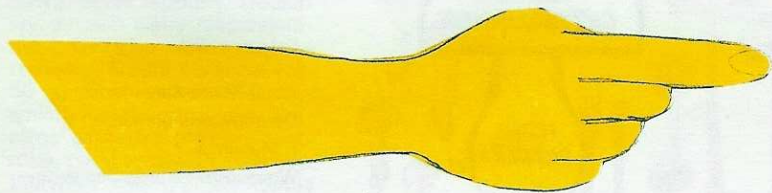


# OSTROŻNIE!

## grzyb trujący



# Objaśnienia znaków

IV V VI VII  
VIII IX X XI



liściasty, sosnowy, iglasty, brzozowy



mieszany, pniaki, park, polana leśna



Oznaczenie gatunku jadalnego, z którym mylony jest trujący.



Oznaczenie najważniejszych cech rozpoznawczych

Okres występowania

Miejsce występowania  
Rodzaje lasów:



Autor Maria Klawitter  
Opracowanie graficzne:  
I. Marciniak  
Wojewódzka Stacja Sanitarno-  
Epidemiologiczna w Poznaniu

# 1. Muchomor sromotnikowy

— Leśna śmierć —

(*Amanita phalloides*)



VII VIII  
IX X

Kapelusz początkowo wypukły później płasko rozpostarty. Błaski przez cały okres wegetacji białe, niezmiennie. Trzon biały z delikatnym seledynowym deseniem. W górnej części przyrośnięty pierścień, w postaci zwisającego kołnierza, podstawa bulwiasto zgrubiała otoczona odstającą pochwą. Smak łagodny, słodkawy, zapach słaby nieprzyjemny. Grzyb śmiertelnie trujący. Średni owocnik (ok. 50 g) może stanowić dawkę śmiertelną dla człowieka. Trucizna uszkadza głównie wątrobę, nerki i mięsień sercowy. Pierwsze objawy występują po 12–24 godz. po spożyciu. Zabiegi kulinarne nie zmniejszają toksyczności grzyba.



Gołąbek zielonawy  
(*Russula virescens*)



Gąska żółta  
(*Tricholoma flavovirens*)



Czubajka kania  
(*Macrolepiota procera*)





## 2. Muchomor jadowity

(*Amanita virosa*)



VII VIII IX

Cały biały. Kapelusz młodych owocników stożkowy, z garbkim na szczycie. Powierzchnia trzonu włóknista, z wyraźnymi zadziorkami. Starsze okazy czasem bez pierścienia lub tylko z jego resztkami. Smak i zapach słaby, nieprzyjemny. Grzyb śmiertelnie trujący. Zawiera takie same trucizny, jak muchomor sromotnikowy i powoduje takie same objawy zatrucia. Mylony z pieczarkami.



Pieczarka (*Agaricus*)

### 3. Muchomor wiosenny

(*Amanita verna*)

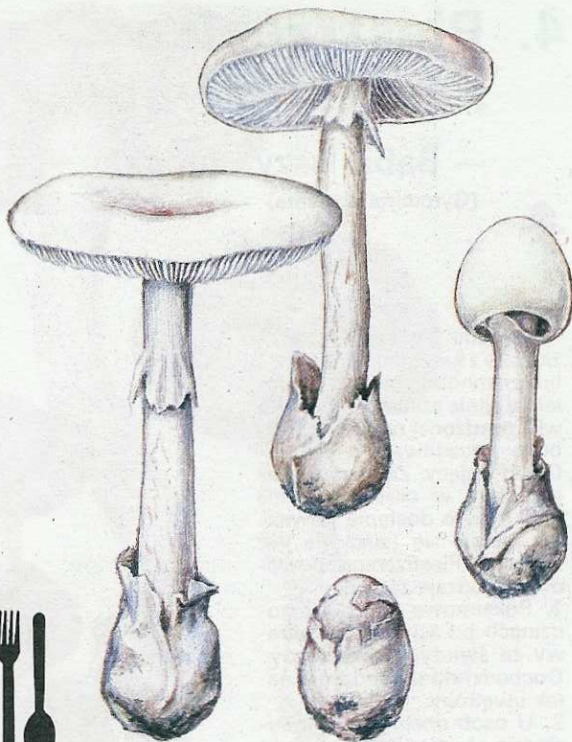


VII VIII  
IX X

Podobny do muchomora sromotnikowego, lecz o białym zabarwieniu. Podobnie jak u muchomora sromotnikowego blaszki przez cały okres wegetacji białe. Trzon pokryty gładką, białą skórką. Miąższ biały. Smak łagodny, zapach słaby, przyjemny. Grzyb śmiertelnie trujący. Zawiera takie same trucizny, jak muchomor sromotnikowy i powoduje takie same objawy zatrucia. Mylony z młodymi pieczarkami.



