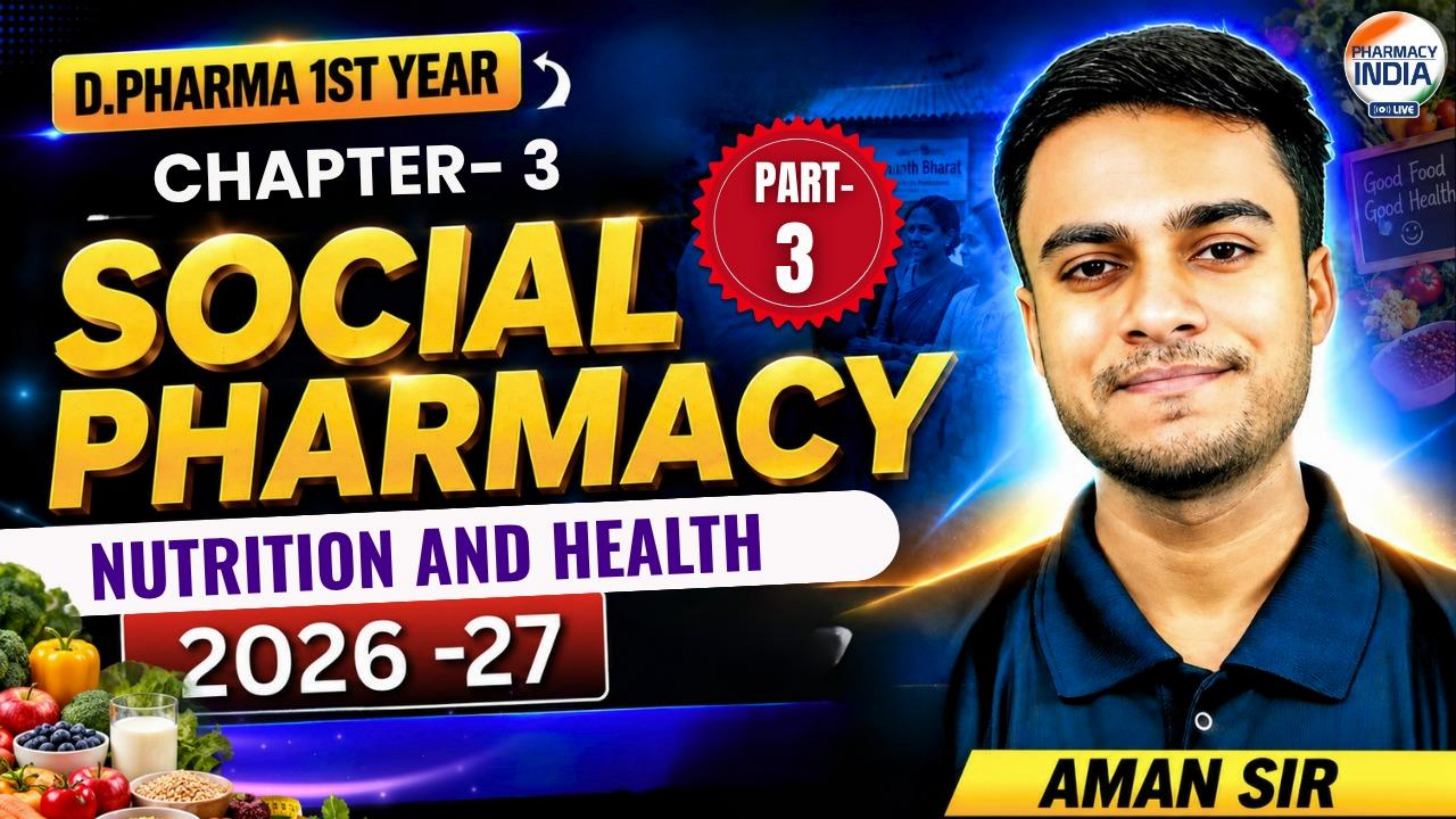

D.PHARMA 1ST YEAR
CHAPTER- 3
PART-
3
SOCIAL
PHARMACY
NUTRITION AND HEALTH
2026 -27
AMAN SIR
PHARMACY
INDIA
LIVE
Good Food
Good Health

Introduction to Food Safety

खाद्य सुरक्षा का परिचय

Definition / परिभाषा

- Food safety means handling, preparing, storing and serving food in a way that prevents contamination and protects people from food-borne diseases.

- खाद्य सुरक्षा का अर्थ है भोजन को इस प्रकार संभालना, बनाना, संग्रहित करना और परोसना जिससे वह दूषित न हो तथा खाद्य जनित रोगों से बचाव हो।

Introduction / परिचय

- Food is essential for growth, energy, repair of body tissues and maintenance of health. Food must be clean, nutritious and free from harmful substances. Unsafe food may contain microorganisms, chemicals, toxins or foreign materials that can cause illness.

- भोजन वृद्धि, ऊर्जा, शरीर के ऊतकों की मरम्मत तथा स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए आवश्यक है। भोजन स्वच्छ, पौष्टिक तथा हानिकारक पदार्थों से मुक्त होना चाहिए। असुरक्षित भोजन में सूक्ष्मजीव, रसायन, विषैले पदार्थ या बाहरी पदार्थ हो सकते हैं, जो बीमारी पैदा कर सकते हैं।

Types of Food Contamination

खाद्य संदूषण के प्रकार

1. Biological contamination
जैविक संदूषण

Caused by bacteria, viruses, fungi and parasites.

