

Zasady prawidłowego zbierania grzybów

Ważne zasady

- **NIE ZRYWAMY MŁODYCH GRZYBÓW, BO ONE NIE WYKSZTAŁCIŁY CECH CHARAKTERYSTYCZNYCH DLA DANEGO GATUNKU, ŁATWO WIĘC O POMYŁKĘ**
- **GRZYBY WYKRĘCAMY Z ZIEMI, A DOŁEK ZASYPUJEMY I PRZYGNIATAMY, BY ZABEZPIECZYĆ GRZYBNIĘ**

Ważne zasady

- **POCZĄTKUJĄCY ZBIERACZE POWINNI ZBIERAĆ TYLKO GRZYBY RURKOWE WSRÓD NICH, W PRZCIWIENSTWIE DO BLASZKOWYCH, NIE MA ŚMIERTELNIE TRUJĄCYCH**
- **GRZYBY ZBIERAMY DO PRZEWIEWNYCH KOSZYKÓW LUB ŁUBIANEK**



Ważne zasady

- *NIE ZBIERAĆ GRZYBÓW DO WORKÓW PLASTIKOWYCH CZY REKLAMÓWEK, PONIWAŻ GRZYBY ŁATWO SIĘ W NICH ŁAMIĄ, KRUSZĄ I ZAPARZAJĄ, A WTEDY NAWET W JADALNYCH GRZYBACH MOGĄ SIĘ WYTWORZYĆ SUBSTANCJE SZKODLIWE DLA ZDROWIA.*

Ważne zasady

- *W RAZIE WĄTPLIWOŚCI, CZY DANY GRZYB JEST JADALNY, **BEZPIECZNIEJ JEST ZOSTAWIĆ GO W LESIE.***
- *PAMIĘTAJMY, BY NIE NISZCZYĆ GRZYBÓW, KTÓRE ZIDENTYFIKOWALIŚMY JAKO TRUJĄCE BĄDŹ NIEJADALNE : **ONE TEŻ ODGRYWAJĄ WAŻNĄ ROLE W LEŚNYM EKOSYSTEMIE.***



Ważne zasady

- *PO POWROCIE DO DOMU Z GRZYBOBRANIA ZEBRANE GRZYBY PRZEGLĄDAMY, SEGREGUJEMY WEDŁUG GATUNKÓW.*



Ważne zasady

**GRZYBY PRZECHOWUJEMY W SUCHYM,
PRZEWIWNYM MIEJSCU, ŻEBY NIE SPLEŚNIAŁY
I ZACZEŁY SIĘ PSUĆ.**

NAJLEPIEJ PRZTWORZYĆ JE W TYM SAMYM DNIU.

*Przygotowane potrawy z grzybów nie należy
przechowywać (nawet w lodówce) dłużej niż
jeden dzień!*

Najczęściej mylone grzyby

SPOŚRÓD TYSIĘCY GRZYBÓW WYSTĘPUJĄCYCH NA TERENIE NASZEGO KRAJU, ISTNIEJE KILKA TRUJĄCYCH GATUNKÓW, KTÓRE DO ZŁUDZENIA PRZYPOMINAJĄ GATUNKI JADALNE.

Prawda czy fałsz

- *Nie kierujemy się przesądami!*
- *To, że na grzybie żeruje ślimak, nie znaczy, że jest on jadalny dla człowieka.*
- *Nie wierzymy też metodzie "na smak".*
- *To nieprawda, że grzyby trujące mają ostry, piekący smak. Śmiertelnie trujący muchomor sromotnikowy, zwany leśną śmiercią, ma smak... słodki i przyjemny!*

Najczęściej mylone grzyby

Należą do nich wszystkie *muchomory*,
a wśród nich *muchomor sromotnikowy*
– *50g tego grzyba może spowodować śmierć*
dorosłego człowieka.



Pierwsze objawy zatrucia często pojawiają się
długo po spożyciu, w niektórych przypadkach
nawet po kilku dniach.

Najczęściej mylone grzyby

Przez ten czas **trucizny w nich zawarte**,
a spożyte przez nieostrożnego grzybiarza,
robią spustoszenie w organizmie.

Zbieranie grzybów z blaszkami na spodzie
kapeluszy **wymaga dużej wiedzy**
i ostrożności.