Pieczarka (*Agaricus*)



## 4. Piestrzenica kasztanowata

— Babie uszy, marchla —

(*Gyromitra esculanta*)



IV V

Owocnik średniej wielkości, złożony z kasztanowatej, jasno lub ciemnobrązowej, nieregularnej silnie pofałdowanej główki, osadzonej na białym, głęboko bruzdowanym trzonie. Grzyb trujący. Zawiera truciznę, która w czasie suszenia przy dużym dostępie powietrza ulatnia się (suszy nie jest trujący). Piestrzenica powoduje 2 rodzaje zatrucia.

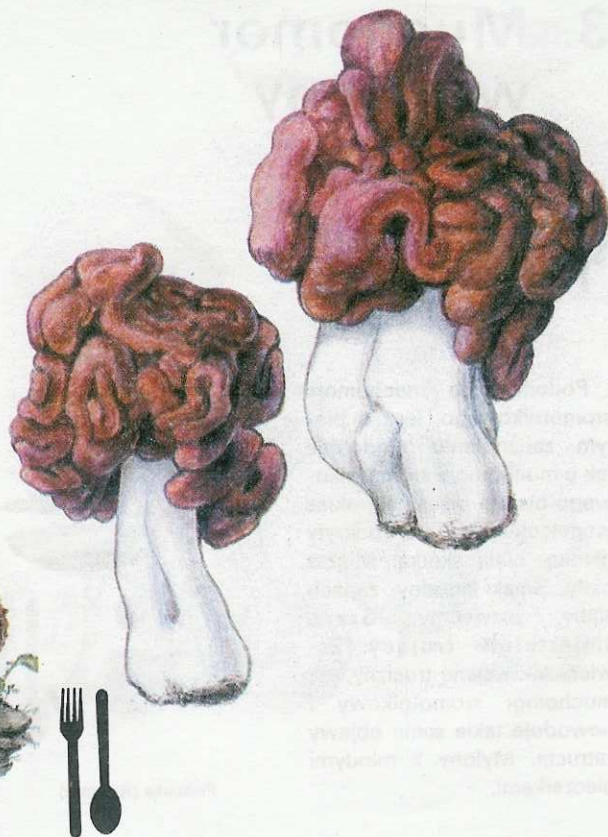
1. Pokarmowe po 8–12 godzinach po spożyciu potrawy ze świeżych owocników. Dochodzi do uszkodzenia nerek i wątroby.

2. U osób obsługujących suszarnie i magazyny świeżo wysuszonych grzybów na skutek wdychania ulatniającej się trucizny.

Grzyb mylony ze smardzem.



Smardz jadalny





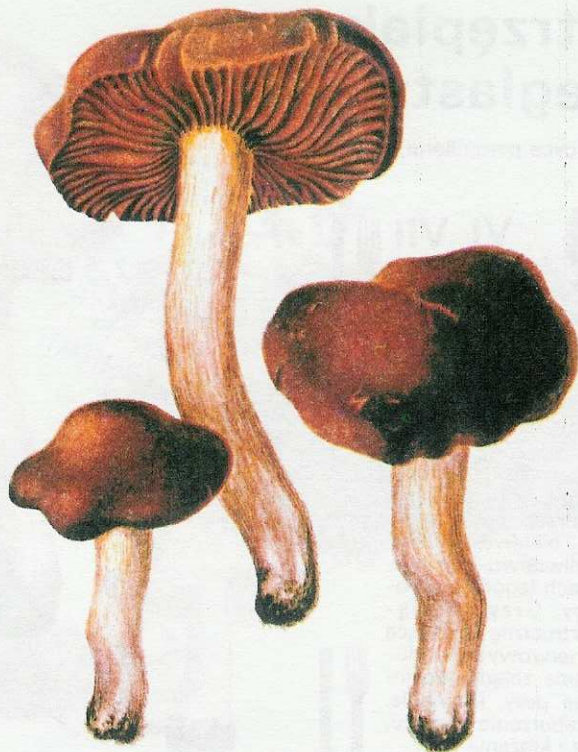
## 5. Zastłonak rudy

(*Cortinarius orellanus*)



