«Тихая охота»

30.08.2021

Наступила долгожданная пора для любителей сбора грибов. Сбор грибов – это большое удовольствие: побродить по лесу, подышать свежим лесным воздухом, наглядеться на красоту растений, да ещё принести домой корзинку крепких, вкусных грибов.

Грибы являются продуктом, трудно перевариваемым в кишечнике. Не рекомендуется употреблять грибы беременным и кормящим женщинам, они противопоказаны детям, причём независимо от способа и времени приготовления, а также пожилым людям.

Отравление грибами может произойти как от ядовитых грибов – мухоморов, бледных поганок, ложных опят, но и от съедобных грибов, если они испорчены: покрыты слизью, долго хранились. Часто причиной отравления грибами становится их неправильная кулинарная обработка. Так, условно съедобные грибы перед кулинарной обработкой должны подвергаться варке с удалением отвара или вымачиванием в проточной воде.

Для того чтобы избежать отравления грибами, необходимо соблюдать определенные правила: нельзя собирать грибы в черте города, вдоль автомобильных и железных дорог, вблизи промышленных предприятий, ввиду интенсивного накопления в грибах токсичных веществ; не собирать и не покупать на рынке переросши , поврежденные личинками и плесенью грибы; заготавливать впрок только молодые грибы , не нужно откладывать обработку грибов, так как этот продукт скоропортящийся; перед отвариванием тщательно мыть грибы от частичек песка и почвы; воду после отваривания обязательно сливать; не покупать на рынке сухие грибы, грибную икру и различные салаты с грибами; не покупать грибы с рук, особенно в местах несанкционированной торговли.  Солить, сушить, мариновать каждый вид грибов следует отдельно. При сборе грибов помните, если сомневаетесь в съедобности или качестве гриба проходите мимо, ведь почти у каждого съедобного гриба есть ядовитый двойник.

Если руководствоваться этими простыми рекомендациями, то можно предотвратить отравление. Вернемся к ядовитым грибам, даже кипячение не разрушает ядовитых веществ, находящихся в них. Наиболее ядовита бледная поганка – смертельное отравление может произойти даже от одного гриба. Часто путают бледную поганку с шампиньоном или зелёной сыроежкой. У шампиньона пластинки снизу шляпки розовые или сиреневатые. А у поганки всегда белые. Главным же отличием бледной поганки является наличие у основания дополнительной оболочки – ножка растёт словно из горшочка, на ножке гриба, ближе к шляпке, находится кольцо. Цвет шляпки у бледной поганки белый или бледно-зелёный, середина шляпки более тёмная.

Нельзя пробовать на вкус сырой гриб, даже если он по запаху похож на съедобный. Отведав такого кушанья, человек через 3-12 часов внезапно заболевает: возникает резкая спастическая боль по всему животу, тошнота, неукротимая рвота, головная боль и головокружение. Организм реагирует по-разному на разный вид отравляющих веществ. Если в пищу попал мухомор, под действием содержащегося в нем мускарина и других алкалоидов, развивается сужение зрачков, близорукость, урежение частоты сердечных сокращений, может развиться нарушение дыхания, резкое снижение артериального давления. При тяжёлом отравлении грибами могут быть бред, галлюцинации, судороги. При отравлении бледной поганкой в начальном периоде интоксикации больные взволнованны и беспокойны. Если больному не оказать помощь, состояние его будет быстро ухудшаться и может закончиться смертельно.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ?

Главное правило – как только вы обнаружили, что у вас или у ваших близких произошло отравление грибами, немедленно вызывайте скорую помощь!

Будьте внимательны и соблюдайте правила при сборе грибов!!!  
Тогда вы получите не только удовольствие от их сбора, но и полакомитесь вкусным блюдом!

*Материал подготовили врач-эпидемиолог, инструктор-валеолог ГУ «Дятловский райЦГЭ» Николай Николаевич Дедович, Наталья Ивановна Юреня*