

Гриби - обширна група організмів, що налічує близько 100 тис. видів. З більше 200 видів капелюшних грибів їстівними вважають 20 видів.

Гриби поділяються на такі групи:

- **їстівні** - їх налічують до 500 видів, використовується 80-100 видів;
- **умовно їстівні** - мають поганий гіркий смак;
- **нейстівні** - мають неприємний запах, поганій смак;
- **отруйні** - мають токсичні речовини. Таких грибів близько 80 видів.

Люди з давніх пір використовують гриби як продукт живлення. Їх вживають солоними, смаженими, вареними, готують салати і соуси. Високоживильні плодові тіла і капелюшки грибів містять вітаміни, білки і інші корисні речовини. Першими на початку травня з'являються сморчки, строчки і шампіньони.

У середині червня - підберезники, а потім маслюки, сироїжки, підосиновики. Найпізніші - вже восени з'являються маслюки.

Отруєння - це порушення функцій організму, спрічинене потраплянням з навколішнього середовища токсичніх речовін, що не можуть буті знешкоджені внутрішніми силами організму.

Отруєння буває: побутові, виробничі, речовінамі, що є хімічною зброєю

У побуті найчастіше зустрічаються харчові отруєння, причини яких полягає у споживанні зіпсованих продуктів.

З усіх харчових отруєнь найнебезпечнішим є **отруєння грибами**.

Багато грибів мають своїх отруйних «двойників».

Смертельно отруйний гриб — бліда поганка — широко відомий як тонкий білий гриб з характерною «спідничкою» на ніжці біля шляпки. Але це не найпоширеніший її різновид. Дуже легко сплутати молоду бліду поганку і молоду печерицю. Є різновиди, що вміло маскуються під сироїжку. Вживання отруйних грибів в кращому разі може викликати сильне отруєння, а в гіршому - смерть.

Отруйні речовини, які містяться всередині гриба, не руйнуються під час термічної обробки, засолення чи висушування. Достатньо невеликого шматочка, щоб смертельно отруїтися. Клінічна картина отруєння блідою поганкою нагадує картину захворювання на холеру.

Найнебезпечнішим грибом вважається блідна поганка і її разновиди, при отруєнні її токсинами реєструється до 99% летальності потерпілих. Небезпечним є те, що отруєння блідою поганкою має свій прихованій період. Тільки через 6—8 год починаються блювання, сильний біль у животі, пронос, виділяється холодний піт. Далі спостерігається уповільнення пульсу, судоми, послаблення серцевої діяльності. Через деякий час стан потерпілого поліпшується, але не надовго. Напади повторюються впродовж кількох днів і через 5—10 діб настає смерть.

Якщо є підозра на отруєння, слід негайно промити шлунок блідорожевим розчином перманганату калію, що сприяє швидкому окисненню отрут. Категорично забороняється вживати молоко, оскільки воно прискорює всмоктування токсичних речовин крізь стінки кишечника в кров. Для адсорбції токсинів застосовують активоване вугілля. Хворого терміново кладуть у лікарню.

Симптоми отруєння грибами

Розрізняють чотири групи отруєння людей грибами, у тому числі:

Перша група - отруєння грибами строчками, виявляється через 6-10 годин, з'являється слабкість, нудота, блювота іноді розлад шлунку.

Друга група - отруєння блідною поганкою і блізьким до неї видами грибів, виявляється через 8 - 24 години, раптові болі в животі, блювота, розлад шлунку, слабкість, зниження температури, висока імовірність смертельних наслідків.

Третя група - отруєння мухоморами виявляється через 30 хвилин - 6 годин, з'являється нудота, блювота, розлад шлунку, запаморочення, марення, розширення зіниць. Рідко настає смерть.

Четверта група - отруєння опенькамі несправжніми, жовчним і чортовим грибом та не специфічне отруєння юстівними грибами при неправильному приготуванні, зберіганні та заготівлі. Відсутні загальні ознаки отруєння, яку виявляється через 30 хвілін - 2 години розладнанням шлунково-кишкового тракту.

Загальна ознака отруйності всіх грибів - яскраво виражений червоний колір. Криваво-червоні розлучення на ніжках, кольори крові, що запеклася, трубчастий шар під капелюшком, вмить виступаючий на зрізах рожевий сік, рожевіюча або синюча м'якоть на зламах - у трубчастих грибів.

У пластинчастих - потовщена клубнеобразне підстава ніжки, непропорційно довга тонка ніжка, бавовняний комірець на рівні країв ломкого капелюшка, білі пластинки.

Правила збирання грибів

1. Збирайте в лісі ліше ті грибі, про які ві знаєте напевне, що сморід юстівні.
2. Грибі, яких ві не знаєте чи які віклікають у вас сумнів, не кладіть у їжу і не пробуйте сирім на смак.
3. Ніколи не беріть і не їжте грибів, що мають біля основі ніжки подібне на бульбу потовщення, піхву (як у червоного мухомора), не куштуйте їх.
4. Колі збираєте пластинчаті гриби, особливо сироїжки та лісові печериці, намагайтесь брати їх цілою ніжкою, щоб не допустити помилки, про яку згадано у попередньому пункті.
5. Ніколи не збірайте і не їжте грибів перезлілих, зморщених, червівих, зіпсованих.
6. Не їжте сиріх грибів.
7. Якщо ж зустрінете в лісі блідну поганку, краще знищіть її. Червоний мухомор залишайте для лосів.

Профілактика отруєння грибами

1. Збирайте тільки ті грибі, які добре знаєте.
2. Ніколи не вживайте у їжу незнайомі гриби.
3. Добре знайте відміні юстівні і отруйні грибів.
4. Не збірайте ніяких грибів блізько від залізничних і автомобільних шляхів, атомніх і теплових електростанцій, великих проміслових зон.
5. Не купуйте на базарах суміші грибів із різних їх видів у якості грибної ікри, салатів, пирогів з грибами та інших виробів з подрібнених грибів.
6. Не робіть домашню заготівлю грибів у герметичній упаковці, щоб уникнути захворювання ботулізмом.
7. Будь-яку заготівлю грибів на зберігання робіть тільки у відкритому посуді під марлею або папером.
8. Обов'язково перевіряйте гриби на радіоактивність.
9. Сушіть тільки певні віди грибів, такі як білий гриб, підосичник, підберезник, маслюк, моховик, зморшок і трюфель білий; не користуйтесь сумнівними методами перевірки грибів на отруйність.

Ні в якому разі не довіряйте таким помілковим тлумаченням:

- отруйні гриби мають неприємний запах, а юстівні - приємний. Отруйні гриби мають як приємний, так і неприємний запах. Блідна поганка пахне майже так, як і печеріця;

- усі гриби в молодому віці єстівні;
- личинки комах, черв'яки і равліки не чіпають отруйних грибів. Личинки і слімаки поїдають як отруйні, так і єстівні гриби;
- опущені у відвар грибів срібна ложка або срібна монета чорніє, якщо в каструлі є отруйні грібі; ;
- цибуля або часник стають бурімі, якщо варіті їх разом з грибами, серед яких є отруйні.
- отрута з грибів видаляється після кип'ятіння протягом кількох годін;
- сушка, засолювання, марінування, теплова кулінарна обробка знешкоджують отруту в грибах;

ПЕРШ НІЖ ВЖИВАТИ ГРИБИ -

ПОДУМАЙТЕ

ЧІ ВАРТО

РІЗИКУВАТИ СВОЇМ ЖИТТЯМ ТА

ЗДОРОВ'ЯМ.