

## «Осторожно, ядовитые грибы и ягоды».

Наступил очередной грибной сезон. Из укромных мест извлечены корзинки и походная одежда. Сбор грибов – занятие, таящее в себе определённый риск. Увы, отравление грибами не столь уж редки. Кто не слышал о чрезвычайной ядовитости бледной поганки? И все же этот гриб, маскируясь то под шампиньон, то под сыроежку, нет-нет, да и попадает к неопытному грибнику.

Бледная поганка уже давно снискала себе дурную славу своей ядовитостью. Каждый год из-за неё страдают во всем мире сотни людей, многие из них погибают. Столь высокая смертность объясняется не только сильным действием яда, входящего в состав этих грибов, но и его необычными свойствами. Основную роль в механизме отравления бледной поганкой играет аманитотоксин. 25-30 миллиграммов этого яда, содержащегося в одном грибе бледной поганки, вполне достаточно, чтобы вызвать смертельное отравление. Кроме того, аманитотоксин совершенно не растворяется в воде, сохраняет свою ядовитость даже после 20-минутного кипячения. А, попав в организм, яд даёт знать о себе не сразу, а несколько часов спустя. Когда появляются признаки отравления, то спасти человека уже трудно: токсин гриба, проникший в кровь, удалить из организма сложно. Поэтому лечение не всегда даёт надёжные результаты.

Каковы же симптомы отравления? Чаще всего возникают они через 6-12 часов после употребления грибов. Это – обильное слюнотечение, сильные коликообразные боли в животе, неукротимая рвота, расстройство кишечника. Из-за большой потери жидкости у пострадавшего развивается мучительная жажда. Сильные боли в печени сопровождаются быстрым развитием желтухи. Нередко возникают судороги, затруднённое дыхание, лицо принимает синеватый оттенок. С каждым часом больной слабеет, впадает в забытие. А через день-два может наступить трагическая развязка.

Чтобы избежать опасной встречи с ядовитыми грибами, нужно знать отличительные признаки грибов. Некоторые люди всерьёз думают, что ядовитые грибы как-то сигнализируют о своей ядовитости: неприятным запахом или вкусом, тем, что их не трогают черви и улитки. Как это ни печально, но подобные взгляды – опасное заблуждение. Отравившиеся, например, бледной поганкой нередко с большой похвалой отзывались о ее

вкусе, а запах ее очень напоминает запах шампиньонов. Чем же тогда отличается этот гриб от шампиньона? Бледная поганка на нижней части ножки всегда имеет клубневидное вздутие, покрытое пленчатым чехлом. В верхней части ножки – пленчатое кольцо белого, зеленоватого или бледно-жёлтого цвета. Пластинки на нижней поверхности шляпки частые, белые, не меняющие своей окраски. В то же время у шампиньона эти пластинки – от бледно-розового до темно-бурого тонов, кольца, клубневидные утолщения на ножке и плёнки отсутствуют. Что же касается сыроежек, то главное отличие то же: у этого гриба нет клубневидного вздутия с пленчатым чехлом и кольца на ножке, характерных для бледной поганки.

Доскональное знание "портрета" бледной поганки позволит избежать опасных последствий. Разумеется, малыши не в состоянии все это запомнить, поэтому за ними нужен, как говорится, глаз да глаз.

На первый взгляд разговор об отравлении мухоморами представляет лишь теоретический интерес: мухомор, особенно красный, трудно спутать с каким-нибудь съедобным грибом. И все-таки даже красным мухоморов отравляются. А ведь существуют ещё серо-розовый и пантерный мухоморы, которые куда более скромны по виду. И все же отравления мухоморами крайне редки. Ядовитость мухоморов сильно преувеличена. Смертельные отравления очень редки и случаются лишь при поедании большого количества мухоморов. Объясняется это просто. Яд мухоморов оказывает только функциональное действие на нервную систему пострадавшего и не вызывает повреждения внутренних органов.

