

Обережно - ГРИБИ

Переглядів: 73

04 листопада 2024



Отруєння грибами (інтоксикація грибами) виникає після вживання грибів, що містять токсини. Існують тисячі видів грибів, із них близько сотні може спричинити симптоми отруєння, а до 20 видів грибів у наших широтах потенційно загрозливі для життя людини при споживанні.

Понад 95% випадків інтоксикації грибами є результатом помилки збирачів грибів, які плутають отруйні види з їстівними. Тому важливо збирати лише відомі сорти грибів, не ризикувати здоров'ям через необачність.

Варто зауважити, що отруйні гриби можуть випадково з'їсти діти.

ЯК УНИКНУТИ ОТРУЄННЯ ГРИБАМИ:

- Відмовтеся від споживання дикорослих грибів. Замініть їх грибами, що вирощують штучно, підлягають контролю.
- Не купуйте гриби на стихійних ринках.
- Уважно оглядайте гриби. Якщо у вас виникають найменші сумніви - відмовтеся від споживання грибів.
- Збирайте лише добре знайомі вам гриби. За найменшого сумніву одразу викиньте гриб, не залишаючи його поряд з іншими.
- Не беріть занадто молоді чи старі гриби. Їх легко переплутати з отруйними.
- Не збирайте гриби поблизу трас, підприємств, забруднених територій. Гриби вбирають в себе отруйні речовини, в тому числі важкі метали.
- Не збирайте гриби в посушливу погоду. У цей час гриб пересихає, віддаючи воду і збільшуючи концентрацію токсинів.
- Ніколи не куштуйте сирі гриби.
- Вдома ще раз ретельно перевірте гриби. Усі сумнівні слід викинути.
- Готуйте гриби протягом першої доби після збирання.
- Варіть гриби не менше трьох разів, щоразу в свіжій підсоленій воді не менше 30 хвилин.
- Зберігайте страви з грибами в холодильнику в емальованому посуді не більше доби.

КОМУ НЕ МОЖНА ЇСТИ ГРИБИ

Навіть якщо ви впевнені у якості та безпеці грибів, їх не рекомендовано вживати:

- жінкам у період вагітності і грудного вигодовування;
- дітям до 12 років;

- людям літнього віку.

СИМПТОМИ ОТРУЄННЯ ГРИБАМИ

Ознаки отруєння грибами можуть проявитися як через 30 хвилин після споживання, так і протягом декількох днів. Основними ознаками отруєння грибами є:

- нудота, блювання;
- різкий біль у животі;
- діарея;
- запаморочення;
- підвищення температури тіла;
- зниження пульсу;
- задуха;
- судоми;
- відтік крові від кінцівок (холодні руки та ноги);
- поява галюцинацій та марення.

Якщо у вас проявився хоча б один із цих симптомів - негайно викликайте лікаря!

ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ОТРУЄННІ ГРИБАМИ

Найголовніше - терміново телефонуйте «103»

Якщо є можливість, промийте шлунок простою водою чи прийміть сорбенти (найменша ефективна доза активованого вугілля - 0,5 г/кг маси тіла).

До приїзду невідкладної допомоги дотримуйтесь постільного режиму і пийте багато рідини - води, підсоленої води або прохолодного чаю. Це допоможе відновити водно-сольовий баланс та вивести токсини.

Категорично заборонено вживати алкоголь, будь-яку їжу чи молочні та кисломолочні продукти - це може прискорити всмоктування токсинів.

Ні в якому разі не займайтеся самолікуванням і не намагайтеся "перечекати" - це може бути смертельно небезпечно!

Джерело: Могилів-Подільське районне управління Головного управління Держпродспоживслужби у Вінницькій області

~•~•~•~•~•~•~•~•~•~

Слідкуйте за новинами Могилів-Подільської міської ради також у соціальних мережах