बैक्टीरिया, वायरस, फफूंद एवं परजीवियों के कारण होता है।

2. Chemical contamination
रासायनिक संदूषण

Caused by pesticides, detergents, heavy metals and harmful food additives.

कीटनाशक, डिटर्जेंट, भारी धातु तथा हानिकारक खाद्य पदार्थों के कारण होता है।

3. Physical contamination
भौतिक संदूषण

Caused by dust, hair, glass pieces, stones or metal particles.

धूल, बाल, काँच के टुकड़े, पत्थर या धातु के कणों के कारण होता है।

Food-Borne Diseases / खाद्य जनित रोग

Food-borne diseases occur after eating contaninated food or drinking contaminated water. Common diseases include:

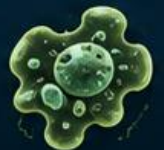
दूषित भोजन या पानी लेने से होने वाले रोगों को खाद्य जनित रोग कहते हैं। सामान्य रोग हैं:

Food poisoning / फूड पॉइजनिंग

Diarrhoea / दस्त

Cholera / हैजा

Typhoid / टाइफाइड



Dysentery / पेचिश

Hepatitis A / हेपेटाइटिस A

Basic Principles of Food Safety / खाद्य सुरक्षा के मूल सिद्धांत

1.

Wash hands before handling food. / भोजन को छूने से पहले हाथ धोएँ।

2.

Use clean water and clean utensils. / स्वच्छ पानी तथा साफ बर्तनों का उपयोग करें।

3.

Cook food properly. / भोजन को अच्छी तरह पकाएँ।

4.

Keep raw and cooked food separately. / कच्चे तथा पके भोजन को अलग रखें।

5.

Keep food covered and protected from flies and insects. / भोजन को ढकर रखें तथा मक्खियों एवं कीड़ों से बचाएँ।

6.

Store perishable food at a proper temperature. / जल्दी खराब होने वाले भोजन को उचित तापमान पर रखें।

7.

Avoid stale, spoiled and adulterated food. / बासी, खराब तथा मिलावटी भोजन से बचें।

Adulteration of Foods

खाद्य पदार्थों में मिलावट

Definition / परिभाषा

Food adulteration means adding inferior, harmful or unwanted substances to food, or removing valuable ingredients from it, so that its quality and purity are reduced.

खाद्य पदार्थों में मिलावट का अर्थ है भोजन में घटिया, हानिकारक या अनचाहे पदार्थ मिलाना अथवा उसके उपयोगी घटकों को निकाल देना, जिससे उसकी गुणवत्ता और शुद्धता कम हो जाए।

Introduction / परिचय

Food adulteration is a major public-health problem. It is commonly done to increase profit, improve appearance, increase weight or preserve food for a longer time. Adulterated food may cause harmful effects on health.

खाद्य मिलावट एक प्रमुख जन-स्वास्थ्य समस्या है। यह अधिक लीभ कमाने, भोजन का रंग या रूप सुधारने, वजन बढ़ाने अथवा लंबे समय तक सुरक्षित रखने के लिए की जाती है। मिलावटी भोजन स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव डाल सकता है।

Common Reasons for Food Adulteration

खाद्य मिलावट के सामान्य कारण

1.

1. To earn more profit.

अधिक लाभ कमाने के लिए।

2.

2. To increase the quantity or weight of food.

भोजन की मात्रा या वजन बढ़ाने के लिए।

3.

3. To improve colour, taste or appearance.

रंग, स्वाद या दिखावट सुधारने के लिए।

4.

4. To reduce the cost of production.

उत्पादन लागत कम करने के लिए।

5.

5. To preserve food for a longer period.

भोजन को अधिक समय तक सुरक्षित रखने के लिए।

Types of Food Adulteration
खाद्य मिलावट के प्रकार

1. Intentional Adulteration / जानबूझकर की गई मिलावट

It is the deliberate addition of cheap or harmful substances to food.
इसमें भोजन में सस्ते या हानिकारक पदार्थ जानबूझकर मिलाए जाते हैं।

Examples / उदाहरण:

Water in milk / दूध में पानी

Stones in pulses / दालों में कंकड़-पत्थर

Brick powder in chilli powder / मिर्च पाउडर में ईंट का चूरा

Artificial colour in sweets or spices / मिठाई या मसालों में कृत्रिम रंग

2. Incidental Adulteration / आकस्मिक मिलावट

It occurs accidentally during production, storage, transport or handling of food.
यह भोजन के उत्पादन, भंडारण, परिबहन या संभालने के दौरान अनजाने में होती हैं।

Examples / उदाहरण:

Pesticide residues in fruits and vegetables. / फलों एवं सब्जियों में कीटनाशक अवशेष।

Dust and insects in stored grains. / संग्रहित अनाज में धूल एवं कीड़े।

Heavy metals from contaminated water or containers. / दूषित पानी या बर्तनों से भारी धातुएँ।

