

Каждый **грибной сезон** многие из нас оставляют все неотложные дела и устремляются в ближайший лес. Не пугаясь больших расстояний, спешат по грибы и взрослые и дети. К сожалению, нередко после этих походов случаются отравления грибами.



Наиболее опасна бледная поганка: ее яд, содержащий чрезвычайно токсичные соединения фаллоидин и аманитин, вызывает поражения печени, почек и сердечной мышцы. Никакая обработка (отваривание, сушка) его не обезвреживает, и всего одного гриба достаточно, чтобы убить взрослого человека. Симптомы отравления появляются нередко через 6-12 часов после еды и первоначально похожи на обычное несварение: тяжесть в желудке, вздутие живота, боль под ложечкой, легкая тошнота

или изжога. Через 12 часов появляются боль в животе, рвота, кровавый понос, обезвоживание, сильная жажда. Потом все это может пройти, и через три-пять дней, когда токсины разрушат печень, почки и нервную систему, наступают резкое падение содержания сахара в крови, потеря сознания, и более чем в 50% случаев смерть. Вот почему при отравлении бледной поганкой необходима срочная госпитализация.

Гораздо чаще, чем бледная поганка, в наших лесах встречается вонючий, или белый мухомор. Он действительно белый, причем весь - и нижняя сторона шляпки, и ножка. Симптомы отравления этим грибом такие же, как при отравлении бледной поганкой.

Есть ядовитый гриб и среди шампиньонов - это шампиньон желтокожий. На шампиньон похожа и встречающаяся нередко вместе с ним ядовитая энтолома оловянная, вызывающая тяжелое поражение кишечника.

Редко вызывает отравления красный мухомор, поскольку этот гриб трудно спутать с каким-либо другим грибом. Лишь иногда старый мухомор, у которого "облезли" белые пятна, путают с подосиновиком или красной сыроежкой. Отравление начинается быстро, уже в течение одного-двух часов, и выражается в слюнотечении, потливости, судорогах, сильнейшем нервном возбуждении. Затем появляются понос, нарушение кровообращения, потеря сознания и судороги.

Достаточно часто встречаются отравления грибами, похожими на опята. Ядовиты два ложноопенка - серо-желтый и кирпично-красный.

Ядовитый вид можно встретить и среди сыроежек. Желательно относиться с осторожностью к сыроежкам с красной шляпкой, среди них есть три горьких вида и один не только горький, но и ядовитый. Отравление им не смертельно, но понос и тошнота обеспечены.

Представляют потенциальную опасность ранневесенние сморчки и строчки и осенние свинушки. Сморчки и строчки содержат опасный яд - гельвелловую кислоту, которая приводит к разрушению селезенки. В строчках помимо этого найден гидрометрин - токсическое вещество, по действию напоминающее яд бледной поганки. Строчок считается более опасным, чем сморчок.

Свинушки до недавнего времени считались условно съедобными грибами. Однако из-за острых отравлений, зафиксированных в последние годы, отнесены в разряд ядовитых. Свинушка накапливает большое количество вредных веществ из окружающей среды, так что ее токсичность сильно меняется в зависимости от места, где она растет. Ядовитые вещества, обнаруженные в этом грибе, действуют медленно, вызывая нарушения состава крови. Они могут постепенно накапливаться в организме и вызвать отравление только через несколько лет. Но у отдельных людей чувствительность к свинушкам повышена, отравление наступает быстро и порой бывает смертельным. Вот почему от сбора свинушек лучше воздержаться.

Могут вызвать острый гастроэнтерит (воспаление желудка и тонкого кишечника) условно съедобные грибы: грузди, волнушки, валуи, горькушки, рядовки, скрипицы, содержащие смолopodobные вещества. Из несъедобных видов чаще встречаются желчный гриб, поразительно похожий на белый, иногда на подберезовик. Одного такого гриба, попавшего в пищу, достаточно, чтобы выбросить все приготовленное блюдо.

К сожалению, в условиях ухудшения экологической ситуации многократно возросла опасность употребления дикорастущих грибов. Ядовиты даже съедобные грибы, выросшие возле шоссе с интенсивным движением, а тем более собранные на газонах в большом городе, - они накапливают в высоких концентрациях свинец, ртуть, кадмий и другие тяжелые металлы, которые вызывают тяжелые отравления. Такие отравления опасны тем, что наступают не сразу: после одного-двух обедов со "свинцовыми" грибами вы, скорее всего, ничего не почувствуете, но при накоплении тяжелых металлов в организме наступают опасные поражения центральной нервной системы.

Помимо тяжелых металлов в грибах накапливаются пестициды и гербициды, которыми обрабатывают поля от вредных насекомых и сорных растений. Поэтому в местах, где они недавно применялись, грибы собирать нельзя.

Грибы - трудно перевариваемая пища, поэтому детям до восьми лет их лучше не есть. Чем позже ваши малыши познакомятся с блюдами из грибов, тем лучше. Оболочки грибных клеток состоят не из целлюлозы, как у растений, а из хитина, из которого "сделаны" панцири раков и насекомых. Из-за этих же особенностей грибы противопоказаны людям, страдающим болезнями желчного пузыря, особенно тем, у кого недавно он удален, и больным колитами и гастритами. Грибные отвары в этом отношении почти безопасны. Не рекомендуется употреблять грибы беременным и кормящим матерям.

## ***ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ***

При всяком, даже легком отравлении необходимо обратиться к врачу. До осмотра врача желудок промывают, выпив пять-шесть стаканов чистой кипяченой воды или слабого раствора марганцовокислого калия и вызвав рвоту. Процедуру повторяют до шести раз. Необходимо выпить большую дозу сорбентов (0,5-1г на кг массы тела человека, то есть примерно 40-60 г для взрослого). Если в первые часы отравления нет жидкого стула, дают слабительное. Хорошо поставить несколько раз очистительные клизмы. В случае возникновения поздних расстройств (более 8-24 часов после употребления в пищу грибов) слабительное давать нельзя. Чтобы уменьшить риск нарушений кровообращения, необходимо положить тепло к ногам и на живот больному. При резкой слабости показаны крепкий сладкий чай, черный кофе. Можно давать молоко и мед. Ни в коем случае нельзя употреблять алкогольные напитки, поскольку спирт содействует быстрому всасыванию в организм грибных ядов.

Бригада скорой медицинской помощи продолжит начатые вами лечебные мероприятия и в обязательном порядке госпитализирует пострадавшего в лечебное учреждение для оказания ему квалифицированной врачебной помощи.

### ***ГРИБНИКУ - НА ЗАМЕТКУ***

- Остерегайтесь старых, переросших грибов, в них наряду с полезными веществами часто имеются продукты разложения белков, пагубно влияющие на организм человека.
- Не кладите грибы в полиэтиленовые пакеты - они сильно нагреваются на солнце и портятся, без доступа воздуха в них идет разложение с образованием ядовитых веществ.
- Не употребляйте грибы, собранные несколько дней назад и ставшие уже клейкими или покрывшиеся плесенью.
- Ободок, опоясывающий основание ножки гриба, не является признаком ядовитости. Изменение цвета при разрезе гриба указывает лишь на реакцию окисления и не имеет диагностического значения.

***Житковичский районный ЦГЭ***