

# ПРОФИЛАКТИКА отравления грибами в весенний период



При сборе и покупке грибов обязательно обращайтесь внимание на их внешний вид, при этом если есть хоть малейшие сомнения в съедобности грибов – откажитесь от употребления их в пищу.

И наконец, последний совет – не злоупотребляйте пищей из грибов. Не забывайте, что грибы – белковый продукт с большим содержанием клетчатки, переваривается с трудом. Не ешьте много грибов на ночь, при обработке сырых грибов старайтесь их помельче нарезать, измельчить, побольше используйте грибной порошок из высушенных грибов. Не рекомендуется есть грибы беременным и кормящим женщинам, также они противопоказаны детям до 8 лет. В случае отравления необходимо как можно быстрее обратиться за помощью в лечебное учреждение и не заниматься самолечением.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь  
Государственное учреждение «Лепельский районный  
центр гигиены и эпидемиологии»  
Г. Лепель, ул. Войкова, 69а  
Автор: Журавлева Г.И.  
Редактор: Коротчик-Лаская В.А.  
Тираж: 200 экз.

Май 2022

Отравления грибами весной встречаются нередко и иногда заканчиваются трагически.

В случае отравления грибами важно оказать первую помощь. При любом, даже легком отравлении грибами надо немедленно обратиться к врачу, вызвать скорую помощь, так как жизнь отравившихся лиц грибами во многом зависит от своевременности оказания специализированной медицинской помощи.

В качестве первой помощи до прихода врача нужно попытаться вывести из организма ядовитые вещества, для чего следует промыть желудок заболевшего.

Для уменьшения обезвоживания организма и жажды, сопровождающих отравление грибами, следует давать больному пить холодную, слегка подсоленную воду, холодный крепкий чай, молоко.

Чтобы избежать отравления, надо хорошо знать основные признаки ядовитых и несъедобных грибов и придерживаться правила – никогда не брать в пищу неизвестные грибы.



### **Отравление грибами можно разделить на несколько типов:**

Отравление наиболее опасными грибами, содержащими ядовитые вещества (бледная поганка, мухоморы). Первые признаки отравления проявляются через 6-24 часа, реже через 48 часов. Примерно через 3 дня наступает кажущееся облегчение. Однако вскоре проявляется желтуха, и большой умирает от нарушения функции печени.

Отравление грибами-двойниками (ядовитые грибы очень похожие на съедобные – ложные опята, желчный гриб). Ложные опята отличаются от съедобных по цвету пластинок. Так, у ложного серо-желтого опенка пластинки серо-желтые, у кирпично-

красного – беловато-кремовые пластинки, которые быстро темнеют и становятся лиловыми, черными. Желчный гриб – двойник белого гриба, отличается тем, что при разрезе мякоть розовеет, гриб очень горький на вкус.

Отравление грибами, вызывающими желудочные и кишечные расстройства (шампиньоны, сырые волнушки, млечник). Первые признаки отравления наступают через 30 минут, при этом ощущается тошнота, головная боль, желудочные колики, рвота, понос.

Отравление условно-съедобными грибами (дождевики, сморчки, строчки и т.д.), которые требуют дополнительной специальной обработки перед употреблением в пищу. Такие грибы следует нарезать, промыть, кипятить в течение 10-15 минут, после чего отвар сливается, грибы повторно промываются, отжимаются и только после этого готовятся.

Отравления перезревшими и подсыхшими грибами. Собирать такие грибы не рекомендуется, так как они могут содержать вредные вещества.