



## Осторожно, грибы!

### Вкусные и опасные

Наступила грибная пора. И даже если грибов не очень много, все равно так приятно дни побродить по лесу.

Грибы - это вкусно и полезно. Они содержат и белки, и немного жиров, и витамины. Однако каждый год, каждый грибной сезон бывает омрачен печальными событиями - грибными отравлениями. В некоторых случаях отравления приводят к смертельным исходам. Как правило это происходит потому, что грибники стремятся набрать побольше грибов, и в корзинки вместе со съедобными грибами попадают ядовитые. Как же их отличить? Какие правила необходимо помнить при сборе грибов?

Собирай только те грибы, которые ты хорошо знаешь. Сомнительные грибы лучше не брать. И учти, что легче всего спутать с поганками совсем маленькие грибочки.

Запомни отличительные признаки ядовитых и несъедобных грибов:

- белые точки или чешуйки на верхней стороне шляпки;
- чешуйки на нижней части ножки;
- резкое, ярко выраженное утолщение у основания ножки;
- пленка под шляпкой (за исключением опят, маслят и шампиньонов, которые являются съедобными грибами);
- нижняя поверхность шляпки - розовая или красноватая.

Грибы легко впитывают в себя вредные вещества, содержащиеся в почве и атмосфере. Поэтому не стоит собирать очень старые грибы, даже если они не червивые. Самые "чистые" и "безопасные" грибы - белые и лисички.

Не собирай грибы в черте города - в парках и скверах, а за городом - вблизи свалок и скоплений мусора.

Все грибы, выделяющие млечный сок (грузди, волнушки, свинушки, горькушки и пр.) относятся не к съедобным, а к условно съедобным грибам. Их можно только солить, но ни в коем случае не жарить и не варить из них суп. Не собираешь на засолку - не бери их, пусть растут дальше и ждут других грибников.

Некоторые несъедобные грибы настолько похожи на съедобные, что их часто путают. Поэтому их называют ложными - ложный белый, ложный подберезовик, ложный моховик. У всех перечисленных ложных грибов одна особенность: розоватая или красная "губка" под шляпкой. К тому же эта губка очень горькая на вкус. Жевать ее, конечно, нельзя, а вот лизнуть можно. Почувствовав горечь, достаточно несколько раз сплюнуть, ну а гриб нужно выбросить.

Никогда не ешь сырые грибы, в том числе - сыроежки. В лучшем случае у тебя будет расстройство желудка, в худшем - тяжелое отравление

Самый ядовитый гриб - бледная поганка. В четвертушке шляпки среднего размера содержится смертельная доза яда. Мухоморы также очень опасны, хотя отравление ими реже приводит к смертельным исходам. Ядовитые свойства бледной поганки и мухоморов сохраняются при любой обработке: и при сушке, и при варке, и при засолке. Один-единственный мухомор может «отравить» целое ведро хороших грибов!

Тяжелые отравления вызывают поганки, ложные грибы, неправильно приготовленные условно съедобные грибы.

Порой можно отравиться и вполне хорошими съедобными грибами. Как? Да очень просто: если их недодарить или недожарить. Поэтому перед жаркой грибы необходимо отварить в соленой воде, а потом хорошо промыть. Для супа грибы нужно варить, пока они не опустятся на дно кастрюли.

Первые признаки грибного отравления обычно проявляются уже через полчаса после еды. Самое позднее - спустя 4 часа. В таких случаях нужно сразу же вызвать скорую помощь, даже если отравление кажется легким.

#### **ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ ГРИБАМИ:**

- боль в животе, тошнота, рвота, понос, слабость, головная боль, обильный пот, изменение температуры тела (она может не повыситься, а наоборот, резко понизиться);
- при сильном отравлении, особенно ядом мухоморов и бледной поганки, возможны бред, галлюцинации, потеря сознания.

#### **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГРИБАМИ:**

Все виды отравления грибами требуют немедленного оказания помощи. Поэтому при первых же признаках отравления необходимо вызвать скорую помощь. До прибытия врачей нужно очистить желудок больного (вызвать рвоту), затем уложить его в постель, укрыть теплым одеялом и как можно чаще поить больного кипяченой водой. Никакой пищи до врачебного осмотра больному принимать нельзя. Также нельзя до приезда врача давать ему лекарства, особенно болеутоляющие.