Najczęściej mylone grzyby



Muchomor sromotnikowy
(młody owocnik)

Nie przestrzeganie zasady zbierania *młodych grzybów* jest m.in. przyczyną spożywania **muchomora sromotnikowego** jako **gołąbka zielonawego** lub **trawiastego** czy też **gąską zielonką** oraz **czubajkę kanię** (sowa).



Muchomor sromotnikowy



Gąska zielonka



Gołąbek zielonawy

Najczęściej mylone grzyby

Grzyby opisane poniżej w lewej kolumnie są **śmiertelnie trujące** :

Najczęściej mylone grzyby



Muchomor jadowity (*Amanita virosa*) i **Czubajka kania** (*Macrolepiota procera*)

Najczęściej mylone grzyby



Strzepek ceglasty (*Inocybe patouillardii*) i **Wietruszka tarczowata** (*Entoloma clypeatum*)

Najczęściej mylone grzyby



Muchomor sromotnikowy (*Amanita phalloides*) i **Gąska zielonkawa** (*Tricholoma flavovirens*)

Najczęściej mylone grzyby



Hełmówka obrzeżona (*Galerina marginata*) i **Łuszczak zmienny** (*Kuehneromyces mutabilis*)

Najczęściej mylone grzyby



Zasłonak rudy (*Cortinarius orellanus*) i Płachetka kołpakowata (*Rozites caperata*)

Najczęściej mylone grzyby



Zasłonak spiczasty (*Cortinarius rubellus*) i **Mleczaj świerkowy** (*Lactarius Deterrimus*)

Najczęściej mylone grzyby



Piestrzenica kasztanowata (*Gyromitra esculenta*) i Smardz praski (*Morchella pragensis*)

Trująca - Piestrzenica Kasztanowata

często mylona z jadalnym smardzem (*grzyb w stanie naturalnym pod ochroną!!!!!!*)

Owocnik jest wyraźnie podzielony na główkę i trzon. Główka jest ciemnobrązowa do czerwonobrązowej, ma miętko pofałdowaną powierzchnię z nieregularną strukturą podobną do mózgu, jej szerokość to ok. 8-10 cm, nie jest pusta; trzon białawy, niekiedy silnie wygięty, ma podłużne fałdy i jest częściowo pusty. Miąższ pachnie przyjemnie, aromatycznie, jest twardy w trzonie, zaś w kapeluszu trochę łamliwy. Występowanie: III-V w lasach sosnowych na piaskach. Uwaga!!! ***PIESTRZENICA KASZTANOWATA JEST GRZYBEM TRUJĄCYM, ZAWIERA GYROMITRYNĘ, ROZPUSZCZALNĄ W WODZIE TRUCIZNĘ USZKADZAJĄCĄ WĄTROBĘ I NERKI.*** Toksyna nawet przy gotowaniu nie ulega zniszczeniu; zwłaszcza powtórne spożycie piestrzenicy kasztanowatej często prowadzi do przypadków śmiertelnych



Jadalny – SMARDZ JADALNY

Kapelusz wysokości 3-10 cm, przeważnie jasnobezowy do ochrowego, też szary do prawie czarnego; owalny lub zaokrąglony.



Krawędzie jamek ułożone nieregularnie. Trzon biały, kremowy do żółtego, na powierzchni otrębiasty. Występowanie: od IV do V w lasach liściastych i mieszanych, w łąkach, pod jesionami, na nienawożonych łąkach, zazielenionych wysypiskach. **W stanie naturalnym jest chroniony**

Jeżeli nie mamy pewności, że zebrane grzyby są jadalne, warto skorzystać:

z porad grzyboznawcy/ klasyfikatora

udzielanych w Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Pile, Al. Wojska Polskiego 43

Poniedziałek - Piątek 7:30 – 10:00

(w okresie owocowania grzybów).

Należy oszczędzać grzyby rzadkie i ginące, nawet jeśli są jadalne!

Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 9 lipca 2004r. w sprawie gatunków dziko występujących grzybów objętych ochroną (Dz. U. z dnia 28 lipca 2004r. Nr 168, poz.1765).



Szmaciak gałęzisty



Purchawica olbrzymia



Piesterzenica kasztanowata (*Gyromitra esculenta*) i Smardz praski (*Morchella pragensis*)

Problematyka zatrucić grzybami

Grzyby jako czynnik etiologiczny odgrywają istotną rolę w zatruciach pokarmowych i stanowią problem epidemiologiczny. W etiologii zatruc grzybami notuje się około **35 gatunków**, w tym kilka śmiertelnie trujących. Zatrucia grzybami mają charakter sezonowy i uwarunkowany okresem wegetacji poszczególnych gatunków. Zwykle są to zatrucia rodzinne spowodowane grzybami zbieranymi na własny użytek.

