

Tocsinau Planhigion

Mae tocsinau planhigion yn gallu ymddangos mewn cnydau bwyd, ac er mwyn sicrhau ein bod yn cadw bwyd yn ddiogel, mae deddfwriaeth a chanllawiau ar waith ar docsinau planhigion. Rydym ni hefyd yn darparu canllawiau pellach ar syanid mewn cnewyll bricyll amrwd ac opiwm alcaloidau mewn hadau pabi.

Mae tocsinau planhigion yn bresennol yn naturiol mewn rhai rhywogaethau planhigion penodol, ac yn gyffredinol cânt eu cynhyrchu gan blanhigion fel mecanwaith amddiffynnol. Weithiau, mae planhigion â'r tocsinau hyn yn ymddangos fel chwynn mewn cnydau bwyd, sy'n golygu bod modd cymysgu'r hadau neu'r dail yn ddamweiniol â'r prif gnwd wrth gynaeafu. O achos hyn, gellir canfod lefelau isel o'r tocsinau hyn mewn grawnfwydydd, cynhyrchion llysieuol, te, cnydau salad a chynhyrchion anifeiliaid. Mae enghreifftiau cyffredin yn cynnwys alcaloidau pyrrolizidine ac alcaloidau tropan.

Mae rhai tocsinau eraill yn gyfansoddion naturiol o gynhyrchion planhigion megis asid erwsig mewn rhai olewau, asid hydrocyanig mewn cnewyll bricyll ac alcaloidau opiwm mewn planhigion pabi.

Deddfwriaeth

Er mwyn diogelu defnyddwyr, mae lefelau uchaf a ganiateir wedi'u sefydlu ar gyfer rhai o'r tocsinau hyn yn Rheoliad yn [Rheoliad 1881/2006](#).

Canllawiau

Mae rhywfaint o ganllawiau wedi'u darparu i'r diwydiant, gan gynnwys ffermwyr, i'w cynghori ar arferion agronomig i helpu i leihau halogiad cynhyrchion bwyd â thocsinau planhigion, ac felly yn sicrhau diogelwch y bwyd. Mae Codex wedi cynhyrchu [canllawiau ar leihau halogiad o alcaloidau pyrrolizidine ac alcaloidau opiwm](#).

Syanid mewn cnewyll bricyll amrwd

Mae syanid yn docsin gwenwynig sy'n gallu achosi cyfog, gwres, cur pen, insomnia, syched, syrthni (lethargy), nerfusrwydd, poen yn y cymalau a'r cyhyrau, pwysedd gwaed yn disgyn, ac mewn achosion prin, fe all ladd.

Mae cnewyll bricyll amrwd yn cynnwys y sylwedd naturiol amygdalin - glycosid syanogenig sy'n arwain at ryddhau syanid wrth dreulio'r cnewyll yng ngholuddion pobl.

Ni ddylid gwerthu cnewyll bricyll amrwd heb eu prosesu, o'r amrywiaethau chwerw na melys, i'w bwyta gan bobl, oni bai bod y lefelau syanid yn cydymffurfio â'r lefelau uchaf a ganiateir yn ôl y deddfwriaeth, sef 20mg/kg. Mae'r Rheoliad hefyd yn nodi mai cyfrifoldeb gweithredwr y busnes bwyd yw darparu tystiolaeth bod lefelau syanid mewn cnewyll bricyll a roddir ar y farchnad yn cydymffurfio â'r lefel uchaf a ganiateir.

Mae hyn yn cynnwys cnewyll bricyll sy'n ymddangos yn y fformatau hyn:

- wedi'u torri
- heb eu prosesu

- cyfan
- wedi'u malu
- wedi'u melino
- wedi'u cracio

Bydd cnewyll bricyll wedi'u prosesu a ddefnyddir fel cyflasyn neu gynhwysyn mewn rhai bwydydd e.e. persipan, wedi cael eu trin â gwres, sy'n lleihau lefelau syanid.

Os oes llwythi o gnewyll bricyll sydd i fod i gael eu prosesu ymhellach e.e. i weithgynhyrchu persipan, dylai'r mewnforiwr ddarparu tystiolaeth glir o'i ddefnydd bwriadedig un ai ar y label neu ar bob bag/blwch unigol, neu yn y dogfennau gwreiddiol sy'n cyd-fynd â'r cynnyrch.

[View Diweddariad ar gyngor i weithredwyr busnesau bwyd ar werthu cnewyll bricyll a chnau almon chwerw as PDF](#) (150.12 KB)

Alcaloidau opiw mewn hadau pabi

Cesglir hadau pabi o'r planhigyn pabi opiw sy'n cynnwys alcaloidau narcotig megis codein a morffin.

Nid yw hadau pabi yn cynnwys alcaloidau opiw, neu maent yn eu cynnwys ar lefelau isel iawn yn unig, ond gellid eu halogi ag alcaloidau o ganlyniad i ddifrod gan bryfaid, neu drwy halogi'r hadau'n allanol drwy gynaeafu, lle mae gronnau o lwch o'r gwellt (gan gynnwys wal y capsawl) yn glynu i'r hadau.

Mae'n hysbys bod arferion amaethyddol da yn lleihau lefelau alcaloidau opiw mewn hadau pabi. Yn ogystal, mae dulliau prosesu pellach megis golchi, gwlychu â d?r, malu a thrin â gwres yn lleihau'r lefelau, ac mae'r Comisiwn Ewropeaidd wedi cyhoeddi Argymhelliad y Comisiwn (UE) 2014/662 [Arferion da i atal a lleihau presenoldeb alcaloidau opiw mewn hadau pabi a chynhyrchion hadau pabi](#).

Cytunwyd hefyd ar lefel darged o 10mg/kg ar gyfer presenoldeb morffin mewn hadau pabi a roddir ar y farchnad i'r defnyddiwr terfynol.

Bydd y lefel darged hon yn berthnasol i hadau pabi a roddir ar y farchnad ar bob cam o'r gadwyn fwyd, oni bai bod eu labeli yn awgrymu'r canlynol:

- bod angen eu trin yn ffisegol i leihau lefel yr alcaloidau opiw cyn eu bwyta gan bobl
- cyn eu defnyddio fel cynhwysyn mewn bwyd.

Caiff triniaethau ffisegol ei disgrifio yn Argymhelliad y Comisiwn (UE) [2014/662](#).