Prevention of Food Adulteration

खाद्य मिलावट की रोकथाम

1. Buy food from reliable shops.

विश्वसनीय दुकानों से खाद्य पदार्थ खरीदें।

2. Check the label, manufacturing date and expiry date.

लेबल, निर्माण तिथि एवं समाप्ति तिथि जाँचें।

3. Avoid food with very bright artificial colours.

बहुत चमकीले कृत्रिम रंग वाले भोजन से बचें।

4. Wash fruits and vegetables properly before use.

फलों एवं सब्जियों को उपयोग से पहले अच्छी तरह धोएं।

5. Keep food covered and store it properly.

भोजन को ढककर रखें तथा सही तरीके से संग्रहित करें।

6. Report suspected adulterated food to the concerned food-safety authority.

संदिग्ध मिलावटी भोजन की शिकायत संबंधित खाद्य सुरक्षा प्राधिकरण से करें।

Effects of Artificial Ripening

कृत्रिम पकाने के प्रभाव

NATURALLY RIPENED ON THE PLANT
पौधे पर प्राकृतिक रूप से पके फल

CONTROLLED ETHYLENE GAS
नियंत्रित एथिलीन गैस (स्वीकार्य)

CALCIUM CARBIDE / HARMFUL CHEMICALS
कैल्शियम कार्बाइड / हानिकारक रसायन (अस्वीकार्य)

Introduction / परिचय

Artificial ripening means ripening fruits by using chemicals or artificial methods instead of allowing them to ripen naturally on the plant. Controlled use of ethylene gas is an accepted method of commercial ripening. However, harmful chemicals such as calcium carbide should not be used.

परिभाषा

कृत्रिम पकाने का अर्थ है फलों को पौधे पर प्राकृतिक रूप से पकने देने के बजाय रसायनों या कृत्रिम विधियों से पकाना। एथिलीन गैस का नियंत्रित उपयोग व्यावसायिक पकाने की स्वीकार्य विधि है। लेकिन कैल्शियम कार्बाइड जैसे हानिकारक रसायनों का उपयोग नहीं करना चाहिए।

Effects on Fruits

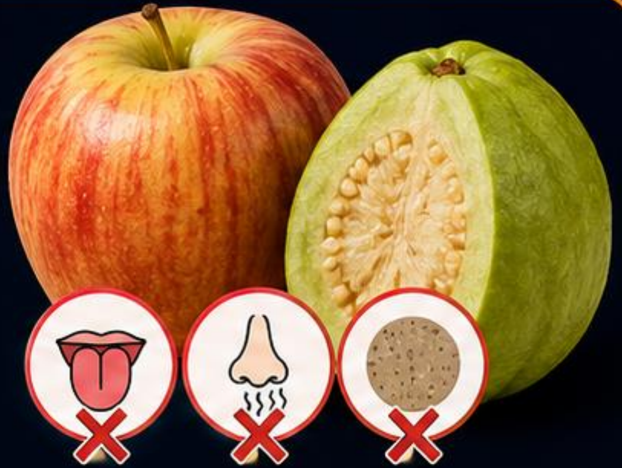
फलों पर प्रभाव

1. 1. Fruits may become yellow or red from outside but remain unripe inside.

फल बाहर से पीले या लाल दिखाई दे सकते हैं, लेकिन अंदर से कच्चे रह सकते हैं।

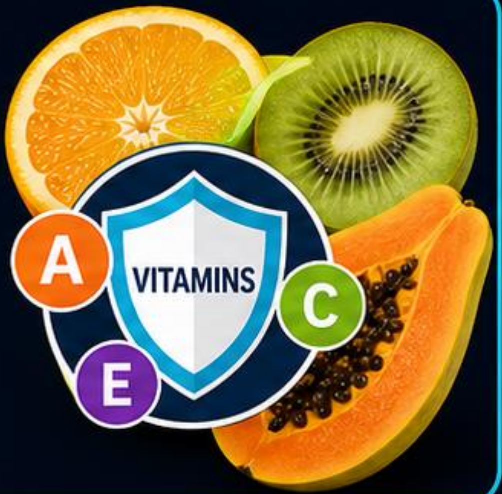
2. 2. Artificially ripened fruits may have poor taste, smell and texture.

कृत्रिम रूप से पके फलों का स्वाद, गंध तथा बनावट खराब हो सकती है।



3. 3. Their nutritional quality, especially vitamins, may be reduced.

उनकी पोषण गुणवत्ता, विशेषकर विटामिन की मात्रा, कम हो सकती है।



4. 4. Such fruits may spoil quickly and have a shorter shelf life.

ऐसे फल जल्दी खराब हो सकते हैं तथा उनकी भंडारण अवधि कम हो सकती है।

Effects on Health

स्वास्थ्य पर प्रभाव

1.

1. Consumption of improperly ripened fruits may cause stomach pain, nausea, vomiting and diarrhoea.

गलत तरीके से पकाए गए फलों के सेवन से पेट दर्द, मतली, उल्टी तथा दस्त हो सकते हैं।

2.

2. Harmful chemicals may irritate the mouth, throat and stomach.

हानिकारक रसायन मुँह, गले तथा पेट में जलन पैदा कर सकते हैं।

3.

3. Headache, dizziness and weakness may occur in some people.

कुछ लोगों में सिरदर्द, चक्कर तथा कमजोरी हो सकती हैं।

4.

