

## ОСТОРОЖНО – ГРИБЫ



**Грибы** – это дар леса, но вместе с тем они являются опасным продуктом питания, который может привести к отравлению, а иногда и к смерти. Отравления вызывают токсины, алкалоиды и соединения тяжёлых металлов, которые содержатся в грибах. Досадно, что многие люди делают выводы лишь на основе своего горького опыта. Достаточно  $\frac{1}{4}$  шляпки бледной поганки для летального исхода. Следует помнить, что грибы вообще не рекомендуются детям до 12 лет.

### Основные причины отравлений:

- употребление ядовитых грибов;
- неправильное приготовление условно съедобных грибов;
- употребление старых съедобных грибов;
- употребление грибов, которые имеют двойников или изменились вследствие мутации (даже белые грибы и подберезовики имеют своих опасных двойников). Чтобы предотвратить отравление грибами, мы рекомендуем Вам **меры безопасности и правила**, которые необходимо выполнять каждому человеку.

#### Придерживайтесь их!

- Покупайте грибы только в отведенных для их продажи местах (магазинах, теплицах, специализированных киосках), не приобретайте грибы на стихийных рынках и с рук.
- Собирайте и покупайте только те грибы, о которых вам точно известно, что они съедобны.

### Не собирайте грибы:

- если не уверены, что знаете их - какими бы аппетитными они не казались;
- вблизи транспортных магистралей, на промышленных пустырях, бывших мусорниках, химически и радиационно-опасных зонах;
- с поврежденной ножкой, старые, дряблые, червивые или покрытые слизью;
- "шампиньоны", у которых пластинки нижней поверхности шляпки гриба белого цвета;
- не пробуйте сырье грибы на вкус;
- еще раз проверьте дома грибы, в особенности те, которые собирали дети.

Все сомнительные - выбрасывайте.

- грибы промойте, у маслят и мокрух снимите со шляпки скользкую пленку.
- грибы подлежат кулинарной обработке в день сбора, иначе в них образовывается трупный яд;
- при обработке кипятите грибы 7-10 минут в воде, после чего отвар слейте. Только после этого грибы можно варить или жарить;
- обязательно вымочите или отварите условно съедобные грибы, которые используют для соления, - грузди, моховики и прочие, которые содержат молочный сок. Этим вы избавитесь от горьких веществ.



- ни в коем случае не угощайте грибами детей, пожилых людей и беременных женщин;
- грибы (зеленушка, синяк-дубовик, и некоторые другие) содержат ядовитые вещества, которые в желудке не растворяются. Яд этих грибов растворяется при взаимодействии с алкоголем и вызывает бурное отравление;
- значительное количество грибов, которые до сих пор считались съедобными, содержат микродозы ядовитых веществ. Если употреблять их несколько дней подряд - также может произойти отравление;

**Первичные признаки отравления** (тошнота, рвота, боль в животе, понос) - появляются через 1-4 часа после употребления грибов, в зависимости от вида гриба, возраста и состояния здоровья потерпевшего, количества съеденных грибов .

Боль и приступы рвоты повторяются несколько раз через 6-48 часов, а смерть наступает через 5-10 дней после отравления.

### **Первая помощь при отравлении грибами**



1 . Вызовите «Скорую помощь»

2 . Одновременно, не ожидая её прибытия, немедленно промойте желудок: выпейте 5-6 стаканов кипяченой воды или бледно-розового раствора марганцовки; нажмите пальцами на корень языка, чтобы вызвать рвоту; примите активированный уголь (4-5 таблеток), когда промывные воды станут чистыми.

3 . После оказания первой помощи: дайте выпить потерпевшему крепкий чай, кофе или слегка подсоленную воду, чтобы восстановить водно-солевой баланс.

4 . Выясните, кто употреблял вместе с пострадавшим грибы, примите профилактические меры.

#### **Запрещается:**

После употребления грибов употреблять любые лекарства, а тем более алкогольные напитки, молоко - это может ускорить всасывание токсинов грибов в кишечнике (некоторые виды ядов не растворяются в желудочном соке, но растворяются в алкоголе и молоке). Заниматься любыми другими видами самолечения.

**Запомните: Отравление грибами очень тяжело поддаётся лечению. Настоятельно рекомендуем всем! Не собираите и не ешьте грибов вообще! Без грибов можно прожить.**