ПОГОДЖЕНО
Заступник з навчально виховної роботи
_____
«___»_____20 р

Гриби

Мета. Наголосити учням на небезпеку, яку несе самостійне збирання грибів та диких ягід. Розповісти про симптоми отруєнь та першу допомогу при отруєнні грибами

Настійно радимо всім! Не збирайте та не їжте гриби зовсім. Без грибів можна прожити.

Останніми роками реєструється значна кількість нещасних випадків, пов'язаних із вживанням грибів.

Гриби - це дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування. який може привести до отруєння, а іноді й смерті. Отруєння організму викликають токсини, алкалоїди то сполучення важких металів, які містяться в грибах. Прикро, що багато людей висновки робить лише. на основі свого гіркого досвіду.

Основні причини отруєнь:

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

Симптоми отруєння: нудота, блювання, біль у животі, посилене потовиділення, знижується артеріальний тиск, судоми, мимовільне сечовиділення, проноси, розвиваються симптоми серцево-судинної недостатності.

Щоб запобігти отруєння грибами, ми рекомендуються наступні заходи та правила, які необхідні для виконання кожній людині, дотримуйтесь їх.

Застереження:

* Купуйте гриби тільки у відведених для їх продажу місцях (магазинах, теплицях, спеціалізованих кіосках), особливо уникайте купівлі на стихійних ринках.

* Збирайте і купуйте тільки такі гриби, про які вам добре відомо, що вони їстівні.

* Не збирайте гриби, якщо не впевнені, що знаєте їх - якими б апетитними на вигляд вони не здавалися.

* Не збирайте гриби поблизу транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, в хімічно та радіаційно небезпечних зонах. Перевірте, при можливості, гриби на радіоактивність.

* Не збирайте невідомих грибів, особливо з циліндричною ніжкою, у основі якої є потовщення "бульба", оточене оболонкою.

* Не збирайте грибів з ушкодженою ніжкою, старих, в'ялих, червивих або ослизлих.

* Ніколи не збирайте пластинчаті гриби. Отруйні гриби маскуються під них.

* Не збирайте "шампіньйони" та "печериці", у яких пластинки нижньої поверхні капелюха гриба білого кольору.

* Не порівнюйте зібрані чи придбані гриби із зображеннями в різних довідниках, - вони не завжди відповідають дійсності.

* Не куштуйте сирі гриби на смак.

* Ще раз перевірте вдома принесені гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні - сміливо викидайте. Нижню частину ніжки гриба, що забруднена грунтом — викидайте. Гриби ретельно промийте, у маслюків та мокрух зніміть з капелюшка слизьку плівку.

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

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

* 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.

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

* 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.

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

* Суворо дотримуйтеся правил консервування грибів. Неправильно приготовлені консервовані гриби можуть викликати дуже важке захворювання — ботулізм. Гриби, які довго зберігалися, обов'язково прокип'ятіть 10-15 хвилин.

УВАГА! Ні в якому разі не довіряйте таким помилковим тлумаченням:

* "Усі їстівні гриби мають приємний смак."
* "Отруйні гриби мають неприємний запах, а їстівні –приємний."
* "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, мариндування, теплова кулінарна обробка знешкоджують отруту в грибах".

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, негайно 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. Після надання первинної допомоги: дайте випити

потерпілому міцний чай, каву, або злегка підсолену воду,

відновіть тим самим водно-сольовий баланс; покладіть на живіт

і до ніг потерпілого грілки для полегшення його стану.

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

Забороняється:

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

Запам'ятайте:

Отруєння грибами дуже важко піддається лікуванню. Врятування життя потерпілого залежить від своєчасного надання йому допомоги. Краще недорахувати кількох грибів у кошику, ніж поставити під загрозу здоров'я, а інколи й життя своєї родини та своє власне життя.

- У лісі, особливо навесні, багато кліщів, які можуть причепитися до тіла. Якщо вас вкусив кліщ, потрібно не пробувати його виколупувати, а якнайшвидше звернутися в лікарню.

Питання на закріплення:

1. Які основні причини отруєння грибами?
2. Які симптоми отруєння грибами?
3. Яка перша допомога при отруєнні грибами?