VIII IX  
X XI

Owocniki cynamonoworu-  
de, z odcieniem złotawym,  
trzon ochrowo żółty. Smak  
niewyraźny, zapach słaby, po-  
dobny do rzodkiewki. Grzyb  
występuje głównie w Wielko-  
polsce i na Pomorzu. Grzyb  
silnie trujący, zawiera kilka  
trucizn, które uszkodzają nerki  
i powodują zanik nadnerczy.  
Zatrucia mogą występować  
po 2-4 dniach, niekiedy na-  
wet po 2 tygodniach po spo-  
życiu potrawy. Zabiegi kulina-  
rne nie zmniejszają toksyczno-  
ści.



# 6. Strzępiak ceglasty

(*Inocybe patouillardii*)



VI VII  
VIII IX



Kapelusz u młodych owocników — bładożółty, później o zabarwieniu łuski dojrzałej cebuli. Brzeg kapelusza popękany i postrzępiony. Blaszki u młodych białawe, u starszych oliwkowo-brązowe. Smak i zapach łagodny, owocowo-winny. Grzyb trujący. Zawiera truciznę działającą na system nerwowy powodując zaburzenia żołądkowo-jelitowe, silne poty, łzawienie, ślinienie, zaburzenie wzroku, oddychania i krążenia. Objawy występują po 30 min. po spożyciu potrawy grzybowej.

Łuskiak plachetka  
*Rozites caperata*



Gąska majówka  
(*Tricholoma Georgii*)





# 7. Lejkówka odbielona

(*Clitocybe dealbata*)



IX X XI

Owocniki drobne, kapelusz biały spłaszczony, o brzegu lekko podwiniętym, blaszki białe, zbiegające na cienki biały trzon.

Grzyb silnie trujący, wywołuje objawy zatrucia po 30–60 min. w postaci zaburzeń żołądkowo-jelitowych, silne poty, ślinienie, łzawienie, zaburzenia w krążeniu i oddychaniu.

Mylony z twardzioskiem przydrożnym (podrózniczki, tańcówka).



Twardzioszek przydrożny  
(*Marasmius oreades*)

# 8. Krowiak podwinięty

— olszówka —

(*Paxillus involutus*)



VII VIII  
IX X

Owocniki ochrowobrązowe, rdzawooliwkowe lub szarooliwkowe. U młodych owocników brzeg silnie podwinięty. Błaski oliwkowobrązowe zbiegające na krótki prosty trzon. Grzyb trujący, zawiera trucizny rozpuszczalne w wodzie na gorąco, dlatego obgotowywanie grzybów i odlewanie wywaru zmniejsza ich toksyczność. U większości osób objawy zatrucia występują mimo obgotowywania grzybów, po 4,5–5 godzin po spożyciu potrawy, w postaci zaburzeń żołądkowo-jelitowych, oddychania i krążenia. Ponadto powoduje ubytki w błonie śluzowej przewodu pokarmowego i może być przyczyną powstawania tzw. „wrzodów”.



# 9. Muchomor czerwony

— muchomór, muchar

(*Amanita muscaria*)



VII VIII  
IX X XI

Owocnik duży, kapelusz początkowo wypukły, później spłaszczony, czerwony, pomarańczowy lub żółtopomarańczowy z białymi łatkami. Błazki białe, trzon wysmukły, długi biały, w górnej części przyrośnięty biały pierścień, zwisający w postaci kołnierza, podstawa zgrubiała. Miąższ biały.

Grzyb trujący zawiera dwie grupy trucizn przeciwnie działające na organizm ludzki. W ten sposób ich działanie jak gdyby się znosi. Szczególnie niebezpieczny dla małych dzieci, ponieważ zjedzony na surowo daje silne muskarynowe objawy zatrucia. Nie podawać atropiny, gdyż grzyb zawiera substancje działające tak samo jak ona.





