

Обережно – ГРИБИ!



Гриби– це дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування, який може призвести до отруєння, а іноді й смерті. Отруєння організму викликають токсини, алкалоїди та сполучення важких металів, які містяться в грибах.

Основні причини отруєнь:

- Вживання отруйних грибів;
- Вживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації (навіть білі гриби і підберезники мають своїх небезпечних двійників) ;
- Неправильне приготування умовно їстівних грибів;
- Вживання старих або зіпсованих їстівних грибів.

Симптоми отруєння: нудота, блювота, біль у животі, посилене потовиділення, зниження артеріального тиску, судоми, мимовільне сечовиділення, проноси, розвиток симптомів серцево-судинної недостатності. Первинні ознаки отруєння (нудота, блювота, біль у животі, пронос) – з'являються через 1-4 години після вживання грибів, в залежності від виду гриба, віку та стану здоров'я потерпілого, кількості з'їдених грибів. Біль та нападки нудоти повторюються декілька разів через 6-48 годин, а смерть настає через 5-10 днів після отруєння.

Перша допомога при отруєнні грибами:

1. Викличте “Швидку медичну допомогу”;
2. Одночасно, не очікуючи її прибуття, промийте шлунок: випийте 5-6 склянок кип'яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки; нажміть пальцями на корінь язика, щоб викликати блювоту; прийміть активоване вугілля (4-5 пігулок), коли промивні води стануть чистими.
3. Дайте випити потерпілому міцний чай, каву, або злегка підсолену воду, відновивши тим самим водно-сольовий

баланс; покладіть на живіт і до ніг потерпілого грілки для полегшення його стану.

4. З'ясуйте, хто вживав разом із постраждалим гриби, проведіть аналогічні профілактичні заходи.

При отруєнні забороняється:

Вживати будь-які ліки та їжу, а надто ж алкогольні напої, молоко, – це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишечнику. Забороняється займатися будь-якими іншими видами самолікування.

ЩОБ НЕ ОТРУЇТИСЯ ГРИБАМИ:

Не збирайте гриби:

- Якщо не впевнені, що знаєте їх, – якими б апетитними вони не здавалися;
- Поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, в хімічно та радіаційно небезпечних зонах;
- Невідомі, особливо з циліндричною ніжкою, у основі якої є потовщення “бульба”, оточене оболонкою; з ушкодженою ніжкою, старі, в'ялі, червиві або ослизлі;
- Ніколи не збирайте пластинчаті гриби, отруйні гриби маскуються під них;
- “Шампінйони” та “печериці”, у яких пластинки нижньої поверхні капелюшка гриба білого кольору.

Застерігаємо!

v Купуйте гриби тільки у відведених для їх продажу місцях (магазинах, теплицях, спеціалізованих кіосках), особливо уникайте стихійних ринків.

v Збирайте і купуйте тільки гриби, про які вам відомо, що вони їстівні.

v Не порівнюйте зібрані чи придбані гриби із зображеннями в

різних довідниках, – вони не завжди відповідають дійсності.

v Не куштуйте сирі гриби на смак.

v Ще раз перевірте вдома гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні – викидайте! Нижню частину ніжки гриба, що забруднена ґрунтом, – викидайте!

v Гриби промийте, у маслюків та мокрух зніміть з капелюшка слизьку плівку.

v Гриби підлягають кулінарній обробці в день збору, інакше в них утворюється трупна отрута.

v При обробці кип'ятіть гриби 7-10 хвилин у воді, після чого відвар злийте. Лише тоді гриби можна варити або смажити.

v Обов'язково вимочіть або відваріть умовно їстівні гриби, які використовують для соління, – грузді, вовнянки та інші, котрі містять молочний сік, тим самим позбудетесь гірких речовин, які уражають слизову оболонку шлунку.

v Не пригощайте ні в якому разі грибами дітей, літніх людей та вагітних жінок.

v Гриби (зеленушка, синяк-дубовик, та деякі інші) містять отруйні речовини, які у шлунку не розчиняються. У взаємодії із алкоголем отрута розчиняється та викликає бурхливе отруєння.

v Значна кількість грибів, які досі вважались їстівними, містять мікродози отруйних речовин. Якщо вживати їх декілька днів підряд – також може статись отруєння.

v Суворо дотримуйтеся правил консервування грибів. Неправильно приготовлені консервовані гриби можуть викликати дуже важке захворювання – ботулізм.

УВАГА! ХИБНІ ТВЕРДЖЕННЯ! НЕ ВІРТЕ ЇМ:

“Усі їстівні гриби мають приємний смак, а отруйні – неприємний”.

“Усі гриби в молодому віці їстівні”.

“Личинки комах, черви й равлики не чіпають отруйних грибів”.

“Опущена у відвар грибів срібна ложка або срібна монета чорніє, якщо в каструлі є отруйні гриби”.

“Цибуля або часник стають бурими, якщо варити їх разом з грибами, серед яких є отруйні”.

“Отрута з грибів видаляється після кип'ятіння протягом кількох годин”.

“Сушка, засолювання, маринування, теплова кулінарна обробка знешкоджують отруту в грибах”.

Запам'ятайте: Отруєння грибами дуже важко піддається лікуванню!

Не збирайте та не їжте гриби зовсім! Без грибів можна прожити!