Симптомы отравления красным мухомором обычно развиваются спустя 30-40 минут (реже через 1-2 часа). Пострадавший обычно потеет, у него начинается слюнотечение, расстройство кишечника с болями в животе, сужаются зрачки, замедляется сердцебиение, падает артериальное давление, наступает удушье. Если же человек съел пантерный мухомор, расстройство центральной нервной системы выявляется более резко. Наиболее тяжело отравление мухомором протекает у детей. Взрослые обязаны всячески стремиться оградить нежелательных встреч. С этой целью необходимо организовать на протяжении всего летнего периода повсеместный утренний просмотр лужаек, мест прогулок и игр детей в учреждениях и на дачах, с тем, чтобы своевременно удалить замеченные ядовитые растения и грибы. В период лесных прогулок родители, воспитатели и другие взрослые должны осуществлять строжайший надзор со всеми детьми и особенно за теми, кто собирает цветы, грибы и травы, пробует их. Не следует так же забывать о тщательном контроле за использованием в пищу грибов, собранных более старшими детьми.

Итак, для того чтобы избежать отравления ядовитыми грибами, нужно собирать только те, которые вы хорошо знаете.

Здоровье, и даже жизнь отравившегося грибами во многом зависят от того, насколько своевременно ему окажут медицинскую помощь. Следует помнить, что при любом отравлении грибами, пусть даже на первый взгляд не тяжёлый, необходимо немедленно обращаться к врачу. Но и до прихода врача нужно действовать быстро и решительно. При отравлении любым из ядовитых грибов следует постараться вывести ядовитые вещества из организма: принять слабительное, промыть желудок раствором марганцовокислого калия.

Пострадавший ребёнок должен находиться в постели, ему вредно ходить и сидеть. Любое отравление грибами сопровождается рвота и расстройство кишечника, вызывающие обезвоживание организма и мучительную жажду. Чтобы облегчить состояние больного ребёнка, нужно давать ему холодную, слегка подсоленную воду, холодный чай, кофе, молоко.

Лечат отравление грибами, как правило, только в больницах. Чтобы врачу легче было разобраться в причинах отравления, остатки грибов следует сохранить для исследования в лаборатории.



# ПРОФИЛАКТИКА ОТРАВЛЕНИЙ ГРИБАМИ

Чтобы избежать отравления грибами, специалисты рекомендуют не пренебрегать элементарными правилами профилактики:



собирать только известные грибы  
(существуют специальные справочники съедобных и ядовитых грибов)



заготавливать впрок только молодые грибы



солить, сушить, мариновать каждый вид грибов отдельно



перед отвариванием тщательно мыть грибы от частичек песка и почвы



воду после отваривания обязательно сливать

## Не рекомендуется:



собирать либо покупать на рынке переросшие, дряблые, поврежденные личинками и плесенью грибы



пробовать подозрительные грибы на вкус



собирать грибы вдоль дорог



откладывать обработку грибов, так как этот продукт скоропортящийся



покупать на рынке грибные консервы, герметично закрытые крышками в домашних условиях, а также сухие грибы, грибную икру и различные салаты с грибами

Источник: ГУ "Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья".

© Инфографика



## ПАМЯТКА

### по предупреждению отравлений грибами и др.

Отравления грибами встречаются нередко и иногда заканчиваются трагически. В случае отравления грибами важно оказать первую помощь. При любом, даже легком отравлении грибами надо немедленно обратиться к врачу, вызвать скорую помощь, так как жизнь отравившихся лиц грибами во многом зависит от своевременности оказания специализированной медицинской помощи.

В качестве первой помощи до прихода врача нужно попытаться вывести из организма ядовитые вещества, для чего следует промыть желудок заболевшего. Для уменьшения обезвоживания организма и жажды, сопровождающих отравление грибами, следует давать больному пить холодную, слегка подсоленную воду, холодный крепкий чай, молоко.

Чтобы избежать отравления, надо хорошо знать основные признаки ядовитых и несъедобных грибов и придерживаться правила – никогда не брать в пищу неизвестные грибы. Кроме того, нужно иметь представление и о признаках отравления, о свойствах грибных ядов.

Отравление грибами можно разделить на несколько типов:

1 Отравление наиболее опасными грибами, содержащими ядовитые вещества (бледная поганка, мухоморы). Первые признаки отравления проявляются через 6-24 часа, реже через 48 часов. Примерно через 3 дня наступает кажущееся

облегчение. Однако вскоре проявляется желтуха, и больной умирает от нарушения функции печени.

