**Обережно, отруйні гриби!**

|  |
| --- |
| Гриби людина споживає у їжу з давніх часів. До їстівних відносяться бiлi гриби, красноголовці, маслюки, опеньки, грузді та iн. На жаль, не всі знають, які гриби можна їсти, а які – нi. Отруєння грибами виникають при вживанні не тільки неїстівних, але й їстівних грибів при неправильній їх обробці та консервуванні. Отруєння грибами досить часто закінчуються летальними випадками.  **Щоб запобігти отруєнню, необхідно дотримуватися таких правил:**   * Збирати гриби тільки з дорослими; * Збирати потрібно тільки тi гриби, які ви добре знаєте; * Ніколи не збирайте i не вживайте гриби, у яких біля основи ніжки є стовщення (як, наприклад, у червоного мухомора); * Намагайтеся брати гриби тільки з ніжкою, особливо це стосується сироїжок, тільки так можна запобігти зустрiчi з блідою поганкою; * Не збирайте «печериці», у яких на нижній поверхні капелюшка є пластинки білого кольору; * Пам’ятайте про несправжні опеньки: не беріть гриби з яскраво пофарбованим капелюшком; * Ніколи не вживайте сирі, червиві, ослизлі, в’ялi й зiпсованi гриби; будьте також уважними при збиранні ягід i рослин, не збирайте й не вживайте рослини та ягоди, які вам не вiдомi. * Здоров’я i навіть життя людини, що отруїлася грибами, залежить від того, наскільки своєчасно їй нададуть медичну допомогу.   При будь-якому отруєнні грибами, навіть на перший погляд нетяжкому, слід негайно звернутися до лікаря. Симптоми отруєння: нудота, блювота, біль у животі, проноси, судоми, посилене потовиділення, мимовільне сечовиділення. До приходу лікаря необхідно перш за все постаратися вивести отруйну речовину з організму. Для цього необхідно звернутися до дорослих, щоб допомогли промити шлунок i спорожнити кишківник. Шлунок промивають теплою водою, содовим розчином або слабким розчином марганцевокислого калiю.  Постраждалому не можна самому йти в лікарню, а також бігти або їхати на велосипеді. Це може сприяти швидкій дії отрути. Тому хворий до госпіталізації i в період перебування у лiкарнi повинен дотримуватися постільного режиму.    Щорічний аналіз отруєння грибами свідчить, що їх пік припадає на липень-жовтень. Однією з основних причин отруєння грибами є зневажливе ставлення окремих людей до санітарно-просвітницької інформації та попереджувальних заходів, що здійснюються в цьому напрямку.  ***До смертельно отруйних грибів відносяться:***  – *бліда поганка (мухомор зелений)*;  – *опеньок сірчано-жовтий*;  – *волоконниця Патуйяра, плютка*.    ***До дуже отруйних грибів відносяться:***  –        *мухомор  білий;*  –        *мухомор червоний;*  –        *мухомор пантерний*.    ***До просто отруйних грибів відносяться:***  –        *опеньок цегляно-червоний, несправжній;*  –        *печериця рудіюча.*  Ці види отруйних грибів поширені на всій території України.    ***ОСНОВНІ ПРАВИЛА,  ЯКИХ НЕОБХІДНО ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИ***  ***ЗБИРАННІ ТА ПРИГОТУВАННІ ГРИБІВ:***  –        збирати гриби треба тільки під контролем досвідчених грибників;  –        гриби, в яких ви сумніваєтесь, ніколи не кладіть до кошика;  –        якщо ви знайшли їстівні гриби, а поруч з ними ростуть отруйні або невідомі вам, не збирайте ці гриби (можлива їх мутація чи запилення отруйними спорами);  –        краще збирати гриби рано-вранці, вони свіжі,міцні, добре зберігаються;  –        вдома ще раз перегляньте всі зібрані гриби. Якщо помітите отруйний або невідомий вам гриб – одразу ж викиньте його;  –        ніколи не пробуйте сирих грибів, в яких ви сумніваєтесь;  –        зібрані гриби необхідно добре промити – не менше трьох разів аби відмити весь бруд. І в цей же день  приготувати гриби, тобто відварити або посмажити чи законсервувати;  –        варити всі гриби треба як мінімум у двох водах. Не стільки важливий час варіння, скільки кількість зміненої води;  –   при консервуванні грибів треба використовувати оцет, щоб не допустити інших харчових отруєнь, наприклад ботулізму, який характерний для всіх загерметизованих консервів;  –        при вживанні грибів чи страв із них слід їх їсти у невеликій кількості, якщо за ніч чи день ніяких неприємних симптомів не виникло, тоді можна вживати далі. Дітям їсти гриби не рекомендується.  ***Що ж спричинює отруєння?***  –        вживання отруйних грибів;  –        неправильне приготування умовно їстівних грибів;  –        вживання старих або зіпсованих їстівних грибів;  –        вживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації (навіть білі гриби та підберезники мають своїх небезпечних двійників).  ***Ознаки отруєння грибами:***  Нудота, блювання, розлади зору (подвоєння в очах), розлади мови, прискорене серцебиття, психічне та рухове збудження, марення, підвищене потовиділення, біль у животі, пронос, задуха, судоми, втрата свідомості.  ***Перша медична допомога при отруєнні грибами.***  До приїзду невідкладної медичної допомоги у потерпілого треба  викликати блювання,  дати  випити якомога більше води та повторно викликати блювання до повного очищення шлунка або промити шлунок. Прийняти активоване вугілля  (не менше 10 пігулок одночасно).  ***ПАМ’ЯТАЙТЕ:***  ***гриби – не тільки смачний, але й небезпечний продукт харчування, який може призвести до отруєння, а іноді й до смерті.*** |