

ОТРУЄННЯ ГРИБАМИ НЕБЕЗПЕЧНЕ ДЛЯ ЖИТТЯ!

Гриби – це дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування, який може призвести до отруєння, а іноді й смерті. Прикро, що багато людей замислюються над цим лише після свого гіркого досвіду.

Цей рік, на жаль, не став винятковим: на території Овруцького району в листопаді зареєстровано перший випадок отруєння грибами в побуті 2-ох осіб, що проживають в с.Ігнатпіль Овруцького району. Зі слів постраждалих, в їжу вживали всім відомі лисички, опеньки та польські гриби.

Гриби відносяться до швидкопсувних продуктів (містять від 84 до 94% води), тому їх необхідно переробляти в день збору. Максимальний строк зберігання грибів не повинен перевищувати 24 год при температурі не вище 10°C.

Зрілі гриби стають чудовим поживним середовищем для різноманітних мікроорганізмів, зокрема хвороботворних. Крім того, внаслідок біохімічних реакцій (розпад білків) в грибах утворюються отруйні речовини (птомаїни). По-друге, в деяких видах їстівних грибів (білих, опеньках, лисичках, сирійжках тощо) містяться отруйні нетерmostійкі речовини, які при варінні розрізаного м'якуша руйнуються. Ось чому вживання недоварених або таких недосмажених їстівних грибів може викликати розлади діяльності кишково-шлункового тракту.

Профілактичні заходи, які необхідно знати та дотримуватись, щоб вберегтись від отруєнь грибами: не збирайте гриби:

- навіть свідомо їстівні, у міських парках, скверах, дворах, на місцях звалищ, полігонів на промислових пустирях, колишніх смітниках, в хімічно та радіаційно небезпечних зонах, а також уздовж транспортних магістралей, залізничних доріг;
- з ушкодженою ніжною, старих, в'ялих, червивих або ослизливих;
- в яких ви сумніваєтесь, не кладіть їх до кошика;
- ніколи не збирайте пластинчасті гриби, найчастіше отруйні гриби маскуються під них;
- якщо ви знайшли їстівні гриби, а поруч з ними ростуть отруйні або невідомі вам, не збирайте ці гриби (можлива їх мутація чи запилення отруйними спорами);
- не порівнюйте зібрані чи придбані гриби із зображеннями в різних довідниках – вони не завжди відповідають дійсності. Готуйте гриби правильно:
- не куштуйте сирі гриби на смак;
- гриби підлягають кулінарній обробці тільки в день збору, і не пізніше. При обробці кип'ятіть гриби 7-10 хвилин у воді, після чого відвар злийте. Лише тоді гриби можна варити або смажити. Варити гриби потрібно добре промитими не менш години на невеликому вогні, знімаючи піну і помішуючи. Варіння вважається закінченим, коли гриби осядуть на дно, а відвар стане прозорим;

- обов'язково вимочуйте або відварюйте умовно їстівні гриби, що використовують для соління – грузді, вовнянки та інші, котрі містять молочний сік, тим самим позбудетесь гірких речовин, які уражають слизову оболонку шлунку;

- не пригощайте ні в якому разі грибами дітей, літніх людей, вагітних жінок та жінок, котрі годують грудьми, адже вони є дуже важкою їжею для шлунку. Гриби (зеленушка, синякдубовик, та деякі інші) містять отруйні речовини, які у шлунку не розчиняються. У взаємодії з алкоголем отрута розчиняється та викликає бурхливе отруєння. Тож, ні в якому разі не можна вживати алкоголь «для дезінфекції» при появі перших ознак отруєння;

- не купуйте і не вживайте в їжу гриби консервовані, мариновані, солоні на ринках, в місцях стихійної торгівлі, або просто з рук;

- не зберігайте готові страви з грибів у холодильнику більше доби, а свіжі гриби довше 2- 3 днів в морозильнику, якщо він не обладнаний системою швидкої, глибокої заморозки;

- суворо дотримуйтеся правил консервування грибів. Неправильно приготовлені консервовані гриби можуть викликати дуже важке захворювання – ботулізм;

- не викидайте недоїдених грибів. Лабораторний аналіз цих грибів при отруєнні допоможе швидше визначити вид отрути, яка потрапила в організм.

Якщо вже трапилася біда і Ви відчуваєте себе погано, або відмітили підозрілі ознаки у своїх близьких. Викличте «Швидку медичну допомогу».

Симптомами отруєння є: нудота, блювота, біль у животі, посилене потовиділення, зниження артеріального тиску, судом, мимовільне сечовиділення, проноси, розвиток симптомів серцево-судинної недостатності.

Одночасно, не очікуючи прибуття «швидкої», негайно промийте шлунок потерпілого: дайте йому випити 5-6 склянок кип'яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки; викликати блювоту (допоможе натиснення пальцем на корінь язика); коли промивні води стануть чистими, дайте йому активоване вугілля (1 пігулка на 10 кілограмів ваги).

І в жодному випадку не можна займатися самолікуванням, потрібно негайно їхати в лікарню! Від того, наскільки швидко провести очищення організму, залежить результат лікування.

Головний спеціаліст Овруцького
районного управління ГУ
Держпродспоживслужби в
Житомирській області



Світлана Шваб