2 Отравление грибами-двойниками (ядовитые грибы очень похожие на съедобные – ложные опята, желчный гриб). Ложные опята отличаются от съедобных по цвету пластинок. Так, у ложного серо-желтого опенка пластинки серо-желтые, у кирпично-красного – беловато-кремовые пластинки, которые быстро темнеют и становятся лиловыми, черными. Желчный гриб – двойник белого гриба, отличается тем, что при разрезе мякоть розовеет, гриб очень горький на вкус.

3 Отравление грибами, вызывающими желудочные и кишечные расстройства (шампиньоны, сырые волнушки, млечник). Первые признаки отравления наступают через 30 минут, при этом ощущается тошнота, головная боль, желудочные колики, рвота, понос.

4 Отравление условно-съедобными грибами (дождевики, сморчки, строчки и т.д.), которые требуют дополнительной специальной обработки перед употреблением в пищу. Такие грибы следует нарезать, промыть, кипятить в течение 10-15 минут, после чего отвар сливается, грибы повторно промываются, отжимаются и только после этого готовятся.

5 Отравления перезревшими и подсохшими грибами. Сбирать такие грибы не рекомендуется, так как они могут содержать вредные вещества. При сборе и покупке грибов обязательно обращайте внимание на их внешний вид, при этом если есть хоть малейшие сомнения в съедобности грибов – откажитесь от употребления их в пищу.

И наконец, последний совет - не злоупотребляйте пищей из грибов. Не забывайте, что грибы - белковый продукт с большим содержанием клетчатки, переваривается с трудом. Не ешьте много грибов на ночь, при обработке сырых грибов старайтесь их помельче нарезать, измельчить, побольше используйте грибной порошок из высушенных грибов.

Не рекомендуется есть грибы беременным и кормящим женщинам, также они противопоказаны детям до 8 лет. В случае отравления необходимо как можно быстрее обратиться за помощью в лечебное учреждение и не заниматься самолечением.

## НЕСЪЕДОБНЫЕ ГРИБЫ



БЛЕДНАЯ ПОГАНКА



ЖЕЛЧНЫЙ ГРИБ



ЖЕЛТАЯ ПОГАНКА



КРАСНЫЙ МУХОМ



ЛИСИЧКА ЛОЖНАЯ



ЛОЖНАЯ ЛИСИЧКА



ЛОЖНЫЙ ДОЖДЕВИ



ЛОЖНЫЙ ВАЛУЙ



МУХОМОР БЕЛЫЙ



ОПЯТА ЛОЖНЫЕ



ПАНТЕРНЫЙ МУХОМ



ПОГАНКА



ПОГАНКА ЗЕЛЕНА



РЯДОВКА ФИОЛ.



САТАНИНСКИЙ



ВОНЮЧИЙ МУХОМ

## ПАМЯТКА

### по профилактике отравлений ядовитыми растениями.

Профилактика отравления ядовитыми растениями состоит в мерах предосторожности:

- Нельзя пробовать на вкус неизвестные ягоды, листья, стебли растений как бы привлекательно они не выглядели.
- К незнакомым растениям даже нельзя дотрагиваться, так как можно получить ожег, аллергическую реакцию.
- К ядовитым растениям относятся: бузина черная, вороний глаз, дурман, болиголов, багульник, белена черная,
- В ядовитых растениях содержатся яды, способные вызывать отравления как при вдыхании летучих арома- веществ, выделяемых растениями, так и при попадании сока на кожу.
- Самое сильное отравление можно получить при приеме токсина внутрь с ягодами, листьями, корнями.
- Во время походов, прогулок по лесу, по парку лучше не трогать неизвестные растения.
- При первых симптомах отравления – срочно обратиться к врачу.

## ЯДОВИТЫЕ ЯГОДЫ.





# ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ ГРИБАМИ

(проявляются через 1–2 часа после употребления их в пищу):



Тошнота,  
рвота



Слабый  
пульс



Повышенная  
температура



Холодеют  
ноги  
и руки



Боли  
в желудке

WC

Диарея

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ МУХОМОРАМИ,  
ЛОЖНЫМИ ОПЯТАМИ:



Бесвязная речь  
Галлюцинации

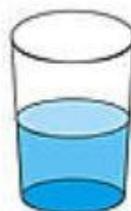
МЕТОДЫ БЫСТРОЙ ПОМОЩИ  
ПРИ ОТРАВЛЕНИИ:



Вызов врача



Постельный режим



Обильное  
питье



Активированный  
уголь

