Профилактика отравлений грибами.

Грибы – традиционное белорусское блюдо. Отравления характеризуются сезонностью: наблюдаются преимущественно весной, в конце лета и в начале осени. Грибы способны аккумулировать из окружающей среды вредные вещества и накапливать их в себе. Не следует собирать грибы возле автомагистралей, химических предприятий, в радиусе 20 км от города. 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. Отравиться можно не только ядовитыми по своей природе грибами, но и условно-съедобными, если пренебречь основными правилами их обработки и приготовления.

Чтобы избежать неприятных последствий употребления грибов, соблюдайте следующие правила:

при появлении первых симптомов отравления грибами следует немедленно обратиться за помощью в ближайшее медицинское учреждение;

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!

Большинство видов съедобных грибов даже в относительно «чистых» лесах способны концентрировать радионуклиды в количествах, опасных для здоровья, так как лесная подстилка – своеобразный экран для них. Основное количество радионуклидов располагается в верхнем слое лесной подстилки толщиной 3-5 см, остальная часть содержится в верхнем слое почвы. Вертикальное перемещение цезия-137 и стронция-90 в почве протекает медленно. Мицелий, питающий плодовое тело грибов, расположен у разных грибов в разных слоях почвы, вот накопительная способность грибов и отличается.

Проверяйте грибы на радиацию!