

ПАМ'ЯТКА ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ ОТРУЄНЬ ГРИБАМИ

Розпочався осінній грибний сезон. Зараз з'явилася величезна кількість самих різних грибів, як їстівних, так і не дуже.

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 та 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).

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

- Збирайте і купуйте тільки гриби, про які вам відомо, що вони їстівні.
- 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, старих, в'ялих, червувих або ослизливих;
- ніколи не збирайте пластинчаті гриби, отруйні гриби маскуються під них.
- 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 гриби, особливо ті, які збирали діти. Усі сумнівні -викидайте.
- 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.
- Не пригощайте ні в якому разі грибами дітей, літніх людей та вагітних жінок.
- 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.
- 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.

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.

Настійно радимо всім бути обережними при вживанні та збиранні грибів!