4. Repeated exposure to unsafe chemicals may affect the nervous system and other organs.

असुरक्षित रसायनों के बार-बार संपर्क से तंत्रिका तंत्र तथा अन्य अंग प्रभावित हो सकते हैं।

5.

5. Children, pregnant women and elderly persons may be more sensitive to these harmful effects.

बच्चे, गर्भवती महिलाएँ तथा वृद्ध व्यक्ति इन हानिकारक प्रभावों के प्रति अधिक संवेदनशील हो सकते हैं।

Use of Pesticides
कीटनाशकों का उपयोग

Definition / परिभाषा

Pesticides are chemical or biological substances used to kill, control or prevent pests that damage crops, stored food and livestock.

कीटनाशक रासायनिक या जैविक पदार्थ हैं, जिनका उपयोग फसलों, संग्रहित खाद्य पदार्थों तथा पशुधन को नुकसान पहुँचाने वाले कीटों को मारने, नियंत्रित करने या रोकने के लिए किया जाता है।

1. To protect crops from insects, weeds, fungi and rodents.

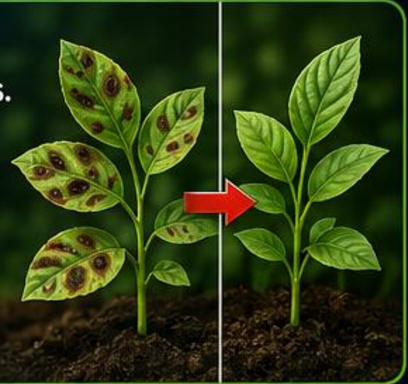
फसलों को कीटों, खरपतवारों, फफूंद एवं कृन्तकों से बचाने के लिए।

2. To increase crop production and improve crop quality.

फसल उत्पादन बढ़ाने एवं फसल की गुणवत्ता सुधारने के लिए।

3. To control plant diseases.

पौधों के रोगों को नियंत्रित करने के लिए।



4. To protect stored grains from insects and pests.

संग्रहित अनाज को कीड़ों एवं अन्य कीटों से बचाने के लिए।

5. To control disease-carrying insects such as mosquitoes and flies.

मच्छरों एवं मक्खियों जैसे रोग फैलाने वाले कीटों को नियंत्रित करने के लिए।

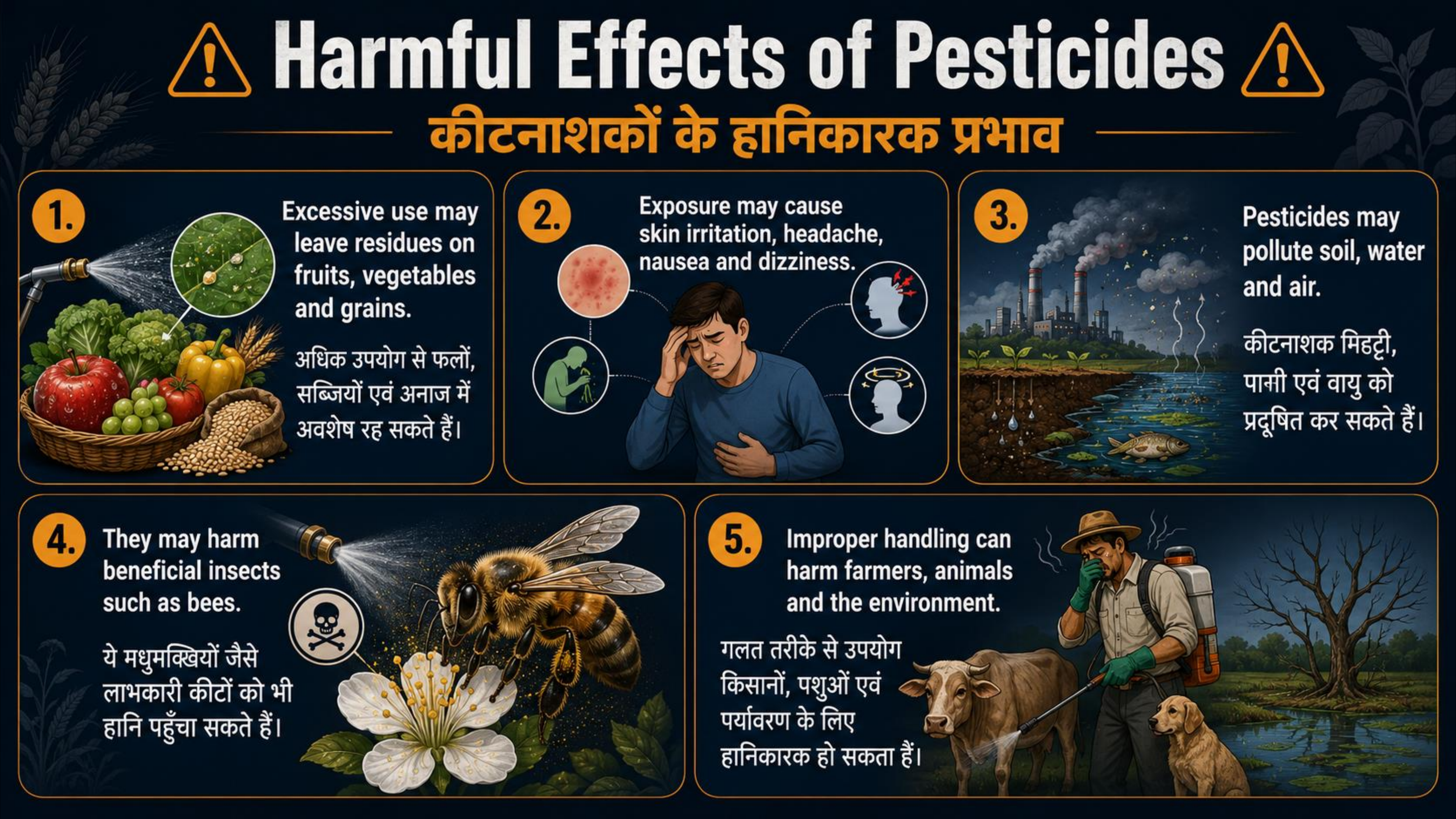
6. To protect livestock from ticks, lice and other parasites.

