

ПРОФИЛАКТИКА ОТРАВЛЕНИЙ ГРИБАМИ



Отравления характеризуются сезонностью: наблюдаются преимущественно весной, в конце лета и в начале осени. Токсической основой несъедобных грибов являются сильнодействующие яды, которые не разрушаются при кулинарной обработке и оказывают пагубное воздействие на печень и нервную систему. Заболевание, как правило, начинается внезапно, через 3-12 часов после употребления грибов. Появляются резкая боль в животе, рвота, слабость, головная боль. В дальнейшем могут возникать судороги, галлюцинации, бред. Смертельным исходом заканчиваются отравления несъедобными грибами для 25-50% пострадавших. Отравиться можно не только ядовитыми по своей природе грибами, но и условно-съедобными, если пренебречь основными правилами их

обработки и приготовления (сморчки, строчки, некоторые виды сыроежек, свинушки, волнушки, чернушки и др).

Чтобы избежать неприятных последствий употребления грибов,

соблюдайте следующие правила:

- ✦ идя в лес, необходимо знать видовой состав грибов и собирать только съедобные грибы, не вызывающие сомнения;
- ✦ собирайте только молодые грибы, так как при старении в тканях происходят сложные химические процессы с образованием ядовитых веществ;
- ✦ не берите червивые грибы, даже если они чуть-чуть «поточены»;
- ✦ грибы - продукт скоропортящийся, поэтому их нужно перебирать и сортировать сразу;
- ✦ сортировкой и приготовлением грибов должны заниматься только взрослые;
- ✦ вымочите свежесобранные и вымытые грибы в соленой воде (можно несколько часов, а можно всю ночь, но обязательно в холодном месте), а потом отварите и слейте воду и лишь тогда готовьте по рецепту;
- ✦ необходимо пластинчатые грибы дважды отваривать не менее чем по 20 минут, отвары сливать;
- ✦ не нужно покупать грибы вне рынков, без документов о качестве и безопасности, не рассортированные по видовому составу;
- ✦ грибы должны быть исключены из рациона детей до 3 лет;
- ✦ нельзя покупать консервированные грибы, приготовленные в домашних условиях.



**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ПЕРВЫХ
СИМПТОМОВ ОТРАВЛЕНИЯ
ГРИБАМИ СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО
ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ В
БЛИЖАЙШЕЕ МЕДИЦИНСКОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ!**