



ZATRUCIA GRZYBAMI

OBJAWY, PIERWSZA POMOC, LECZENIE



Główny Inspektorat Sanitarny





Główną przyczyną zatrucia grzybami jest niewłaściwe rozpoznanie jadalnych i trujących grzybów, nieodpowiednie przygotowanie potraw z niektórych jadalnych grzybów oraz ich niewłaściwe przechowywanie.

Pierwsze objawy zatrucia grzybami mogą pojawić się już po kilku godzinach od ich zjedzenia, jednak w zależności od rodzaju grzybów, symptomy zatrucia mogą wystąpić nawet po kilkunastu godzinach od spożycia grzybów.

Niejednorodność objawów zatrucia grzybami wynika z zawartości różnych toksyn w poszczególnych odmianach grzybów. Rodzaje objawów oraz ich intensywność zależą od predyspozycji organizmu oraz ilości spożytych grzybów.

NAJCZĘSTSZE OBJAWY ZATRUCIA GRZYBAMI:

- nudności
- wymioty
- ból brzucha i głowy
- podwyższona temperatura ciała

PIERWSZA POMOC

Jeśli po zjedzeniu grzybów pojawiają się oznaki zatrucia, należy niezwłocznie zapewnić pomoc lekarską, skontaktować się z numerem alarmowym 999 lub 112 albo przewieźć chorego do szpitala.

Czekając na pomoc medyczną można sprowokować wymioty. Należy zabezpieczyć resztki potrawy, obierzyny, wymiociny.

Osobie z objawami zatrucia nie należy podawać nigdy alkoholu i mleka, ponieważ płyny te ułatwiają wchłanianie substancji toksycznych do krwiobiegu.



LECZENIE

Bardzo często pacjenci nie kojarzą swoich dolegliwości ze spożyciem grzybów i bagatelizują objawy.

Zbyt późna reakcja i brak właściwego leczenia może prowadzić do powstania nieodwracalnych zmian w organizmie, a nawet śmierci.

Leczenie polega na płukaniu żołądka, podawaniu węgla aktywnego oraz uzupełnianiu płynów i elektrolitów. Stosowane jest również leczenie objawowe.

Najczęstsze i najbardziej niebezpieczne zatrucia spowodowane są na skutek spożycia *Muchomora sromotnikowego*, który mylony jest z takimi grzybami jadalnymi jak: *Czubajka kania*, *Gąska zielona*.

Hospitalizacja w przypadku najcięższych zatruc trwa od kilku do kilkunastu tygodni a badaniu i kontroli powinny się poddać wszystkie osoby, które jadły potrawę z grzybami, a nie tylko te, które mają objawy zatrucia.

SPOŻYWANIE GRZYBÓW:

Przy zatruciu grzybami możemy na początku mieć objawy podobne jak przy niestrawności lub infekcjach przewodu pokarmowego.

Nie zaleca się jedzenia grzybów:

- kobietom w ciąży i karmiącym,
- dzieciom,
- osobom starszym,
- osobom z zaburzeniami pracy przewodu pokarmowego.





ROZPOZNAWANIE GRZYBÓW

Zbieranie grzybów wymaga wiedzy oraz doświadczenia.

POMOC W ROZPOZNAWANIU:

Grzyboznawcy – posiadają uprawnienia do oceny grzybów świeżych i suszonych

Klasyfikatorzy grzybów – posiadają uprawnienia do oceny wyłącznie grzybów świeżych.

Klasyfikatorzy grzybów świeżych uzyskują uprawnienia w drodze decyzji państwowych wojewódzkich inspektorów sanitarnych, natomiast grzyboznawcy w drodze decyzji administracyjnej

Wielkopolskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego, które poprzedzone są odpowiednim kursem specjalistycznym oraz egzaminem.

Atlas grzybów – zawierający szczegółowe informacje o grzybach, miejscach ich występowania oraz zdjęcia przedstawiające poszczególne gatunki.

Aplikacje mobilne – ułatwiające identyfikację grzybów za pośrednictwem smartfonu, dostępne w postaci mobilnych atlasów grzybów lub identyfikujące grzyby na podstawie zrobionego zdjęcia.

PAMIĘTAJ!

Zbieraj grzyby, co, do których masz całkowitą pewność. Jeżeli masz wątpliwości, nie ryzykuj, przynieś grzyby do najbliższej siedziby stacji sanitarno-epidemiologicznej, w której dyżury pełnią grzyboznawcy lub klasyfikatorzy grzybów. Specjalista bezpłatnie oceni czy grzyby są jadalne, niejadalne czy też trujące.

Godziny dyżurów sprawdź w najbliższej stacji sanitarno-epidemiologicznej.

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO GRZYBOBRANIA:

- odpowiednie ubranie: bluza lub kurtka, spodnie z długimi nogawkami, peleryna przeciwdeszczowa, kalosze lub buty z wyższą cholewką, czapka lub kapelusz – zabezpieczy nas przed wilgocią oraz ukąszeniem owadów i zmij;
- koszyk na grzyby najlepiej wiklinowy – w foliowej torebce grzyby ulegają zaparzeniu, co sprzyja ich szybkiemu psuciu;
- nożyk do oczyszczania grzybów – zbierając grzyby delikatnie je wykręcamy z podłoża a pozostałości ściółki czyścimy za pomocą noża;
- środek odstraszaający owady – stanowi dodatkową ochronę przed komarami i kleszczami.