पशुधन को किलनी, जूँ एवं अन्य परजीवियों से बचाने के लिए।

Types of Pesticides

कीटनाशकों के प्रकार

Type / प्रकार	Use / उपयोग
Insecticides / कीटनाशी	Kill insects / कीटों को मारते हैं
Herbicides / खरपतवारनाशी	Control weeds / खरपतवारों को नियंत्रित करते हैं
Fungicides / फफूंदनाशी	Control fungal diseases / फफूंद जनित रोगों को नियंत्रित करते हैं
Rodenticides / कृन्तकनाशी	Kill rats and mice / चूहों को मारते हैं
Larvicides / लार्वानाशी	Kill insect larvae / कीटों के लार्वा को नष्ट करते हैं



Harmful Effects of Pesticides
कीटनाशकों के हानिकारक प्रभाव
1.
Excessive use may leave residues on fruits, vegetables and grains.
अधिक उपयोग से फलों, सब्जियों एवं अनाज में अवशेष रह सकते हैं।
2.
Exposure may cause skin irritation, headache, nausea and dizziness.
3.
Pesticides may pollute soil, water and air.
कीटनाशक मिट्टी, पामी एवं वायु को प्रदूषित कर सकते हैं।
4.
They may harm beneficial insects such as bees.
ये मधुमक्खियों जैसे लाभकारी कीटों को भी हानि पहुँचा सकते हैं।
5.
Improper handling can harm farmers, animals and the environment.
गलत तरीके से उपयोग किसानों, पशुओं एवं पर्यावरण के लिए हानिकारक हो सकता हैं।

Safe Use of Pesticides

कीटनाशकों का सुरक्षित उपयोग

1. 1. Use pesticides only in the recommended dose.

कीटनाशकों का उपयोग केवल अनुशंसित मात्रा में करें।

2. 2. Read the label and follow instructions carefully.

लेबल पढ़ें तथा निर्देशों का सावधानीपूर्वक पालन करें।

3. 3. Wear gloves, mask and protective clothing while spraying.

छिड़काव करते समय दस्ताने, मास्क एवं सुरक्षात्मक कपड़े पहनें।

4. 4. Do not eat, drink or smoke during pesticide application.

कीटनाशक प्रयोग के समय खाना, पीना या धूम्रपान न करें।

5. 5. Keep pesticides away from children, food and drinking water.

कीटनाशकों को बच्चों, भोजन एवं पीने के पानी से दूर रखें।

6. 6. Wash fruits and vegetables properly before eating.

फलों एवं सब्जियों को खाने से पहले अच्छी तरह धोएें।

Genetically Modified Foods

आनुवंशिक रूप से संशोधित खाद्य पदार्थ

Definition / परिभाषा

Genetically Modified (GM) foods are foods obtained from plants, animals or microorganisms whose genetic material (DNA) has been changed using modern biotechnology or genetic engineering.

आनुवंशिक रूप से संशोधित (GM) खाद्य पदार्थ वे खाद्य पदार्थ हैं, जो ऐसे पौधों, पशुओं या सूक्ष्मजीवों से प्राप्त होते हैं जिनकी आनुवंशिक सामग्री (DNA) को आधुनिक जैव-प्रौद्योगिकी या जेनेटिक इंजीनियरिंग द्वारा बदला गया है।

