

## ZATRUCIA GRZYBAMI

Polska jest krajem, gdzie zbieranie grzybów jest bardzo popularne, a spożywanie ich jest tradycyjnym zwyczajem żywieniowym polskiego społeczeństwa. Niestety w naszych lasach rośnie wiele gatunków grzybów o różnej toksyczności. Są to gatunki śmiertelnie trujące, trujące, warunkowo jadalne i jadalne. Grzyby jadalne pozostawione na dłużej nawet w lodówce, a przede wszystkim w warunkach sprzyjających rozwojowi drobnoustrojów, mogą być również czynnikiem wywołującym zatrucia bakteryjne. Najgroźniejsze konsekwencje ma spożycie grzybów trujących - zwykle kończy się zgonem. Należy unikać podawania potraw z grzybów dzieciom, osobom starszym i chorym. Grzyby zawierają dużo substancji chitynowych, co powoduje, że nawet gatunki jadalne są ciężkostrawne.

Większość najbardziej niebezpiecznych grzybów to grzyby blaszkowe, które posiadają na spodniej stronie kapelusza blaszki (cienkie listewki).

Zaleca się, aby niedoświadczeni grzybiarze korzystali z atlasów grzybowych.

Pierwsze objawy pojawiają się zazwyczaj po 3-6 godzinach. Są to: bóle brzucha, nudności, wymioty i biegunka. Występują szczególnie po spożyciu gołąbków, gąsek, olszówek oraz borowika szatańskiego.

Muchomor czerwony i plamisty poza objawami żołądkowymi powodują halucynacje, suchość śluzówek, szybką pracę serca. Inne objawy to ślinotok, zwężenie źrenic i zwolnienie pracy serca. Dolegliwości zależą nie tylko od gatunku spożytego grzyba, ale także od ilości.

### Postępowanie przy podejrzeniu zatruciu grzybami:

1. Natychmiast opróżnić żołądek. Pić ciepłą wodę z solą(dorośli) dzieci wodę(bez soli) i spowodować wymioty.
2. W żadnym razie nie zażywać środków przeczyszczających, żadnych leków, alkoholu czy mleka.
3. Natychmiast zapewnić pomoc lekarską, lub odwieźć chorego do szpitala.
4. Zabezpieczyć resztki pozostałe z czyszczenia grzybów, resztki jedzenia, pozwoli to na precyzyjną diagnozę.
5. Jeżeli oznaki zatrucia występują bardzo późno, najczęściej dopiero po 10 lub 11 godzinach po posiłku, istnieje wówczas podejrzenie zatrucia muchomorem sromotnikowym, wiosennym lub jadowitym, możliwym do neutralizacji tylko w specjalistycznych klinikach.
6. Również przy objawiających się zatruciach, wskazujących na spożycie grzybów nie zagrażających życiu, należy natychmiast zapewnić pomoc lekarską (nie można wykluczyć, iż w posiłku nie znalazły się trujące grzyby, które zadziałają dopiero późno).

**PAMIĘTAJ!** Związki trujące zawarte w grzybach, nie są wykrywane żadnymi sposobami domowymi. Należy zbierać tylko dobrze znane gatunki grzybów pamiętając, że wiele grzybów trujących jest bardzo podobnych do jadalnych i tylko dobra znajomość cech charakterystycznych dla danego gatunku pozwala uniknąć tragicznej pomyłki!!! Nie zbierać grzybów małych, ukrytych w ściółce, u których nie można dostrzec charakterystycznych cech gatunkowych.