# 10. Muchomor plamisty

— bedłka pstrokata,  
muchomor centkowy

(*Amanita pantherina*)



VII  
VIII IX X

Owocnik brązowożółty, brązowoszary lub ciemno brązowy, pokryty białymi łatkami. Brzeg owocnika wyraźnie prążkowany. Błaski białe, gęste. W górnej części długiego trzonu przyrośnięty pierścień, dolna część trzonu bulwiasto zgrubiała z jednym lub kilkoma wałeczkami. Miąższ biały, kruchy. Smak słodkawy, zapach słaby. Grzyb silnie trujący, działający na system nerwowy. Objawy zatrucia występują po 2–3 godz. po spożyciu w postaci zaburzeń żołądkowo-jelitowych, pobudzenia, odurzenia jak przy upojeniu alkoholem, zaburzenia równowagi, porażenia kończyn, utrata przytomności. Dawkę toksyczną może stanowić jeden owocnik. Mylony z czubajką kania.



Czubajka kania  
(*Macrolepiota procera*)



# 11. Gołąbek wymiotny

(*Russula emetica*)



VII VIII  
IX X

Kapelusz czerwonoróżowy, cielisty. Miąższ biały, bardzo kruchy. Smak silnie piekący. Grzyb trujący. Działa drażniąco na przewód pokarmowy, powodując zaburzenia żołądkowo-jelitowe, prowadzące do bardzo dużego osłabienia. Mylony z czerwonymi gołąbkami, zwłaszcza z gołąbką cukrówką.



Gołąbek cukrówka  
(*Russula alutacea*)

# 12. Mleczaj wełnianka

— rydz fałszywy —



(*Lactarius torminosus*)

VIII IX X

Kapelusz ceglasteróżowy z ciemniejszymi koncentrycznie ułożonymi kręgami. U młodych owocników brzeg kapelusza silnie podwinięty i pokryty „wełną”. Miąższ biały, pod skórką różowy. Przy zranieniu wycieka białe, piekące mleczko. Grzyb o lekkich właściwościach trujących, działający głównie na przewód pokarmowy powodując zaburzenia żołądkowo-jelitowe. Objawy występują po 2-3 godz. po spożyciu. Moczony w wodzie lub obgotowany traci właściwości trujące. Mylony z mleczajem rydzem.



Mleczaj rydz  
(*Lactarius deliciosus*)





# 14. Maślanka wiązkowa

(*Hypholoma fasciculare*)



V VI VII  
VIII IX XI

Owocniki żółte, w środku czerwono brązowe. Błazki u młodych owocników siarkowożółte, później oliwkowe do fioletowoczarnych. Smak gorzki. Grzyb trujący, działający głównie na przewód pokarmowy, powodując zaburzenia żołądkowo-jelitowe oraz częściową, przejściową ślepotę. Objawy występują po 2–4 godz. od spożycia. Podobna do niej maślanka ceglasta powoduje zaburzenia żołądkowo-jelitowe. Mylona z opieńką miodową.



Opieńka miodowa  
(*Armillariella mellea*)



# 15. Wieruszka zatokowata = Wieruszka ciemna

(*Rhodophyllus sinuatus* =  
*Entoloma lividum*)



V VI VII  
VIII IX

Owocniki średniej wielkości, kapelusz wypukły, kremowy. Błaski u młodych białe, później żółto brunatne (nigdy nie brązowieją). Trzon biały u młodych pełen, później pusty.

Grzyb silnie trujący, wywołujący po 2–3 godz. objawy zależne od ilości spożytych grzybów:

1. Po spożyciu dużych ilości — zatrucia podobne do wywołanych przez muchomora sromotnikowego (zatrucia para- falooidynowe) prowadzące do zgonu.
2. Po spożyciu małej ilości — zaburzenia żołądkowo-jelitowe.



Pieczarka (*Agaricus*)



# 16. Lisówka pomarańczowa

— kurka fałszywa —

(*Hygrophoropsis aurantiaca*)



VIII  
IX X XI

Owocniki drobne, lejkowate, intensywnie pomarańczowe o blaszkach widlasto rozgałęzionych, zbiegających na trzon. Trzon cienki, delikatny u szczytu rozszerzony. Miąższ cieńki, włóknisty, na przekroju pomarańczowy.

Grzyb wywołuje zatrucia powodując po 2–3 godzinach od spożycia zaburzenia żołądkowo-jelitowe, które mogą się utrzymać przez 3 doby. Mylony z kurką, która jest żółta (jak małe kurcze — stąd nazwa „kurka”), miąższ na przekroju prawie biały.



