



В поточному році, незважаючи на застереження щодо небезпеки отруєння дикорослими грибами, доступність інформації про це, про правила збору, зберігання, приготування та вживання грибів зареєстровано 5 випадків отруєння дикорослими грибами з 6-ма потерпілими.

Збір грибів в Україні дуже популярний як вид активного відпочинку. Прогулюючись лісом, вдихаючи свіже повітря і насолоджуючись природною красою навколо себе.

Але не всі відпочиваючі пам'ятають, що взагалі гриби поділяються на їстівні, умовно-їстівні та отруйні. Про те, що не можна їсти отруйні гриби і умовно-їстівні без спеціальної обробки знають всі. При всьому цьому не кожен людський організм може прийняти і їстівні гриби. Разом з тим до збору грибів, їх заготівлі, приготування і прийому в їжу необхідно ставитись відповідально.

Щоб уникнути неприємних наслідків Держпродспоживслужба Новоукраїнського району радить дотримуватися таких Правил збирання грибів:

1. Ні в якому разі не слід брати невідомі гриби. Імовірність отримати отруєння в цьому випадку дуже висока.
2. Вирушати по гриби рекомендують рано вранці. Оптимальний час для збирання грибів – 6-7 година ранку.
3. Збирати гриби краще в кошик з берести або вербових прутів. У них гриби краще

зберігаються. Поліетиленові та паперові пакети для цього непридатні: оскільки зібраний “урожай” швидко зіпріє через погану циркуляцію повітря, а також втратить товарний вигляд внаслідок зминання.

4. Сирі гриби пробувати на смак суворо заборонено.

5. Не можна збирати старі, перезрілі гриби. Вони дуже часто є отруйними.

6. Якщо напередодні пройшов легкий теплий дощ, і водночас світило сонце, то це вірна ознака того, що в лісі зараз багато грибів.

7. Ні в якому разі не збирайте гриби вздовж трас. Найкраще відправитися на грибне полювання подалі в ліс. Гриби, які вирости в безпосередній близькості від мегаполісу, можуть містити солі важких металів та інші небезпечні для здоров'я речовини.

8. Відправляйтеся на пошуки грибів тільки, якщо ви дійсно добре знайомі з видами грибів і здатні з легкістю відрізнити печериці від дощовиків, а поганку від сироїжки.

9. Під час грибного полювання не залишайте дітей без нагляду і ні в якому разі не дозволяйте їм пробувати на смак сирі гриби і ягоди.

10. Якщо ви сумніваєтеся в тому, що це за гриб, краще його не брати.

11. Прийшовши додому, переберіть гриби, ще раз уважно перегляньте кожен з них, почистіть і відваріть. Ні в якому разі не пийте грибний відвар, воду необхідно злити, а гриби законсервувати або піддати подальшій термічній обробці.

12. Не пригощайте грибами дітей, людей похилого віку і вагітних жінок.

13. Не слід вживати гриби кілька днів підряд.

14. За перших же симптомів отруєння (нудота, діарея, біль в животі, запаморочення, головний біль, спрага, слабкість, можливі галюцинації, збудження або навпаки загальмованість, втрата свідомості, падіння артеріального тиску, ускладнення дихання) слід негайно звернутися до лікаря. Грибне отруєння небезпечне тим, що досить часто закінчується летальним результатом – саме через те, що люди нехтують правилами безпеки.

Отруєння грибами можна розділити на кілька типів:

1. Отруєння найбільш небезпечними грибами, що містять отруйні речовини (бліда поганка, мухомори). Перші ознаки отруєння проявляються через 6-24 години, рідше через 48 годин. Приблизно через 3 дні настає здається полегшення. Однак незабаром виявляється жовтяниця, і хворий вмирає від порушення функції печінки.

2. Отруєння грибами-двійниками (отруйні гриби дуже схожі на їстівні - несправжні опеньки, жовчний гриб). Несправжні опеньки відрізняються від їстівних за кольором пластинок. Так, у помилкового сіро-жовтого опенка пластинки сіро-жовті, у цегляно-червоного - білувато-кремові пластинки, які швидко темніють і стають ліловими, чорними. Жовчний гриб - двійник білого гриба, відрізняється тим, що при розрізі м'якоть рожевіє, гриб дуже гіркий на смак.

3. Отруєння грибами, що викликають шлункові і кишкові розлади (печериці, сирі вовнянки, молочні судини). Перші ознаки отруєння настають через 30 хвилин, при цьому відчувається нудота, головний біль, шлункові кольки, блювота, пронос.

4. Отруєння умовно-їстівними грибами (дошовики, сморчки, строчки і т.д.), які вимагають додаткової спеціальної обробки перед вживанням в їжу. Такі гриби слід нарізати, промити, кип'ятити протягом 10-15 хвилин, після чого відвар зливається, гриби повторно промиваються, віджимаються і тільки після цього готуються.

5. Отруєння перезрілими і підсохлими грибами. Збирати такі гриби не рекомендується, так як вони можуть містити шкідливі речовини. При зборі та купівлі грибів обов'язково звертайте увагу на їх зовнішній вигляд, при цьому якщо є хоч найменші сумніви в їстівності грибів - відмовтеся від вживання їх в їжу.

І нарешті, остання порада - не зловживайте їжею з грибів. Не забувайте, що гриби - білковий продукт з великим вмістом клітковини, важко перетравлюються. Не їжте багато грибів на ніч, при обробці сирих грибів намагайтеся їх подрібніше нарізати, подрібнити. Не рекомендується їсти гриби вагітним і годуючим жінкам, також вони протипоказані дітям до 8 років.

У разі отруєння необхідно якомога швидше звернутися за допомогою до лікувальної установи і не займатися самолікуванням.

Шановні жителі району!

Вкотре закликаємо!!! – не вживайте дикорослі гриби! Адже Ваше життя та життя Ваших дітей значно цінніше, ніж тимчасове смакове уподобання!

Новоукраїнський районний відділ Головного управління Держпродспоживслужби в Кіровоградській області.