

## «Осторожно, ядовитые грибы!!!»

**Наступил очередной грибной сезон.** Из укромных мест извлечены корзины и походная одежда. Сбор грибов – занятие, таящее в себе определённый риск. Увы, **отравление грибами не столь уж редки. Каковы же симптомы отравления?** Чаще всего возникают они через 6-12 часов после употребления грибов. Это – обильное слюнотечение, сильные коликообразные боли в животе, неукротимая рвота, расстройство кишечника. Из-за большой потери жидкости у пострадавшего развивается мучительная жажда. Сильные боли в печени сопровождаются быстрым развитием желтухи. Нередко возникают судороги, затруднённое дыхание, лицо принимает синеватый оттенок. С каждым часом больной слабеет, впадает в забытие. А через день-два может наступить трагическая развязка.

В отличие от взрослых отравления ядовитыми грибами и растениями у детей протекают тяжелее потому что:

- Все системы органов еще незрелые.
- Низкая устойчивость организма к яду.
- Характерно более быстрое проникновение яда в организм.

Склонность детского организма к токсикозу и эксикозу (*обезвоживанию*).

Профилактика отравления ядовитыми растениями и грибами состоит в мерах предосторожности.

### **Уважаемые родители! Научите своих детей следующему:**

- Нельзя пробовать на вкус неизвестные ягоды, листья, стебли растений, плоды, семена, грибы, как бы привлекательно они не выглядели.

- К незнакомым растениям даже нельзя дотрагиваться, так как можно получить ожег, аллергическую реакцию.

- В ядовитых растениях содержатся яды, способные вызвать отравления как при вдыхании летучих арома-веществ, выделяемых растениями, так и при попадании сока на кожу.

- Самое сильное отравление можно получить при приеме внутрь токсина с ягодами, листьями, корнями.

### **Мифы и правда о грибах.**

1. **Грибы нужны в рационе**, потому что на Руси их издревле собирали и ели. Современному человеку совсем не идут высказывания про «еду наших бабушек». Наши предки жили в экологически чистое время. Ягоды и грибы еще не были отравлены отходами производств в полной мере. В древней Руси крестьяне работали до семи потов, такая работа подразумевала огромные затраты энергии, поэтому организм был способен переварить тяжелую пищу. Нашу жизнь не назовешь изнуряющей.

Грибы издревле не варили и не жарили, их заготавливали сырыми, таким образом грибы сохраняли все питательные вещества. В наше время грибы (*из-за плохой экологии*) приходится отваривать, при температуре 100 градусов уничтожается практически вся польза.

2. Чтобы обезопасить сомнительные грибы, их надо предварительно заморозить.

Минус 18 — недостаточно низкая температура, чтобы прекратить жизнедеятельность патогенных микробов и грибков. В морозильнике грибы продолжают накапливать токсические вещества. Более или менее надежный способ — варка. Все это подходит для съедобных грибов: если в куче завалялась бледная поганка, ее невозможно выварить или заморозить. Ее яд считается самым сильным растительным ядом в природе.

3 Грибы можно различить по запаху. Та же бледная поганка не пахнет ничем.

4 Насекомые не едят ядовитые грибы. Весьма охотно, особенно слизни.

5 Головка лука или чеснока, положенная в кастрюлю, побуреет из-за присутствия хоть одного ядовитого гриба, а серебряная ложка — потемнеет.

На самом деле побурение лука и чеснока происходит под действием фермента тирозиназы, который имеется и в съедобных и в ядовитых грибах. Потемнение серебра происходит под действием аминокислот, содержащих серу, которая тоже есть во всех грибах.

6 Опасны только несъедобные грибы. Любые, даже съедобные грибы содержат несколько опасных токсических элементов. В съедобных грибах обнаружены в микродозах яды, определенное количество которых смертельно - щавелевая, синильная, гельвелловая кислоты, мышьяк. Не собирайте грибы в очень жаркую погоду, из-за жары больше половины съедобных грибов становятся ядовитыми.

7 Если в первые сутки после грибного обеда ничего страшного не случилось, значит, все в порядке. Убийственные свойства токсины приобретают, претерпевая различные изменения в печени, и отравление развивается через 6-35 часов после грибного обеда.

8 При отравлении грибами достаточно выпить ударную дозу сорбента.

Отравление грибами никогда не проходит само по себе, поэтому, оказав первую помощь, немедленно вызывайте «скорую».

Помните, что детские отравления съедобными грибами всегда протекают очень тяжело, с осложнениями. Легких случаев не бывает!