



## ПАМ'ЯТКА

### Запобігання отруєнню грибами

**Щоб запобігти отруєнню грибами, при їх збиранні необхідно дотримуватися таких правил:**

— не збирати невідомих, зовсім незнаних грибів. Збирати тільки ті гриби, про які точно відомо, що вони їстівні;

— якщо немає впевненості в доброякісності зібраних грибів, їх необхідно перевірити за допомогою більш досвідчених осіб. Однак при цьому слід враховувати, що в кошику, особливо якщо замість нього використовується торбинка, гриби мнуться, шапинки можуть відокремлюватися від ніжок. Тим чином, втрачається можливість правильно визначити приналежність грибів;

— у підозрілих та малознайомих грибах слід звертати увагу на колір шапинки, пластинок, м'якуша, наявність кільця на ніжці та піхви біля її основи, а також на запах гриба;

— при збиранні печериць та сиріжок гриби слід обов'язково виривати, а не зрізати, щоб мати можливість візуально оцінити все плодове тіло гриба, особливо нижній кінець ніжки. Хоча при вириванні їстівного гриба руйнується його відтворювальна частина — грибниця, однак цінність гриба та людського життя чи здоров'я — речі незіставні. При вириванні печериць нижній кінець ніжки звужений, закруглений, із залишками ґрунту. У сиріжки нижній кінець ніжки буде закругленим, як колодочка ножа, гладеньким і чистим, з невеликим місцем відриву в центрі;

— при збиранні печериць слід також звертати увагу на колір пластинок, які знаходяться на нижній поверхні шапинки. Не можна вживати в їжу «печериці», що мають пластинки білого кольору, бо у блідої поганки вони тільки такого кольору. У справжніх печериць пластинки швидко рожевіють, а потім темніють;

— наявність обідка вінчика не є обов'язковою відмінною ознакою блідої поганки. Посушливого літа, наприклад, в таких умовах у неї може зникати ця характерна для неї ознака. Тоді за зовнішнім виглядом (колір шапинки та пластинок) вона дуже схожа на сиріжку зелену, зеленкувату тощо.

Поряд з цим гриби необхідно збирати в екологічно чистих місцях. Вони — «чистильники лісу», так як всмоктують в себе вологу, а разом з нею і весь набір шкідливих речовин, які містяться у ґрунті лісу. В першу чергу це стосується важких металів — свинцю, ртуті, міді, кадмія, радіонуклідів. Ось чому доцільно напередодні «грибного полювання» ознайомитися з картою радіаційного стану місцевості та визначити на ній можливість збирання грибів в намічених місцях.

Отруєння, грибами проявляється по-різному в залежності від того, який гриб спричинив захворювання. Наслідки отруєння залежать, крім виду гриба, також від віку та стану здоров'я постраждалого, кількості з'їдених грибів. Найбільш тяжко переносять грибні отруєння діти, тому серед них найчастіше спостерігаються випадки зі смертельним кінцем.

По характеру дії на людину отруйні гриби діляться на три групи: переважної дії на шлунково-кишковий тракт (печериця отруйна, опеньки сірчано-жовтий та цегляно-оранжевий несправжні), нервову систему (мухомори червоний та пантеро вий) та печінку і нирки (бліда поганка та її різновиди, павутинник оранжево-червоний, гриб зонтик цегляно-сіро-червоний).

Гриби переважної дії на кишково-шлунковий тракт здебільшого викликають легкі форми отруєння, які проявляються через 0,5—2 години після їх споживання, нудотою, блюванням, болями у животі, проносом, іноді непритомністю. Одужання настає через 1-2 дні від початку захворювання. Гриби, які переважно діють на нервову систему, викликають більш тяжкі отруєння. Симптоми захворювання з'являються через 0,5—4 години після вживання грибів: сильна нудота, блювання, пронос, втрата свідомості, галюцинації, сильна слино- та сльозотеча, запаморочення, порушення свідомості, марення. Зіниці розширені, хода п'яної людини. Переважно потерпілі одужують (через 1-3 дні). Смертельні випадки трапляються рідко: до 2,5% від постраждалих. Найбільш тяжкі випадки отруєння пов'язані з грибами, які переважно діють на печінку та нирки.

Симптоми отруєння спостерігаються через 6—48 годин (2—17 днів— при павутиннику оранжево-червоному) після вживання грибів в їжу і дуже схожі на захворювання холерою: нудота, блювання, сильні болі в животі, пронос холероподібного типу. Випорожнення спочатку жовтого або глинисто-зеленого кольору, потім стають слизо-водянистими, без запаху. Відмічається слабкість, спрага, падіння кров'яного тиску, судоми, знепритомнення, марення, можлива поява жовтяниці тощо. Якщо хворий одужає, то не раніше як через 3—4 тижні і навіть кілька місяців. До цього у постраждалих часто розвиваються хронічні захворювання печінки (хронічний гепатит) та нирок (хронічний нефрит).

Врятування життя постраждалих багато в чому залежить від своєчасного надання їм долікарської допомоги.

### **Що треба робити при появі перших ознак отруєння грибами?**

В такому випадку необхідно негайно звернутися до лікаря або викликати «Швидку медичну допомогу». Одночасно, не чекаючи їх прибуття, хворого слід покласти в ліжко та промити йому шлунок: дати випити 4-5 стаканів перевареної води при кімнатній температурі або содового розчину (1 чайна ложка соди на 1 стакан води), або слабого марганцевого розчину (блідо-рожевого кольору). Після цього викликати блювоту. Процедуру слід повторювати до тих пір, поки промивні води не стануть чистими. Після цього доцільно постраждалого напоїти прохолодним міцним чаєм, кавою або молоком. Приймати будь-які ліки та їжу, а більш того алкогольні напої забороняється, так як це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишечнику.

**Бережіть своє здоров'я і життя!**

Управління з питань надзвичайних ситуацій,  
мобілізаційної роботи та взаємодії з  
правоохоронними органами  
Южноукраїнської міської ради