hơn thậm chí có thể chịu tới mức án tù là chung thân đã được quy định trong Bộ luật Hình sự 2015. **HM**