**Отруєння грибами!**

Аналіз випадків отруєння грибами свідчить про те, що останні обумовлені вживанням пластинчатих отруйних насамперед, блідої поганки, які помилково вважаються за такі їстівні гриби, як печериці, сироїжки, шампіньйони. Загалом усі дикорослі гриби якоюсь мірою є небезпечними для споживача. Європейці, приміром, уже давно відмовились від вживання дикорослих грибів, а перейшли на корисні гриби, які вирощені штучно (гливу, печерицю та ін.).Отруйні речовини, що містяться в отруйних грибах, дуже токсичні і незворотньо фіксуються у нервовій тканині вже через декілька хвилин. До того ж токсини, які містяться в отруйних грибах, не переходять у відвар, не руйнуються при тривалій тепловій обробці. Також не треба вірити типовим помилковим твердженням, ніби часник чи цибуля темніє при сумісному варінні з отруйними грибами, що всі їстівні гриби мають рожеві пластинки під шляпками, що отруйні гриби мають неприємний запах, темніють при посипанню сіллю, і ні в якому разі токсична дія отруйних грибів не змінюється при вживанні алкоголю, а навіть навпаки.Для збереження вашого здоров’я краще утриматися від збору дикорослих грибів. Для тих, хто незважаючи на зареєстровані отруєння грибами, небезпечність цієї страви, збирається в ліс, нагадуємо про правила, яких необхідно дотримуватися:

— ніколи не беріть тих грибів, яких ви не знаєте, якщо гриб викликає хоч найменший сумнів, краще його позбутися;

— не рекомендується збирати старі перестиглі гриби;

— не пробуйте на смак сирі гриби;

— не збирайте грибів, які мають потовщену внизу ніжку з блідим плівчастим кільцем-залишком оболонки. Таке потовщення і кільце-перші ознаки смертельно отруйної блідої поганки;

— гриби збирайте тільки з цільною ніжкою. Це допоможе вам вдома ще раз перевірити, чи не потрапив випадково між їстівними отруйний гриб. Пам’ятайте, що у блідої поганки на нижній поверхні пластинки завжди бліді;

— не довіряйте доморощеним знавцям, які вважають себе незаперечними авторитетами при збиранні грибів та виходять не з наукових позицій, а з власних тверджень та помилкових дослідів;

— не збирайте гриби біля сміттєзвалищ та доріг. Єдиним способом розпізнавання їстівних та отруйних грибів є їх зовнішні ботанічні ознаки.

Перші ознаки отруєння після вживання отруйних грибів з’являються через декілька годин, в деяких випадках пізніше. Майже всі отруйні гриби викликають подразнення шлунково-кишкового тракту, виникають блювота, нудота, сильні колікоподібні болі, а також симптоми розладу нервової системи-судоми, марення, погіршення зору.У разі отруєння грибами треба негайно викликати лікаря або відправити потерпілого у лікарню. До прибуття лікаря треба надати долікарняну допомогу: викликати блювоту, шляхом подразнення кореня язика, потім хворому дають випити 3-4 склянки підсоленої води, з метою очищення шлунку та кишковика, після чого хворого кладуть у ліжко (на живіт), рекомендується пити холодний, міцний чай. Тож ще раз застерігаємо Вас, не збирайте гриби, якщо досить не досвідченні в цьому питанні, пам’ятайте, що сушіння, засолювання і маринування, теплова обробка не руйнують отрути в грибах. Не купуйте консервовані в домашніх умовах та свіжі гриби на ринках, в тому числі стихійних, бо це небезпечно для Вашого здоров’я.

Лікар загальної гігієни Козовий В.С