О пищевых отравлениях дикорастущими грибами

В октябре текущего года на территории Ростовской области отмечаются случаи пищевых отравлений дикорастущими грибами. Грибы самостоятельно собирались пострадавшими в лесу, в лесопосадках. Отравления происходят из-за недостаточных знаний населения относительно видов и разновидностей грибов, и нежелания отказаться от опасной привычки сбора и употребления в пищу дикорастущих грибов неизвестной видовой принадлежности.

В целях предупреждения отравлений грибами Управление Роспотребнадзора по Ростовской области рекомендует:

- не употребляйте в пищу сырые грибы, а также приготовленные дикорастущие грибы, в съедобности которых вы не уверены;

- не собирайте дикорастущие грибы в лесополосах, парках и т.п., а также старые, переросшие грибы: в них присутствуют продукты разложения белков, пагубно влияющие на организм человека;

- не покупайте грибы сырые, сушеные, солёные и консервированные в местах несанкционированной торговли, в том числе вдоль автотрасс, и у случайных лиц;

- запах грибов не гарантирует их съедобность: смертельно ядовитая бледная поганка в молодом возрасте вообще не имеет запаха или пахнет как шампиньон;

- соблюдайте технологию приготовления грибов: грибы нужно очистить, промыть, затем отмочить или отварить. При предварительной обработке ядовитые вещества в условно съедобных грибах разрушаются, и только тогда грибы можно использовать для приготовления блюд.

Кроме того, съедобные грибы являются трудно перевариваемым продуктом, в них много хитина (грибной клетчатки), который не переваривается и затрудняет доступ пищеварительным сокам к перевариваемой пищи. В этой связи людям с ослабленным здоровьем, детям, страдающим заболеваниями желудочно-кишечного тракта, не рекомендуется употреблять в пищу грибы.

Также обращаем внимание, что употребление в пищу грибов совместно с алкоголем может активировать ряд токсинов и приводить к возникновению отсроченного токсического синдрома.

В случае отравления грибами не занимайтесь самолечением, своевременно обращайтесь за медицинской помощью.