




# Харчові отруєння грибами

# Гриби – делікатес і отрута

- Гриби – це одне з найцікавіших і найтаємніших явищ природи, цінний харчовий продукт, однак серед грибів багато отруйних, які можуть викликати сильні отруєння, а іноді і смерть. Це такі гриби, як бліда поганка, мухомори, опеньки несправжні та багато інших. Для отруєння досить з'їсти половину поганки, а смертність від неї досягає більш як у 50 % випадків.



**Отруєння** – це порушення функцій організму, спричинене потраплянням з навколишнього середовища токсичних речовин, що не можуть бути знешкоджені внутрішніми силами організму.

## **Отруйні гриби**

```
graph TD; A[Отруйні гриби] --> B[Ті, що вражають шлунково-кишковий тракт]; A --> C[Ті, що вражають нервову систему]; A --> D[Ті, що вражають печінку і нирки];
```

**Ті, що вражають  
шлунково-  
кишковий  
тракт**

**Ті, що вражають  
нервову систему**

**Ті, що вражають  
печінку і нирки**

Особливою токсичністю відрізняється смертельна шапочка, мухомор, бліда поганка. В основному дію токсинів обумовлено впливом на центральну нервову систему, викликаючи параліч всіх життєво важливих органів. Основні симптоми отруєння грибами подібні: відчуття ознобу (тремор), болі в епігастрії, бронхоспазм, діарея, нудота, блювання, зміна серцевого ритму, жовтяниця, сплутаність свідомості, делірій (маревні стану) та інші. Вони здатні проявитися вже через 15 хвилин. Така швидкість пояснюється здатністю швидко зв'язуватися з тканинами в організмі, викликаючи їх важкі і часом незворотні пошкодження. Однак якщо симптоми не з'явилися протягом декількох хвилин після вживання отруйної гриба в їжу, це не означає, що небезпека минула. Більшість отруйних речовин діють, як ніби нишком. Токсин повільно атакує життєво важливі органи і лише коли в організмі відбулися незворотні зміни, що не піддаються медикаментозної коригуванню, хворий починає відчувати неймовірні муки. Зазвичай хворий помирає від гострого некрозу тканин печінки протягом 4 діб. Деякі гриби здатні розтягнути муки на 58 діб. Лікування отруєнь отруйними грибами безпосередньо залежить від виду токсину, що потрапив в кров, а також наявності певних симптомів. При наростаючих парасимпатических симптомах хворому вводять атропін щопівгодини. При цьому особливу увагу потрібно приділити водного балансу, щоб хворий не помер від зневоднення. Також на потрібному рівні підтримується і вуглеводний баланс. При наявності психічних реакцій проводять симптоматичну терапію.





# ОТРУЙНІ ГРИБИ

Слід запам'ятати характерні особливості отруйних та неїстівних грибів:

**Бліда поганка** – найотруйніші гриби. Всі поганки мають тонку ніжку з «комірцем» і бульбоподібним потовщенням біля основи, замкнутим наче в мішок.

**Несправжні опеньки** – всі вони мають жовто-сіру, в центрі – іржавого кольору шапочку, без лусочок, жовтувато-зеленуваті пластинки.

**Жовчний гриб** – у нього на ніжці темний сітчастий малюнок, низ шапки рожевий, м'якоть гірка.

**Мухомор-«червоний»** – у нього червона шапка з білими плямами-лусочками, внизу ніжки — потовщення, у верхній частині — кільце;

**Мухомор-«пантерний»** – шапка сіро-бура або зеленувата з маленькими білими лусочками, пластинки білі, ніжка біла з кільцем біля верхньої частини та потовщенням у нижній частині, замкнутим наче в мішок;

**Мухомор-«порфіровий»** – схожий на шампіньйон, але ніжка у мухомора тонка, запах неприємний, луски на шапці часто немає.

