

Как не отравиться грибами?

Лето и осень – грибная пора, и как раз в это время отравление грибами случается наиболее часто. В большинстве случаев отравления возникают из-за незнания или недостаточного опыта сбора грибов. Ядовитые грибы можно не только собрать по ошибке в лесу, но и купить на стихийном рынке, где продаваемая продукция не прошла необходимой проверки. По данным статистики до 90% всех летальных исходов при отравлениях грибами связаны с употреблением бледной поганки. В подавляющем большинстве случаев причиной отравлений является ошибочный сбор ядовитых грибов вместо съедобных. Это связано как со слабой осведомленностью населения о токсических свойствах различных типов грибов, так и с отсутствием достаточных знаний об их внешнем виде. При этом смертельные случаи чаще всего возникают тогда, когда, по мнению пострадавших, они употребляли опята, сыроежки и шампиньоны. То есть, виды грибов, которые по внешнему виду более всего схожи с бледной поганкой. Мнение врачей-специалистов, принимающих участие в лечении больных с грибными отравлениями в медицинских организациях нашей области – все отравления грибами в нашем регионе можно вылечить кроме коварных отравлений ядами бледной поганки.

Эти яды не разрушаются при любой кулинарной обработке и для развития тяжёлого отравления достаточно съесть четверть ядовитого гриба в любом виде. Если это случилось, то развивается острое отравление, которое имеет очень характерную симптоматику. Выделяют несколько периодов течения:

I период – бессимптомный, составляющий в среднем 6-12 часов после употребления в пищу грибов, могут отмечаться незначительные признаки недомогания на которые, как правило, не обращают внимание.

II период — остро гастроэнтерита, характеризуется внезапно начинающейся обильной рвотой съеденной пищей, её кратность может достигать 20-25 раз в минуту. Затем могут отмечаться боли в животе, жидкий стул, приводящий к обезвоживанию. Период гастроэнтерита продолжается от 3 до 6 суток. В этом периоде могут наблюдаться спастические сокращения мышц конечностей, нарушение координации движений, спутанность сознания, бред, и психоз, у детей отмечаются судороги.

Данное состояние похоже на другие патологические состояния, такие как аппендицит, и различные инфекционные болезни, поэтому пострадавшие и их родственники должны при возникновении подобных симптомов обязательно сообщить врачам, об употреблении грибов в пищу. **Необходимо помнить, что обращение к медикам в этот период ещё может предотвратить необратимые последствия.**

III период — мнимого благополучия, происходит улучшение состояния больного на фоне стихания бурных проявлений гастроэнтерита (рвоты, жидкого стула, болей в животе)

IV период — поражение печени и почек, центральной нервной системы, в ряде случаев необратимые. В этом периоде быстро прогрессируют признаки тяжелой острой печеночной и почечной недостаточности, затем присоединяется дыхательная недостаточность, кровотечения, угнетение сознания, что может закончиться трагически.

В связи с этим, необходимо помнить, чтобы вместо удовольствия от грибных блюд, не очутиться на больничной койке, нужно соблюдать основные правила:

- Собирать надо только те грибы, которые вы хорошо знаете. Незнакомые и сомнительные грибы брать не следует.
- Не кладите в корзину и не покупайте переросшие, дряблые, повреждённые личинками и плесенью грибы, даже если они и не червивые.

- Ни в коем случае не пробуйте грибы на вкус. Нельзя есть грибы сырыми.
- В грибную пору не оставляйте детей одних в лесу или в парке. Предупредите их, чтобы они даже не трогали растущих грибов.
- Не собирайте грибы вблизи промышленных предприятий, автомобильных трасс.
- Никогда не покупайте грибные консервы, закрытые крышками в домашних условиях, а также грибы, грибную икру, различные салаты с грибами на рынке.
- Собирая шампиньоны, обязательно смотрите на цвет пластинок, которые должны быть розовыми и даже черными (у старых экземпляров). У похожей на шампиньон -бледной поганки — пластинки всегда белые. Пластинчатые грибы, похожие на сыроежки, рядовки, но имеющие на нижней части ножки клубневидное утолщение; как у бледной поганки и мухомора, брать ни в коем случае нельзя.

Соблюдение этих простых правил, поможет избежать неприятностей.

Но если, после употребления грибов в пищу состояние здоровья ухудшилось, нужно срочно обратиться к врачу, самостоятельно попытаться промыть желудок, вызвать рвоту, необходимо обильное питьё, приём активированного угля. Алкогольные напитки пить нельзя, так как они способствуют быстрому всасыванию ядовитых веществ в кровь. Но, на большом клиническом опыте доказано, что только своевременное комплексное лечение, включающее высокотехнологичные методы, позволяет снизить риск тяжелых осложнений и способствует снижению летальности, поэтому самое главное – это помощь врачей специалистов.

ГБУЗ «Волгоградский региональный центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Материал подготовлен к публикации и опубликован отделом подготовки и тиражирования информационных медицинских материалов ГБУЗ «ВРЦОЗ И МП» под редакцией Мельниковой Л.Б.