

Меры профилактики отравлений грибами

Отравление грибами могут вызывать как ядовитые грибы (бледная поганка, мухоморы), так и условно съедобные и съедобные грибы в результате нарушения технологии приготовления грибов, при употреблении старых и ветхих грибов.

Лучше всего отказаться от употребления дикорастущих грибов и покупать искусственно выращенные шампиньоны и вешенки в магазинах.

В целях профилактики отравлений дикорастущими грибами необходимо соблюдать правила их сбора, переработки и употребления в пищу:

- собирайте только известные Вам грибы;
- не собирайте грибы после длительной жары;
- не собирайте грибы в черте населенных пунктов, вдоль автомобильных и железных дорог. Грибы накапливают ядовитые вещества и становятся непригодными в пищу;
- не покупайте грибы, реализуемые в несанкционированных местах торговли, с рук, у случайных прохожих;
- не собирайте подгнившие, перезрелые, мягкие, червивые, старые грибы, собирайте только молодые или средние грибы;
- нельзя пробовать сырые грибы: употреблять их следует только после соответствующей термической обработки;
- принесённые домой грибы должны быть в тот же день тщательно перебраны, промыты и подвергнуты кулинарной обработке (многократное отваривание)

Блюда из грибов можно употреблять в пищу только абсолютно здоровым людям, не страдающими хроническими заболеваниями.

Противопоказано есть грибы беременным и кормящим женщинам, детям, причём независимо от способа и времени приготовления, а также пожилым людям.

Грибы являются продуктом, трудно перевариваемым в кишечнике, поэтому их употребление необходимо ограничивать.

При употреблении консервированных грибов возможно возникновение тяжелого заболевания – ботулизма, которое проявляется спустя 12–72 часа после приёма грибов в пищу.

Первыми признаками отравления грибами являются:

- тошнота;
- рвота;
- обильное слюноотделение;
- повышение температуры тела,
- возрастающая слабость,
- головокружение,
- сильные боли в животе,
- головная боль,
- жидкий стул,
- возможно появление судорог,
- нарушения зрения,
- возбуждение,
- бред,
- галлюцинации.



При первых признаках отравления необходимо срочно обращаться за медицинской помощью и ни в коем случае не заниматься самолечением!

До прихода врача необходимо соблюдать постельный режим, употреблять много жидкости, можно применять активированный уголь.