Умовно їстівні гриби — **зморшки і сморжі** — можна споживати тільки після відповідної термічної обробки. Взагалі їсти сирі гриби не рекомендується.



# Бліда поганка







- 1. Бліда поганка (жовта)
- 2. Бліда поганка (зелена)
- 3. Бліда поганка (біла)





- Сироїжка зелена  
Шампінйон звичайний



- 1. Мухомор звичайний
- 2. Мухомор пантерний



■ Опеньок справжній





- Псевдоопеньок цегляно-червоний
- Псевдоопеньок сірчано-жовтий





- 1. Синяк
- 2. Вовнянка
- 3. Чорнушка
- 4. Груздь





- 1. Сморчок звичайний
- 2. Сморчок конічний
- 3. Строчок звичайний



## Отруєння грибами

Ознаки отруєння  
блювання,  
пронос, біль у  
животі,  
слинотеча,  
головний біль,  
загальна  
слабкість,  
повільний і  
слабкий пульс,  
задишка, кома.

Перша допомога  
Промивання шлунка  
(розчином харчової  
соди (чайна ложка на  
півлітра води) або  
розчином  
марганцевокислого  
калію блідо-рожевого  
кольору), проносне,  
клізма, прийняття  
великої кількості  
рідини, зігрівання тіла,  
можна дати активоване  
вугілля, викликати  
“швидку допомогу”.

# ПАМ'ЯТКА ДЛЯ ГРИБНИКІВ

Україна відноситься до країн, в якій вживання дикорослих грибів є традиційним, але ця традиція таїть в собі небезпеку отруєння. Найчастіше отруєння виникає внаслідок споживання блідої поганки, хоча реєструються випадки, що пов'язані із вживанням таких видів, як рядовка тигрова, печериця жовтошкіра, строчки, гриб-парасолька цегляно-сіро-червоний, опеньок несправжній тощо.

Для того щоб уникнути отруєння дикорослими грибами !!!

1. Надійний спосіб уникнути отруєнь грибами - відмовитись від споживання дикорослих грибів, як від продукту взагалі, а споживати штучно вирощені печериці, гливи, купуючи в магазинах.
2. Якщо Ви не відмовились від цього продукту, то безпечніше купувати гриби на стаціонарних ринках, де вони проходять відповідний контроль.



### 3. Якщо Ви все ж таки відправились до лісу, то обов'язково врахуйте наступне:

- ніколи не збирайте грибів, яких не знаєте;
- якщо гриб викликає хоч найменший сумнів, краще не кладіть його у кошик;
- намагайтесь шукати і збирати губчасті гриби – „білі“, „бабки“, „моховики“ тощо. В наших широтах серед них найменша кількість отруєних;
- якщо Ви зібрали гриби і принесли їх додому, ретельно перевірте кожен гриб перед тим, як починати готувати страву або робити заготовлі;
- перед приготуванням страв з грибів їх необхідно ретельно промити, а перед сушінням обтерти вологою тканиною;
- не вживайте сирих грибів;
- перед приготуванням будь-якої страви гриби відваріть гриби декілька разів у підсоленій воді (бажано не менше трьох) протягом 10-15 хвилин;
- готові страви з грибів необхідно зберігати на холоді, не більше 24 годин, в емальованому посуді;
- не давайте грибів малолітнім дітям;
- ніколи не застосовуйте „домашні“ методи визначення отруйності грибів з використанням цибулини або срібних ложок, вони, окрім помилок, нічого не дають.

Якщо вже трапилася біда і ви почуваетесь погано чи помітили нездорові ознаки у своїх близьких :

- перш за все промийте шлунок водою з марганцем і відразу ж викликайте "швидку допомогу"
- навіть незважаючи на можливе тимчасове полегшення Вашого стану негайно зверніться до найближчої лікувальної установи.

Ніякого самолікування! Бо чим більше токсинів потрапить у кров, тим важчим буде перебіг отруєння.



Дякую за увагу!