

## Профилактика отравлений грибами

О возможности отравиться грибами знают все. Отравления возникают не только при употреблении в пищу несъедобных грибов, но и съедобных перезревших. В старых грибах накапливаются продукты разложения белков, тяжелые металлы, действующие отрицательно на организм человека. Кроме того, причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные грибы.

Также следует помнить и выполнять правило: не закупоривать грибы герметично. В посуду с грибами обязательно должен быть доступ воздуха, иначе они могут стать причиной тяжелейшего заболевания – ботулизма. Возбудитель ботулизма в виде споры развивается и размножается в среде, где отсутствует воздух. Попадая в благоприятные условия (при консервировании – это герметично закрытые банки, комнатная температура, недостаточная концентрация в продукте кислоты и соли), споры прорастают в микробы. Микробы растут, размножаются и выделяют сильный яд – ботулинический токсин. Необходимо помнить, что токсин нестойк и разрушается при кипячении. Попадая с пищевыми продуктами в кишечник человека, вызывают тяжелое отравление, которое при позднем обращении за медицинской помощью может привести к смертельному исходу. Поэтому, при первых признаках заболевания (двоение в глазах, ослабление зрения, затрудненное глотание, неустойчивая походка) необходимо немедленно обратиться в лечебное учреждение.

В 2023 году - 14 случаев отравления грибами в быту с 14 пострадавшими; 2 случая ботулизма в быту с 2 пострадавшими. Пострадавшие – жители г.Могилева. С пострадавшими проводится беседа о профилактике отравления грибами. Поэтому в целях профилактики отравления грибами следует соблюдать следующие правила:

1. Собирайте лишь те грибы, о которых точно известно, что они съедобны.
2. Не собирайте грибы вблизи автотрасс.
3. Никогда не пробуйте сырых грибов, в которых сомневаетесь.
4. Осмотрите собранные грибы, выбросьте старые, червивые, подозрительные. При обработке грибов следует тщательно удалять почву, листья, различный сор и несколько раз промывать их под проточной водой.
5. При сборе грибов внимательно присматривайтесь к ним, чтобы отличить грибы-двойники от съедобных.

Так двойником зеленой сыроежки и шампиньона является ядовитый гриб – бледная поганка. Ее отличительные признаки: клубневато-вздутая (булавовидная) у основания и постепенно суживающаяся кверху ножка с пленчатым кольцом; пластинки гибкие, эластичные, белые. К ядовитым грибам также относится мухомор, имеющий на поверхности шляпки большие своеобразные хлопья, на ножке – пленчатое кольцо. Но дожди могут смыть белые бородавки с красных шляпок мухоморов, и тогда их можно принять за съедобные бордово-красные сыроежки. Опасное сходство с белым грибом имеет желчный гриб (его верхняя часть ножки покрыта темной сеткой, стоит только разрезать мякоть гриба, как она тут же розовеет). Часто встречаются и ложные опята. Не следует забывать о тщательной обработке строчков и сморчков.

Следует также придерживаться еще одного правила: в пищу употреблять грибы только собственного приготовления, когда есть уверенность, что все они съедобны и заготовлены с соблюдением профилактических мер против ботулизма.