

## **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*, в безвредности которых вы уверены.
2. Перед кулинарной обработкой тщательно *переберите грибы*, выбросьте старые, червивые и подозрительные.
3. Собирая шампиньоны, особое внимание обратите на цвет пластинок, он должен быть от розоватого до буро-коричневого (у бледной поганки цвет пластинок белый).
4. Собирая опята, не путайте их с ложными (у настоящего опенка пластинки светлые, под шляпкой белая пленка).
5. Если с вами дети, следите за тем, чтобы они не собирали мухоморы и другие приметные, но ядовитые грибы. Не пробуйте сырых грибов, особенно если в них сомневаетесь.