Zatrucia grzybami są wynikiem działania kilku czynników:

1. zmienność gatunków

W zależności od podłoża i nasłonecznienia grzyby wykazują dużą zmienność barwy, odcieni i formy. Ponadto wiele gatunków grzybów trujących jest podobnych do gatunków jadalnych, stąd możliwość pomyłek!

2. **stale zmniejszający się zasób grzybów w lasach**

wprowadzanie nowych gatunków do konsumpcji i przetwórstwa

3. **słaba znajomość grzybów w społeczeństwie**, ich właściwości toksycznych, przemian biochemicznych występujących podczas przechowywania grzybów i skutków spożywania grzybów jadalnych nieodpowiednio przyrządzonych lub niewłaściwie przechowywanych.

Postępowanie przy podejrzeniu zatrucia grzybami



Zatrucie grzybami

Jeżeli po spożyciu grzybów zauważymy objawy zatrucia, **takie jak: bóle brzucha, bóle w nadbrzuszu, uporczywe wymioty i biegunka, silne pragnienie, kurcze mięśni, drgawki mięśni, zaburzenia pracy serca i układu krążenia, spadek ciśnienia tętniczego krwi, bóle wątroby, silnie rozszerzone źrenice, stany podniecenia, odurzenia, zamroczenia, zaburzenia świadomości, utraty przytomności, śpiączka** powinniśmy natychmiast **wezwać lekarza** lub **zgłosić się do szpitala !**

Zanim przybędzie lekarz:

1. Zaleca się wypróżnić żołądek poprzez **wywołanie wymiotów** (wprowadzenie palca do gardła i podanie osolonej wody).

Nie wolno podawać mleka ani alkoholu !!!

2. Należy zabezpieczyć wymiociny oraz resztki potrawy grzybowej, ewentualnie obierzyny z grzybów (celem diagnostyki laboratoryjnej);

Ułatwimy w ten sposób rozpoznanie gatunku grzyba, który wywołał zatrucie, co umożliwi zastosowanie właściwego leczenia.

Wymienione zabiegi należy zastosować również do osób, które jadły tę samą potrawę, choć nie wystąpiły u nich jeszcze objawy zatrucia. Często po wystąpieniu ww. objawów następuje okresowe polepszenie stanu zdrowia, po którym stan chorego gwałtownie się pogarsza.



Zgłoszenie się w porę do lekarza może choremu uratować życie

Handel grzybami



Zasady wprowadzania grzybów świeżych do obrotu handlowego.

Handel grzybami

Punkty skupu grzybów oraz przedsiębiorcy prowadzący działalność gospodarczą w zakresie skupu, oraz handel grzybami, zobowiązani są zatrudnić osoby posiadające uprawnienia klasyfikatora grzybów, a dla grzybów suszonych grzyboznawcę.

Wykaz grzybów dopuszczonych do obrotu lub produkcji przetworów grzybowych lub środków spożywczych zawierających w swoim składzie grzyby, obejmujące 44 gatunki – zgodnie zobowiązującymi w Polsce rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 17 maja 2011r. w sprawie grzybów dopuszczonych do obrotu lub produkcji przetworów grzybowych oraz środków spożywczych zawierających grzyby oraz uprawnień klasyfikatora grzybów i grzyboznawcy (Dz.U.115.672.2011r.)

Grzyby świeże rosnące w warunkach naturalnych wolno sprzedawać w placówkach handlowych lub na targowisku pod warunkiem:

- **uzyskania atestu klasyfikatora grzybów lub grzyboznawcy**
- **umieszczenia w miejscu sprzedaży informacji o gatunku grzybów, nazwiska i adresu sprzedawcy**

Atest na grzyby świeże i suszone można uzyskać w Powiatowej Stacji Sanitarno- Epidemiologicznej w Pile, Al. Wojska Polskiego 43, codziennie w godz. od 7:30-10:00 oraz na Targowisku Miejskim Nr 1 przy ul. Rynkowej w Pile.

Wydając atesty na grzyby świeże dokonuje się oceny zgodności gatunkowej grzybów oraz cech organoleptycznych. Atest obejmuje partie badaną, której maksymalny okres przechowywania wynosi 48 godzin w temp. 10°C