

Профилактика отравлений весенними грибами



Сморчок

Строчок

В связи с наступлением теплой погоды, начался грибной сезон массового сбора и продажи населением первых весенних грибов - сморчков и строчков, а это значит, что самое время напомнить о правилах профилактики отравлений, связанных с употреблением грибов в пищу.

Строчки обыкновенные внесены в перечень ядовитых и несъедобных грибов.

Сморчок (конический, обыкновенный) относится к условно съедобным грибам.

Эти грибы перед употреблением в пищу обязательно требуют предварительной обработки. В строчках содержится сильный яд гиromитрин, который не разрушается и не переходит в отвар даже при длительном их кипячении.

Чтобы сморчок обыкновенный не был ошибочно принят за строчок, очень важно знать и хорошо различать их ботанические признаки. У строчка шляпка бесформенная по внешнему виду, поверхность волнисто-лопостная, отдаленно напоминающая ядро грецкого ореха, в то время как у сморчка – шляпка конусовидная (яйцевидно-круглая), сетчато-ячеистая, напоминающая пчелиные соты.

Для того чтобы избежать отравлений, нужно соблюдать элементарные правила профилактики:

1. не берите в корзину неизвестные, сомнительные грибы, а также переросшие, дряблые, поврежденные личинками, слизнями и плесенью, червивые и ломаные грибы;
2. сморчки и строчки очень схожи по внешнему виду и их трудно отличить, поэтому воздержитесь от их сбора;
3. не стоит пренебрегать правилами приготовления условно съедобных грибов: тщательно очищенные, промытые и нарезанные грибы кипятят в воде два раза. Отвар при этом выливают, не пробуя, так как в него во время варки переходят ядовитые вещества. После окончания варки грибы необходимо промыть, отжать и только после этого можно использовать для приготовления грибных блюд;
4. нельзя солить сморчки в свежем виде;
5. не пробуйте грибы во время сбора;
6. грибы должны быть исключены из рациона детей, беременных, а также лиц с болезнями печени, нарушением обмена веществ, пожилых людей;



7. нельзя покупать на рынках грибную икру, грибные салаты, соления из фрагментов грибов, грибные консервы, закрытые крышками в домашних условиях.

Помните! Даже съедобные грибы при неправильном приготовлении и хранении могут причинить вред Вашему здоровью.

Будьте здоровы!

Помощник врача-гигиениста СЭО Луня О.И.

Помощник врача-гигиениста СЭО Радиевская О.Ю.