[Памятка по предупреждению отравлений грибами](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fdsdlf.com%2Fzdorovie2%2F198-pamyatka-po-preduprezhdeniyu-otravlenij-gribami-i-dr.html&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNEzs0NSMqdecU-gFHoQn-rVMlDJrQ)

 Отравления грибами встречаются нередко и иногда заканчиваются трагически.

 В случае отравления грибами важно  оказать первую помощь. При любом, даже легком отравлении грибами надо немедленно обратиться к врачу, вызвать скорую помощь, так как жизнь отравившихся лиц грибами во многом зависит от своевременности оказания специализированной медицинской помощи.

            В качестве первой помощи до прихода врача нужно попытаться вывести из организма ядовитые вещества, для чего следует промыть желудок заболевшего.

 Для уменьшения обезвоживания организма и жажды, сопровождающих отравление грибами, следует давать больному пить холодную, слегка подсоленную воду, холодный крепкий чай, молоко.

     Чтобы избежать отравления, надо хорошо знать основные признаки ядовитых и несъедобных грибов и придерживаться правила – никогда не брать в пищу неизвестные грибы. Кроме того, нужно иметь представление и о признаках отравления, о свойствах грибных ядов.
           Отравление грибами можно разделить на несколько типов:

Отравление наиболее опасными грибами, содержащими ядовитые вещества (бледная поганка, мухоморы). Первые признаки отравления проявляются через 6-24 часа, реже через 48 часов. Примерно через 3 дня наступает кажущееся облегчение. Однако вскоре проявляется желтуха, и больной умирает от нарушения функции печени.

 Отравление грибами-двойниками (ядовитые грибы очень похожие на съедобные – ложные опята, желчный гриб). Ложные опята отличаются от съедобных по цвету пластинок. Так, у ложного серо-желтого опенка пластинки серо-желтые, у кирпично-красного – беловато-кремовые пластинки, которые быстро темнеют и становятся лиловыми, черными. Желчный гриб – двойник белого гриба, отличается тем, что при разрезе мякоть розовеет, гриб очень горький на вкус.

 Отравление грибами, вызывающими желудочные и кишечные расстройства (шампиньоны, сырые волнушки, млечник). Первые признаки отравления наступают через 30 минут, при этом ощущается тошнота, головная боль, желудочные колики, рвота, понос.



 Отравление условно-съедобными грибами (дождевики, сморчки, строчки и т.д.), которые требуют дополнительной специальной обработки перед употреблением в пищу. Такие грибы следует нарезать, промыть, кипятить в течение 10-15 минут, после чего отвар сливается, грибы повторно промываются, отжимаются и только после этого готовятся.

 Отравления перезревшими и подсохшими грибами. Собирать такие грибы не рекомендуется, так как они могут содержать вредные вещества.

      При сборе и покупке грибов обязательно обращайте внимание на их внешний вид, при этом если есть хоть малейшие сомнения в съедобности грибов – откажитесь от употребления их в пищу.
           И наконец, последний совет - не злоупотребляйте пищей из грибов. Не забывайте, что грибы - белковый продукт с большим содержанием клетчатки, переваривается с трудом. Не ешьте много грибов на ночь, при обработке сырых грибов старайтесь их помельче нарезать, измельчить, побольше используйте грибной порошок из высушенных грибов. Не рекомендуется есть грибы беременным и кормящим женщинам, также они противопоказаны детям до 8 лет. В случаи отравления необходимо как можно быстрее обратиться за помощью в лечебное учреждение и не заниматься самолечением.