Purpose of GM Foods
GM खाद्य पदार्थों का उद्देश्य

1. To protect crops from insects, diseases and viruses.

फसलों को कीटों, रोगों तथा वायरस से बचाने के लिए।

2. To make crops tolerant to certain herbicides.

फसलों को कुछ खरपतवारनाशकों के प्रति सहनशील बनाने के लिए।

3. To improve crop yield and quality.

फसल की उपज एवं गुणवत्ता बढ़ाने के लिए।

4. To improve nutritional value or shelf life in some foods.

कुछ खाद्य पदार्थों में पोषण मूल्य या भंडारण अवधि बढ़ाने के लिए।

Advantages
लाभ

1. Reduced damage from insect pests.

कीटों से होने वाली क्षति कम हो सकती है।

2. Better crop production in suitable conditions.

उपयुक्त परिस्थितियों में फसल उत्पादन बढ़ सकता है।

3. May reduce the need for some insecticides in certain situations.

कुछ परिस्थितियों में कुछ कीटनाशकों की आवश्यकता कम हो सकती है।

4. Possibility of improved nutritional quality.

पोषण गुणवत्ता में सुधार की संभावना हो सकती है।

Examples of Genetically Modified Foods and Their Properties

आनुवंशिक रूप से संशोधित खाद्य पदार्थों के उदाहरण एवं गुण

GM Food / GM खाद्य पदार्थ	Modified Property / संशोधित गुण
Bt maize (corn) / बीटी मक्का	Resistant to certain insect pests. / कुछ कीटों के प्रति प्रतिरोधी होता है।
GM soybean / GM सोयाबीन	Tolerant to certain herbicides. / कुछ खरपतवारनाशकों के प्रति सहनशील होता है।
Virus-resistant papaya / वायरस-प्रतिरोधी पपीता	Protected against specific viral diseases. / विशेष वायरस जनित रोगों से सुरक्षा मिलती है।
Golden Rice / गोल्डन राइस	Developed to contain beta-carotene, a precursor of vitamin A. / इसमें बीटा-कैरोटीन विकसित किया गाया है, जो विटामिन A का पूर्वरूप है।
GM canola / GM कैनोला	Herbicide tolerance and improved oil characteristics in some varieties. / कुछ किस्मों में खरपतवारनाशक सहनशीलता तथा तेल के गुणों में सुधार।
GM potato / GM आलू	Some varieties are developed for reduced bruising or disease resistance. / कुछ किस्में चोट लगने से होने वाले कालेपन या रोगों के प्रति प्रतिरोध के लिए विकसित की जाती हैं।

Dietary Supplements
आहार अनुपूरक

Definition / परिभाषा

Dietary supplements are products taken to add nutrients or other beneficial substances to the normal diet. They may contain vitamins, minerals, herbs, amino acids, enzymes, probiotics, or fatty acids.

आहार अनुपूरक ऐसे उत्पाद हैं, जिन्हें सामान्य आहार में पोषक तत्व या अन्य उपयोगी पदार्थ जोड़ने के लिए लिया जाता है। इनमें विटामिन, खनिज, जड़ी-बूटियाँ, अमीनो अम्ल, एंजाइम, प्रोबायोटिक्स या फैटी एसिड हो सकते हैं।

Vitamins
विटामिन

Minerals
खनिज

Herbs
जड़ी-बूटियाँ

Amino Acids
अमीनो अम्ल

Enzymes
एंजाइम

Probiotics
प्रोबायोटिक्स

Fatty Acids
फैटी एसिड

They are available as tablets, capsules, powders, liquids, gummies, or nutrition bars.

ये टैबलेट, कैप्सूल, पाउडर, तरल, गमी या न्यूट्रिशन बार के रूप में उपलब्ध होते हैं।

Tablets
टैबलेट

Capsules
कैप्सूल

Powders
पाउडर

Liquids
तरल

Gummies
गमी

Nutrition Bar
न्यूट्रिशन बार

Examples / उदाहरण

Type / प्रकार	Examples / उदाहरण
Vitamin supplements / विटामिन अनुपूरक	Vitamin D, Vitamin B12, Vitamin C
Mineral supplements / खनिज अनुपूरक	Calcium, Iron, Zinc
Protein supplements / प्रोटीन अनुपूरक	Whey protein, Soy protein
Omega-3 supplements / ओमेगा-3 अनुपूरक	Fish oil, Algal oil
Herbal supplements / हर्बल अनुपूरक	Garlic, Ginseng, Echinacea
Probiotics / प्रोबायोटिक्स	Lactobacillus, Bifidobacterium
Amino acid supplements / अमीनो अम्ल अनुपूरक	L-Arginine, Branched-chain amino acids (BCAAs)
Joint-health supplements / जोड़ों के स्वास्थ्य हेतु अनुपूरक	Glucosamine, Chondroitin

Nutraceuticals
न्यूट्रास्यूटिकल्स

Definition / परिभाषा

Nutraceuticals are food-derived products or substances that provide nutritional benefits and may support health in addition to basic nourishment.

न्यूट्रास्यूटिकल्स भोजन से प्राप्त उत्पाद या पदार्थ हैं, जो मूल पोषण के अतिरिक्त स्वास्थ्य को सहारा देने वाले पोषण संबंधी लाभ प्रदान कर सकते हैं।

The term combines nutrition + pharmaceutical.

