



РЕКОМЕНДАЦИИ РОСПОТРЕБНАДЗОРА:

О мерах профилактики отравлений грибами

Пик острых отравлений грибами в регионах России приходится на конец лета – начало осени.

Ежегодно в Российской Федерации регистрируется порядка 1 тысячи пострадавших от отравления грибами, около 30 случаев заканчиваются летальным исходом.

Причинами отравлений, как правило, становятся недостаточная осведомленность людей в вопросах сбора грибов, отсутствие настороженности в отношении последствий употребления несъедобных и условно съедобных грибов.

Риску возникновения отравлений также способствует приобретение грибов у случайных лиц, в том числе на рынках и прилегающих к рынкам территориях, а также нарушения в технологии их приготовления.

Не стоит забывать и того, что порой даже съедобные грибы могут вызвать отравление. Причиной может быть сбор грибов в местностях, где применяются ядохимикаты и осуществляется активное движение автомобильного и железнодорожного транспорта – в этом случае даже заведомо съедобные грибы могут стать причиной отравлений, так как аккумулируют в себе вредные вещества из окружающей среды. Не следует собирать грибы и в черте города: в городских парках, скверах, дворах.

Собирая грибы, помните, что даже при наличии некоторых знаний и опыта, всегда необходимо строго соблюдать основные правила, которые помогут вам избежать случайных ошибок, результатом которых могут стать отравления.

Правила грибника

1. Собирайте в лесу только те грибы, о которых Вы точно знаете, что они съедобны.
2. Грибы, которые Вы не знаете или которые вызывают сомнения, не следует употреблять в пищу и пробовать на вкус в сыром виде.

3. Никогда не собирайте и не ешьте те грибы, которые у основания ножки имеют клубневидное утолщение, окруженное оболочкой (как, например, у бледной поганки и красного мухомора) и не пробуйте их на вкус.
4. Когда Вы собираете грибы, особенно сыроежки, старайтесь брать их с целой ножкой, чтобы не упустить из вида важный признак, указанный в предыдущем правиле.
5. Если Вы собираете в лесу шампиньоны, обращайтесь особое внимание на цвет пластинок. Никогда не собирайте и не ешьте «шампиньоны», которые имеют пластинки белого цвета.
6. Не собирайте и не ешьте свинушки - они ядовиты.
7. Если Вы собираете для засола волнушки, чернушки, белянки, грузди, подгрузди и другие грибы, содержащие млечный сок, то обязательно перед засолом отварите или вымочите их, чтобы удалить горькие, раздражающие желудок вещества. То же самое следует делать с валуями и сыроежками, имеющими едкий и горький вкус.
8. При сборе сморчков нужно всегда помнить о правилах их приготовления, несоблюдение которых может вызвать отравление. Сморчки следует сначала прокипятить в воде в течение 7-10 минут, а отвар обязательно вылить. Только после такой обработки сморчки можно варить и жарить.
9. Строчки ядовиты - не собирайте их.
10. Никогда не собирайте и не ешьте грибы перезрелые, ослизлые, червивые и испорченные.
11. Не ешьте грибы в сыром виде.
12. Не верьте распространенному мнению о том, что ядовитые грибы вызывают потемнение луковицы или серебряных предметов, если их опустить в посуду, где варятся грибы. Это ложное представление!
13. Не собирайте грибы, даже заведомо съедобные, в городских парках, скверах, дворах, а также вдоль автомобильных и железных дорог. Грибы накапливают ядовитые вещества и становятся непригодными в пищу.

Принесенные домой, грибы должны быть в тот же день разобраны по отдельным видам и вновь тщательно просмотрены. Все сомнительные, а также перезрелые, дряблые и червивые грибы нужно, не жалея, выбросить. Нижнюю часть ножки, загрязненную землей, срезают, а грибы тщательно отмывают от песка и сора. У некоторых грибов (маслята и мокрухи) снимают со шляпки пленку, покрытую слизью. Грибы должны быть в день сбора или не позднее следующего утра подвергнуты кулинарной обработке.

Первая помощь при отравлении грибами.

При первом же подозрении на возможное отравление грибами следует незамедлительно вызвать бригаду скорой помощи, а затем принять следующие экстренные меры:

- промыть желудок пострадавшего большим количеством воды (выпить не менее 1 л, затем нажав на корень языка вызвать рвоту, повторить до появления чистых промывных вод);
- при отсутствии дефекации сделать очистительную клизму (некоторые виды грибов вызывают не диарею, а запор) или принять солевое слабительное;
- принять сорбент (Активированный уголь, Сорбекс, Энтеросгель и т. п.);
- давать обильное питье (минеральная вода без газа или крепкий сладкий чай), в случае неукротимой рвоты давать пить часто, но не более 1 столовой ложки за один прием;
- обеспечить больному покой и тепло, положив у его ног грелку;
- обеспечить пострадавшему доступ свежего воздуха.

Следует сохранить образцы грибного блюда, оставшиеся от употребления в пищу, для быстрого определения вида токсина.

Самостоятельно принимать любые лекарственные средства (за исключением сорбентов) до приезда врача не рекомендуется. При подозрении на отравление грибами меры первой помощи следует применять ко всем участникам трапезы. Следует иметь в виду, что промывание желудка в домашних условиях нельзя делать детям до пяти лет.

Отравление грибами нуждается в стационарном лечении. При появлении таких признаков, как диарея с примесью крови, пересыхание губ и ладоней, бледность кожных покровов, помутнение в глазах, торможение речевых процессов, замедление пульса, необходима как можно более быстрая доставка пострадавшего в стационар. Редкие виды ядов требуют лечения в специально оборудованном для этого отделении токсикологии.

Советы покупателям.

Не рекомендуется покупать свежие или сушёные, соленые, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли или покупать грибные консервы в банках с закатанными крышками, приготовленные в домашних условиях.

Если вы покупаете уже собранные грибы в магазинах и супермаркетах, внимательно рассматривайте упаковку с грибами, они не должны быть загнившими или испорченными. Не покупайте грибы, если нарушена целостность упаковки или упаковка грязная. Также не покупайте грибы, если на упаковке нет этикетки, листов-вкладышей и вообще отсутствует информация о товаре.