

ПАМЯТКА - ОСТОРОЖНО, ЯДОВИТЫЙ ГРИБ!

Отравление грибами – довольно распространенный вид среди пищевых отравлений. Это объясняется массовостью сбора грибов, неумением отличать ядовитые грибы от съедобных, недостаточно тщательной обработкой своей лесной добычи.

Бледная поганка – самый ядовитый и опасный гриб, вызывающий смертельное отравление. Грибники часто путают ее с шампиньонами и сыроежками. Известны три разновидности бледной поганки: белая, желтая и зеленая. Она содержит фаллоидин – сложное по химическому строению вещество. Количество фаллоидина, содержащееся в одной поганке, достаточно, чтобы вызвать смертельное отравление у двоих человек. Отваривание, засол, сушка не уничтожают ядовитых свойств поганки. Симптомы появляются через 6–8 часов и более после поступления яда в организм. Возможны неукротимая рвота, коликообразные боли в животе, судороги. Наступает коматозное состояние (потеря сознания). На 2-3 день развивается печеночная болезнь и почечная недостаточность.

Отравление **мухомором** наступает спустя 30–40 минут. Признаки отравления: усиленное потоотделение, слюноотделение, сужение зрачков. Иногда появляется коматозное состояние.

Ложные опята искусно маскируются под опята. Но при внимательном рассмотрении у ложного опенка можно заметить более яркий, с ярко-желтыми или красноватыми оттенками цвет шляпки. Окраска шляпки настоящего опенка более скромная, густо покрыта мелкими темными чешуйками, направленными от середины к краю. Очень важное отличие настоящего опенка от ложного – белая пленка, связывающая край шляпки гриба с ножкой; цвет пластинок: у настоящего опенка они почти белые, у ложного – бурые или коричневые. При отравлении этими грибами может возникнуть гастроэнтерит (воспаление желудочно-кишечного тракта), сопровождающееся тошнотой, рвотой, коликообразными болями.

Чаще всего бывает отравление условно съедобными грибами – **волнушками, свинушками**. Они возникают вследствие неумелого их приготовления (такие грибы перед жарением следует отмачивать и отваривать). Признаки отравления – тошнота, рвота, понос – наступают вскоре после употребления грибов. Выздоровление при своевременно оказанной помощи наступает обычно через сутки.

Можно отравиться и съедобными грибами. В **старых грибах** наряду с полезными веществами часто имеются продукты разложения

белков, вредные для организма человека. Кроме того, в них нередко бывают насекомые и черви, которые выделяют ядовитые вещества (перед варкой или жарением грибы тщательно чистят и моют). Причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные грибы. Ни в коем случае нельзя мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде, т.к. велика опасность отравления цинком.

Первая помощь при пищевых отравлениях: промывание желудка, употребление активированного угля и слабительного (через 1-4 ч.).

СОВЕТЫ ГРИБНИКУ

1. Собирайте только те грибы, о которых Вы точно знаете, что они съедобны.

2. Грибы, которые Вы не знаете или которые вызывают сомнения, не следует употреблять в пищу и пробовать на вкус, тем более в сыром виде.

3. Никогда не собирайте и не ешьте грибы, которые у основания ножки имеют клубневидное утолщение, окружённое оболочкой и не пробуйте их на вкус.

4. Когда Вы собираете грибы, старайтесь их брать с целой ножкой, чтобы не упустить из вида важный признак, указанный в предыдущем правиле.

5. Если Вы собираете шампиньоны, обращайтесь особое внимание на цвет пластинок. У съедобных шампиньонов пластинки быстро розовеют, а затем темнеют. У ядовитой бледной поганки, похожей по внешнему виду на шампиньоны, пластинки всегда белого цвета.

6. Собирая опять, не путайте их с ложными. У настоящего опенка пластинки светлые, под шляпкой белая пленка.

7. Никогда не собирайте и не ешьте грибы перезрелые, червивые и испорченные.

8. Не ешьте грибы в сыром виде.

9. Принесённые домой грибы должны быть в тот же день разобраны по отдельным видам и вновь тщательно просмотрены. Все сомнительные, перезрелые, дряблые грибы нужно выбросить! Нижнюю часть ножки, загрязнённую землёй, срезают, а грибы тщательно очищают от песка и сора.

10. Грибы должны быть подвергнуты кулинарной обработке в день сбора или не позднее следующего утра.

11. Не верьте распространённому мнению о том, что ядовитые грибы вызывают потемнение луковицы или серебряных предметов, если их опустить в воду, в которой варятся грибы. Это заблуждение!

12. Если с вами дети, следите за тем, чтобы они не собирали мухоморы и другие приметные, но ядовитые грибы.

13. Не собирайте грибы в городских парках, скверах, дворах, вдоль автомобильных и железных дорог. Грибы накапливают ядовитые вещества и становятся непригодными в пищу.

При засолке и мариновании грибов тщательно очищайте их и проваривайте; в засол и маринад добавляйте достаточное количество соли и уксуса.

Не закрывайте банки герметическими крышками – при этом создаются условия для размножения ботулинической палочки.

При первых признаках отравления необходимо срочно обращаться за медицинской помощью!!!