यह शब्द **nutrition + pharmaceutical** से मिलकर बना है।

Nutrition + Pharmaceutical → Nutraceuticals

Types and Examples / प्रकार एवं उदाहरण

Type / प्रकार	Examples / उदाहरण	Main Benefit / मुख्य लाभ
1 Functional foods / कार्यात्मक खाद्य पदार्थ	Oats, fortified milk, omega-3 eggs	अतिरिक्त पोषण लाभ प्रदान करते हैं।
2 Dietary fibre / आहार रेशा	Oats, wheat bran, psyllium husk	पाचन स्वास्थ्य में सहायक।
3 Probiotics / प्रोबायोटिक्स	Curd, yoghurt, Lactobacillus	आंतों के स्वास्थ्य में सहायक।
4 Prebiotics / प्रीबायोटिक्स	Banana, garlic, onion	लाभकारी आंत-जीवाणुओं की वृद्धि में सहायक।
5 Omega-3 fatty acids / ओमेगा-3 फैटी एसिड	Fish oil, flaxseed, walnuts	हृदय स्वास्थ्य के लिए उपयोगी हो सकते हैं।
6 Herbal nutraceuticals / हर्बल न्यूट्रास्यूटिकल्स	Turmeric/curcumin, garlic, ginseng	स्वास्थ्य-सहायक जैव सक्रिय पदार्थ प्रदान करते हैं।
7 Antioxidants / एंटीऑक्सीडेंट्स	Vitamin C, vitamin E, green tea, berries	ऑक्सीडेटिव तनाव से सुरक्षा में सहायक।
8 Protein nutraceuticals / प्रोटीन न्यूट्रास्यूटिकल्स	Whey protein, soy protein	पोषण एवं मांसपेशी-सहायता में उपयोगी।

Health Benefits of Food Supplements

खाद्य अनुपूरकों के स्वास्थ्य लाभ

1. 1. Help meet nutritional deficiencies.

पोषक तत्वों की कमी को पूरा करने में सहायक होते हैं।

2. 2. Support bone and teeth health.

हड्डियों एवं दाँतों के स्वास्थ्य को सहारा देते हैं।

3. 3. Help in normal blood formation.

सामान्य रक्त निर्माण में सहायक होते हैं।

4. 4. Support energy metabolism and reduce tiredness due to deficiency.

ऊर्जा चयापचय में सहायक होते हैं तथा कमी के कारण होने वाली थकान को कम करने में मदद कर सकते हैं।

5. 5. Support immune function.

प्रतिरक्षा तंत्र के सामान्य कार्य में सहायक होते हैं।

6. 6. Help maintain muscle health and body tissues.

मांसपेशियों एवं शरीर के ऊतकों के स्वास्थ्य में सहायक होते हैं।

7. 7. Support heart and brain health.

हृदय एवं मस्तिष्क स्वास्थ्य को सहारा दे सकते हैं।

8. 8. Promote digestive and gut health.

पाचन एवं आँतों के स्वास्थ्य को बढ़ावा देते हैं।

9. 9. Support healthy skin, hair and eyes.

त्वचा, बालों एवं आँखों के स्वास्थ्य में सहायक होते हैं।

10. 10. May support joint health and mobility.

जोड़ों के स्वास्थ्य एवं गतिशीलता को सहारा दे सकते हैं।

Drug–Food Interaction

औषधि–भोजन अंतःक्रिया

Definition / परिभाषा

A drug–food interaction occurs when a food, drink, or nutrient changes the absorption, action, metabolism, or side effects of a medicine.

औषधि–भोजन अंतःक्रिया तब होती है, जब कोई भोजन, पेय या पोषक तत्व दवा के अवशोषण, प्रभाव, चयापचय या दुष्प्रभावों को बदल देता है।

Common Examples / सामान्य उदाहरण

Drug / दवा	Food or Drink / भोजन या पेय	Effect / प्रभाव
Warfarin / वारफ़ारिन	Vitamin K-rich foods: spinach, broccoli, cabbage / पालक, ब्रोकोली, पत्तागोभी	Vitamin K may reduce the blood-thinning effect if intake changes suddenly. / विटामिन K का सेवन अचानक बदलने पर दवा का रक्त-पतला करने वाला प्रभाव कम हो सकता हैं।
Tetracycline or ciprofloxacin / टेट्रासाइक्लिन या सिप्रोफ्लॉक्सासिन	Milk, calcium or iron supplements / दूध, कैल्शियम या आयरन अनुपूरक	These may reduce drug absorption. / ये दवा का अवशोषण कम कर सकते हैं।
Levothyroxine / लेवोथायरोक्सिन	Calcium, iron, soy products, high-fibre foods / कैल्शियम, आयरन, सोया उत्पाद, अधिक फाइबर	These can reduce absorption; it is usually taken on an empty stomach. / ये अवशोषण कम कर सकते हैं; इसे सामान्यत: खाली पेट लिया जाता हैं।
Some statins / कुछ स्टैटिन	Grapefruit juice / ग्रेपफ्रूट जूस	May increase drug level and side effects. / दवा का स्तर एवं दुष्प्रभाव बढ़ सकते हैं।
MAO inhibitors / MAO अवरोधक	Tyramine-rich foods: aged cheese, fermented foods / पुराना चीज़, किण्वित खाद्य पदार्थ	May cause a dangerous rise in blood pressure. / रक्तचाप खतरनाक रूप से बढ़ सकता हैं।
Metronidazole or sedatives / मेट्रोनिडाजोल या शांतिदायक दवाएँ	Alcohol / अल्कोहल	May cause severe nausea, dizziness, or excessive drowsiness. / तेज मतली, चक्कर या अत्यधिक नींद हो सकती हैं।

