

Меры профилактики отравлений грибами

Дикорастущие грибы из вкусного продукта питания могут превратиться в источник повышенного риска для здоровья.

Дети – в группе риска

Максимальное число отравлений грибами случается именно у детей. Чаще всего это связано с прогулками в лесах, парках и на детских площадках, где ребенок может сорвать и взять в рот гриб просто из любопытства. Родителям стоит все время помнить о таком риске и тщательно контролировать поведение ребенка в местах, где возможно отравление грибами. Осматривайте места прогулок.

Осторожность необходима и на территории детских учреждений, где на газонах могут вырасти самые разнообразные грибы – скорее всего, несъедобные.

Даже если вы уверены в качестве собранных или купленных грибов, не предлагайте их детям в возрасте до 14 лет. Необходимости употреблять грибы в пищу у них нет. При этом в детском организме попросту не вырабатывается достаточно ферментов для их переваривания.

Правила сбора грибов

Благоприятная погода способствует сбору грибов, а значит необходимо помнить о мерах предосторожности:

- собирайте только те грибы, которые вы хорошо знаете;
- не собирайте старые, червивые грибы, а также отдельные шляпки и ножки;
- при сборе грибов выбирайте максимально чистые места: вдали от дорог и магистралей, населенных пунктов и промышленных предприятий;
- срезайте грибы аккуратно, вместе с ножкой, и кладите в плетеные корзины, в которых обеспечивается естественная вентиляция;
- не собирайте грибы в ведра, пластиковые мешки или пакеты – от этого грибы быстро портятся;
- ядовитые грибы нередко растут рядом со съедобными и могут быть очень похожи на них;
- никогда не пробуйте сырые грибы на вкус, они могут быть ядовитыми;
- принесенные домой грибы должны быть в тот же день разобраны по отдельным видам и вновь тщательно рассмотрены: все сомнительные грибы – выбросить;
- грибы должны быть в день сбора или не позднее следующего утра подвергнуты кулинарной обработке.

Внимание!

Обращаем Ваше внимание, что признаки отравления грибами могут появляться уже через 1,5-2 часа после употребления их в пищу.

Симптомы отравления грибами:

- тошнота;
- рвота;
- сильные боли в животе с диареей до 10–15 раз в сутки;
- повышенная температура тела;
- слабый пульс.

При отравлении мухоморами, сатанинским грибом, ложными опятами возможно появление бреда и галлюцинаций.

Грибы являются трудно перевариваемым в кишечнике продуктом. Поэтому их не рекомендуется употреблять людям пожилого возраста, беременным и кормящим женщинам, страдающим хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта, т.к. могут вызвать обострения данных заболеваний.

Острые отравления грибами протекают намного тяжелее других пищевых отравлений. Дети и люди преклонного возраста переносят отравления грибами наиболее тяжело.

Кроме того, причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные грибы, небрежность в приготовлении грибных блюд.

Грибы готовятся достаточно долго, поэтому некоторые хозяйки самовольно сокращают время приготовления, подавая к столу продукт, не прошедший достаточную термообработку.

Остатки земли на грибах при консервировании - это еще и возможность возникновения ботулизма, опасного заболевания, которое часто заканчивается летальным исходом. Возбудители ботулизма в виде спорозоносных палочек содержатся главным образом в почве. Если перед консервированием грибы были плохо очищены и промыты, на их поверхности вместе с мельчайшими частицами земли могут оказаться и возбудители ботулизма. Домашняя термическая обработка их не убивает, а условия в герметически закупоренной банке, без доступа кислорода, благоприятны для развития микробного токсина – опаснейшего для человека яда.

Нужно помнить, что тепловая обработка (длительная варка, жарка), сушка, консервирование (соление, маринование) не уничтожают токсин ядовитых грибов.