

# Всякий гриб в руки берут, да не всякий в кузов кладут

## Краткое содержание:

- Отравление грибами.
- Первая помощь.
- Профилактика.

**Отравление грибами** — это тяжелая интоксикация организма, вызванная употреблением в пищу ядовитых представителей этого царства в любом виде или условно-съедобных, не прошедших необходимой обработки.

Из-за страха отравиться некоторые люди не едят грибы вообще. Если знать, какие из них съедобные, а какие — нет, отказывать себе в удовольствии необязательно. Неядовитые экземпляры довольно полезны.

Известно около 50 сортов грибов, обладающих отравляющими свойствами.

Наиболее опасными считаются мухомор и бледная поганка. На долю отравлений, спровоцированных слабыми познаниями грибника, приходится 95% случаев. Как правило, в пищу употребляют токсичный продукт, внешне напоминающий съедобную разновидность: строчки, ложные лисички, опята, маслята.



## **Отравление грибами может развиваться по следующим причинам:**

- Погрешности при кулинарной обработке. Некоторые виды растения (чернушки, белые грузди) содержат едкий млечный сок, раздражающий ткани пищеварительного тракта. Для его ликвидации продукт вымачивают на протяжении нескольких часов.

• Использование для наркотизации. Галлюциногенные грибы (синеногая мицена, гимнопилиусы) обладают галлюциногенным и психостимулирующим действием. Они активно применяются наркозависимыми людьми для введения человека в транс. Терапевтический диапазон достаточно узок, при выходе за допустимые пределы развивается угнетение ЦНС, кома, смерть.



- Наличие сторонних токсикантов. Плодовые тела, произрастающие неподалеку от химических предприятий и организаций, деятельность которых связана с применением тяжелых металлов, могут накапливать отравляющие вещества. Чуть менее опасными считаются растения, собранные вдоль автомобильных дорог, однако и они могут спровоцировать симптомы экзотоксикоза.
- Совместное употребление с алкоголем. Отдельные виды (навозник чернильный) при одновременном приеме со спиртным приводят к следующим симптомам отравления: рвота, покраснение лица, затруднение дыхания, тахикардия.

#### **Отравление грибами разделяется по степени тяжести:**

1. Легкое. Признаки патологии выражены умеренно, угнетение сознания и дыхания, другие витальные нарушения не определяются. Госпитализация не требуется, имеющиеся клинические проявления проходят самостоятельно через 1-3 дня.
2. Средней тяжести. Умеренное угнетение сознания, картина развернутая. Четко прослеживается преобладание того или иного синдрома (зависит от сорта гриба). При своевременном оказании первой помощи риски для жизни невысокие, исключение — бледная поганка, мухоморы. Требуется госпитализация в стационар.
3. Тяжелое. Возникает сопор или кома, жизненно важные функции организма угнетены. Пациент неконтактен или неадекватен. Показана экстренная транспортировка в ближайшее реанимационное отделение. До ее начала обязательно должна быть обеспечена первая помощь.

#### **Симптомы отравления грибами**

Основные признаки отравления грибами могут появиться уже через 1,5–2 часа после употребления их в пищу.

Среди симптомов отравления гриба: тошнота, рвота, сильные боли в животе с диареей до 10–15 раз в сутки, повышенная температура тела, слабый пульс, руки и ноги холодеют, воспаление желудка и тонкого кишечника (острый гастроэнтерит).

При отравлении мухоморами (красным, пантерным, вонючим), сатанинским грибом, ложными опятами возможно: появление бреда и галлюцинаций.



#### **Первая помощь при отравлении грибами**

Первое, что нужно сделать, когда проявились симптомы отравления – позвонить в «скорую». Однако до ее приезда необходимо принять меры для предотвращения серьезных последствий:

- вызвать рвоту (если ее не было);
- промыть желудок раствором соли (чайная ложка на литр воды, выпить не менее семи литров);
- принять активированный уголь из расчета одна таблетка на 10 кг веса. Если неизвестно, какими именно грибами отравился человек, желательно сохранить их отторгнутые фрагменты для последующего исследования.

**Предотвратить отравление помогут следующие рекомендации:**

- Не собирать грибы около дороги, свалки, промышленного предприятия. Лисички накапливают свинец, белые – кадмий, подберезовики – излучение.
- Проходить мимо подпорченных и червивых экземпляров. Хотя и говорят, что ядовитые червям неинтересны, испорченные ими продукты не менее опасны.
- При сборе проверять ножку. Она должна быть целой и ровной, без клубнеобразных утолщений.
- Заранее узнавать, какая дополнительная обработка требуется перед употреблением в пищу (сушка, вымачивание). Не есть никакие грибы сырыми.



Готовить в день сбора. Хранить только в сушеном и маринованном виде.

Не совмещать их употребление с алкоголем.

Не стоит давать грибы детям до 14 лет, беременным женщинам, пожилым людям и страдающим заболеваниями пищеварительной системы. Их организм переносит такую еду сложнее.

При покупке таких продуктов (даже шампиньонов) важно удостовериться в наличии сопроводительной информации о происхождении и гарантиях качества. Отсутствие этикетки – веский повод для отказа от приобретения.

Предотвратить интоксикацию проще, чем устранять ее последствия. Тем более что в случае с бледной поганкой или белым мухомором несоблюдение требований безопасности может стоить жизни.

*Соблюдая все рекомендации и имея багаж знаний, население Щучинского района за 2022 год не обращалось за помощью в стационар по поводу отравления грибами.*

*Помощник врача-гигиениста  
отдела гигиены  
Виктория Викторовна Митянец*