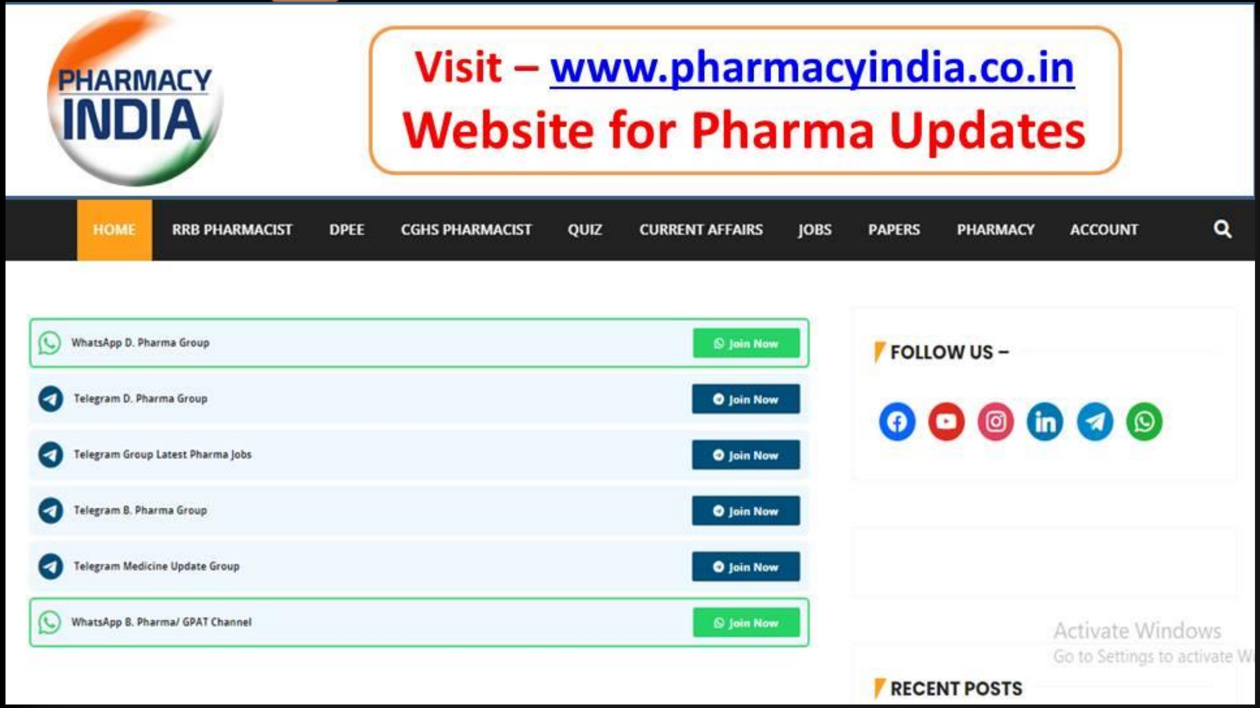
Frequently Asked Questions

- What is food safety? Mention any two basic principles of food safety.
  खाद्य सुरक्षा क्या है? खाद्य सुरक्षा के कोई दो मूल सिद्धांत लिखिए।
- Define food adulteration. Give any two examples of common food adulterants.
  खाद्य मिलावट की परिभाषा लिखिए। सामान्य खाद्य मिलावट के कोई दो उदाहरण दीजिए।
- Write any two harmful effects of artificial ripening of fruits on health.
  फलों को कृत्रिम रूप से पकाने के स्वास्थ्य पर होने वाले कोई दो हानिकारक प्रभाव लिखिए।
- What are pesticides? Mention two uses and two safety precautions during their use.
  कीटनाशक क्या हैं? इनके दो उपयोग तथा प्रयोग के समय दो सावधानियाँ लिखिए।
- What are genetically modified foods? Also state the indications/benefits of dietary supplements or nutraceuticals and give one example of a drug–food interaction.
  आनुवंशिक रूप से संशोधित खाद्य पदार्थ क्या हैं? साथ ही आहार अनुपूरक या न्यूट्रास्यूटिकल्स के उपयोग/लाभ लिखिए तथा औषधि–भोजन अंतःक्रिया का एक उदाहरण दीजिए।

THANK YOU!

Visit – pharmacyindia.co.in

- Get Latest Updates
- Quizzes
- Daily Job Updates
- Previous Year Papers
- Current Affairs
- Subjective Blogs
- College Details



PHARMACY INDIA
STAR BTEUP
1ST YEAR CHAPTER WISE QUESTION BANK & SOLVED PAPERS
STAR BTEUP Diploma in Pharmacy PHARMACEUTICS 1st Year
STAR BTEUP Diploma in Pharmacy SOCIAL PHARMACY 1st Year
STAR BTEUP Diploma in Pharmacy PHARMACEUTICAL CHEMISTRY 1st Year
STAR BTEUP Diploma in Pharmacy HUMAN ANATOMY AND PHYSIOLOGY 1st Year
STAR BTEUP Diploma in Pharmacy PHARMACOGNOSY 1st Year
ORDER NOW!
CASH ON DELIVERY
AVAILABLE ON
amazon Flipkart meesho
6395596959
8006781759

PHARMACY INDIA

COD AVAILABLE ON

Flipkart amazon meesho

Contact for any Query - 6395596959

GET IT ON Google Play

PHARMACY INDIA
www.pharmacyindia.co.in

DOWNLOAD PHARMACY INDIA
MOBILE APP
FROM PLAY STORE

DAILY UPDATES

जुड़िए PHARMACY INDIA

के साथ.......

WHATSAPP & TELEGRAM SE JUDNE KE LIYE QR CODE KO SCAN KAREIN