На территории России ежегодно регистрируются случаи острых отравлений ядовитыми грибами. Острые отравления грибами протекают намного тяжелее других пищевых отравлений. Дети и люди преклонного возраста переносят отравления грибами наиболее тяжело.

Грибы являются трудно перевариваемым в кишечнике продуктом. Не рекомендуется употреблять грибы беременным и кормящим женщинам, они противопоказаны детям до 8 лет (независимо от способа и времени приготовления).

Основная причина грибных отравлений – неумение распознавать съедобные и ядовитые грибы, неправильное приготовление блюд из некоторых съедобных и условно съедобных видов грибов.

Основные признаки отравления грибами могут появиться уже через 1,5-2 часа после употребления их в пищу. Появляются головные боли, тошнота, рвота, сильные боли в животе с диареей до 10-15 раз в сутки. Температура может слегка повышаться или оставаться нормальной. При отравлении мухоморами (красным, пантерным, вонючим), сатанинским грибом, ложными опятами возможно появление бреда, галлюцинаций, человек может впасть в состояние, граничащее с помешательством.

Чаще всего отравления условно съедобными грибами (грузди, волнушки, валуи, горкушки, рядовки, толкачики, скрипицы и др.), содержащими смолоподобные вещества, возникают вследствие их неумелого приготовления, а после употребления чаще всего у пострадавших регистрируется острый гастроэнтерит. Для обезвреживания условно съедобных грибов требуется специальная предварительная обработка, в процессе которой раздражающие и ядовитые вещества удаляются из плодовых тел.

Грибы, содержащие млечный сок, перед употреблением необходимо отваривать или вымачивать с многоразовой сменой воды, чтобы удалить горькие, раздражающие желудок вещества.

Можно отравиться и съедобными грибами. В старых грибах, наряду с полезными

веществами, часто имеются продукты разложения белков, пагубно влияющие на организм человека. Поэтому пригодными для пищи являются только сравнительно молодые грибы. Кроме того, причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные грибы. Ни в коем случае нельзя мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде.

Если перед консервированием грибы были плохо очищены и промыты, на их поверхности вместе с мельчайшими частицами земли может оказаться и возбудитель ботулизма, токсины которого являются опаснейшими для человека ядами. Чтобы избежать заболевания ботулизмом, необходимо тщательно очищать и промывать от земли, предназначенные для консервирования грибы, причем они должны быть свежими и доброкачественными. При обработке в домашних условиях грибы рекомендуется консервировать в банках с неплотно притертыми крышками.

Заболевание ботулизмом проявляется спустя 12-72 часа после приема грибов в пищу. Симптоматика клинических проявлений ботулизма у человека многообразна – головная боль, сухость во рту, тошнота, рвота, понос, судороги, затруднение глотания и нарушение зрения (предметы двоятся, становятся расплывчатыми). При появлении хотя бы одного-двух из указанных признаков заболевания следует срочно обратиться к врачу.

Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай напоминает, что нельзя покупать сушёные, солёные, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли.

Грибы непромышленного производства допускаются к продаже на рынках и ярмарках только после экспертизы, которая проводится для контроля качества поступающих в продажу продуктов. В сушеном виде разрешается продажа на рынках следующих грибов: белые, подберезовики, подосиновики, моховики, маслята, польский гриб, козляки и сморчки после месячной выдержки в сушеном виде.

Категорически запрещается продажа на рынках:

а) грибов вареных, соленых, маринованных;

б) грибной икры, грибных солянок, салатов и других продуктов из измельченных грибов;

в) грибных "консервов" в банках с герметичными крышками, изготовленных в домашних условиях.

Профилактика отравлений грибами:

- собирать только те съедобные грибы, которые вы хорошо знаете;

- не собирайте грибы вдоль автомобильных и железных дорог;

- не следует собирать старые переросшие грибы (в т.ч. червивые, осклизлые);

- не храните грибы в тепле – это скоропортящийся продукт;

- не храните соленые грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде;

- соблюдайте условия хранения грибов и правила приготовления грибных блюд (наиболее правильно отваривать любые виды грибов в хорошо подсоленной воде большого объема, воду после отваривания слить).

Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай сообщает, что на территории региона в 2016 году и за текущий период 2017 года случаев отравления грибами не зарегистрировано.

Не следует заниматься самолечением! При появлении вышеуказанных клинических признаков необходимо обратиться за оказанием квалифицированной медицинской помощи!!!

КАК СОБИРАТЬ, ГДЕ ПОКУПАТЬ И КАК ХРАНИТЬ ГРИБЫ
Безусловно съедобные грибы
Условно съедобные грибы
Белый гриб
Трюфель настоящий
Волнушки
Сыроежки
Опята
Рыжик обыкновенный
Валуи
Помните, что:
Детям до 14 лет нельзя есть грибы – у них еще нет достаточного количества ферментов для их переваривания
Не рекомендуется есть грибы пожилым людям, беременным и кормящим женщинам
Блюда из грибов можно есть только абсолютно здоровым людям, не страдающим заболеваниями пищеварительного тракта
Только безусловно съедобные грибы можно готовить без предварительного отваривания
Перед тем как готовить безусловно съедобные грибы, их нужно тщательно очистить от земли и промыть
Условно съедобные грибы после обработки нужно отварить или отмочить – это удалит ядовитые вещества из плодового тела гриба
ПРАВИЛА ГРИБНИКА
Собирайте грибы вдали от дорог, магистралей, вне населенных мест
Каждый вид грибов готовьте отдельно
Собирайте только хорошо знакомые виды грибов
Срезайте гриб с целой ножкой
Обязательно готовьте грибы в день сбора
Собирайте грибы в плетеные корзины – так они дольше будут свежими
Выкидывайте все червивые, перезревшие, пластинчатые грибы, грибы без ножек, дряблые грибы
Грибы в день сбора нужно перебрать, отсортировать по видам и еще раз пересмотреть
Нельзя!
Собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки – это приводит к порче грибов
Собирать старые, перерослые, червивые и неизвестные грибы
Пробовать грибы во время сбора
Подвергать грибы кулинарной обработке через день и более после сбора
Мариновать или солить грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде
Хранить грибы в тепле - это скоропортящийся продукт
Важно! Соблюдайте условия хранения грибов и правила приготовления грибных блюд. Любые виды грибов нужно варить в хорошо подсоленной воде, которую после отваривания сливают
Если вы покупаете грибы
НА РЫНКЕ:
Нельзя покупать сушеные, соленые, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли
Нельзя покупать грибные консервы в банках с закатанными крышками, приготовленных в домашних условиях
Нельзя покупать на рынках и ярмарках грибы непромышленного производства, которые не прошли экспертизу (проводится для контроля качества поступающих в продажу продуктов)
Если вы покупаете грибы
В МАГАЗИНЕ:
Следите, чтобы упаковка была целой и чистой
Рассмотрите упаковку, чтобы избежать загнивших и испорченных грибов
Не покупайте грибы без этикеток (листов-вкладышей) и без наличия на этикетках информации
В магазинах и супермаркетах запрещена реализация грибов без наличия сопроводительных документов, подтверждающих их происхождение, качество и безопасность
На основе рекомендаций специалистов Роспотребнадзора.
Редактор: Майя Миличь
Дизайнер: Юлия Осинцева
АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ AIF.RU