

# Памятка грибнику: отравление грибами

В наших лесах насчитывается около 25 видов ядовитых грибов, способных принести вред жизни и здоровью человека. Но даже хорошо знакомые и проверенные съедобные грибы при нарушении условий хранения могут стать потенциальной угрозой.

Опасность представляют: переросшие грибы ( в них накапливаются токсические вещества ), не прошедшие должной термической обработки (недостаточно проваренные) и не просолившиеся при солении.

## **ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ ГРИБАМИ**

Основными симптомами являются: тошнота и многократная рвота, болезненность в кишечнике и расстройство пищеварения.

Кроме того, признаки отравления грибами могут включать поражения ЦНС, которые проявляются в бредовых состояниях и изменении диаметра зрачков, в судорожных синдромах. Признаки отравления грибами мухоморами состоят в приобретении кожей желтушного оттенка, в малокровии и проникновении гемоглобина в мочу. При тяжелых отравлениях может наступить кома либо паралич.

## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ**

При первых же признаках отравления немедленно вызывайте скорую помощь. В ожидании врача пострадавшему при отравлении грибами (рвота, понос) необходимо промыть желудок. Напайте больного бледным раствором марганцовки (1-2 литра) и вызовите рвоту. Повторять – до «чистой воды».

Пострадавшему нужно принять активированный уголь, энтеросорбенты, солевое слабительное (2 столовые ложки соли на стакан воды).

Восполнит потерю жидкости подсоленная или минеральная вода, сладкий чай.

## **ПАМЯТКА ГРИБНИКУ**

Собирайте только те грибы, которые хорошо знаете.

Не собирайте грибы вдоль трасс, вблизи промышленных предприятий, где они накапливают в высоких концентрациях ртуть, свинец, кадмий, другие тяжелые металлы и становятся опасными для здоровья.

Не храните соленые грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде.

Расстройство пищеварения могут вызвать и соленые грибы, поданные на стол раньше срока. Поэтому следует помнить, что соленые грибы сухим посолом можно употреблять в пищу: рыжики – через 5-6 дней хранения, грузди – через 30-35 дней, волнушки – через 40 дней, а валуи – через 50-60 дней.

Грибы горячей засолки употребляются через 7-8 дней. В эти сроки грибы «созревают», и горькие вещества в них разрушаются.