Pieprznik jadalny — kurka  
(*Cantharellus cibarius*)





# 17. Goryczak żółciowy

— szatan —

(*Tylopilus felleus*)

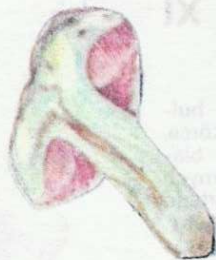


VI VII  
VIII IX X

Owocnik dość duży, kapelusz wypukły jasno brązowy, u spodu kapelusza długie rurki, u młodych białe, u starszych różowe. Trzon maczugowaty, gruby, pokryty wyraźną brązową siateczką. Miąższ biały, nie ciemnieje. Grzyb niejadalny z powodu silnie gorzkiego smaku (jak żółć — stąd nazwa). Nie wywołuje objawów zatrucia, jedynie pozostawia długo gorzki posmak. Wyizolowana z niego tylopinina ma właściwości bakteriobójcze i cytostatyczne. Mylony z borowikiem szlachetnym, u którego brak brązowej siateczki na trzonie, a rurki u starszych owocników są żółte lub seledynowożółte.



Borowik szlachetny  
(*Boletus edulis*)



# 18. Tęgoskór pospolity

(*Scleroderma citrinum* = *S. aurantium*)



VII VIII  
IX X XI

Owocnik wygląda jak bulwa ziemniaka o grubej skórze, wewnątrz owocników od białych do fioletowo-czarnych (wygląda jak masa utartego maku). Zapach intensywny, grzybowy. Grzyb trujący, wywołuje po 1–2 godz. po spożyciu potrawy ze świeżych grzybów zaburzenia żołądkowo-jelitowe. Suszony i sproszkowany używany w małych ilościach jako przyprawa nie daje objawów zatrucia. Mylony z purchawkami, niekiedy mylnie uważany za polską trufle.



Purchawka  
(*Lycoperdon*)



# Możesz uniknąć zatrucia grzybami jeżeli:

1. będziesz zbierał gatunki dobrze znane pamiętając, że nie ma ogólnej reguły odróżniania gatunków trujących od jadalnych,
2. będziesz zachowywał szczególną ostrożność przy zbieraniu grzybów, mających na spodniej stronie kapelusza blaszki. Szczególnie niebezpieczne są grzyby, które mają białe blaszki, bulwiasto zgrubiałą podstawę trzonu oraz w górnej części zwisający pierścień (do nich należą wszystkie muchomory).
3. nie będziesz zbierał „olszówek” i innych grzybów, które powodują zaburzenia żołądkowo-jelitowe w postaci biegunki i wymiotów. Są one bardzo szkodliwe dla zdrowia.
4. nie będziesz zbierał grzybów małych, ukrytych w ściółce, u których nie można dostrzec charakterystycznych cech,
5. będziesz ze ściółki wyjmował całe owocniki, gdyż podstawa trzonu może stanowić ważną cechę rozpoznawczą,
6. przy zbieraniu grzybów obejrzyj dokładnie cały owocnik i ustalisz przynależność gatunkową grzyba, a w przypadkach wątpliwych zebrane okazy odrzucisz,

7. nie będziesz przechowywał (nawet w lodówce) zebranych grzybów, ani potraw z nich przygotowanych. Grzyby psują się bardzo szybko i powstają w nich substancje trujące,
8. nie będziesz spożywał surowych pieczarek — ponieważ często zawierają pozostałości środków ochrony roślin. Niektóre z nich ulegają rozkładowi pod wpływem podwyższonej temperatury.

Wszystkie zatrucia grzybami objawiają się bólami głowy, brzucha, nudnościami, wymiotami i biegunką. W razie zaobserwowania takich objawów, zgłoś się natychmiast do lekarza! Nie stosuj żadnych zabiegów na własną rękę, gdyż opóźnia to twój kontakt z lekarzem i może być przyczyną pogorszenia się stanu chorobowego. Nie wierz, że może to „przejść” lub że coś ci pomoże, bowiem tylko lekarz może ustalić właściwe leczenie.

Obierzyny grzybów, resztki nie spożytych potraw lub wymiociny mogą stanowić ważny materiał do ustalenia przyczyny zatrucia i przyspieszyć zastosowanie właściwego leczenia. Dostarcz je lekarzowi, który przekaże wszystko do analizy mikologicznej.



# Rady dla zbieraczy grzybów:

Grzyby to wielkie niedostatecznie wykorzystane bogactwo naszych lasów. Naucz się z niego korzystać!  
Grzyby należy:

1. zbierać do przewiewnych koszy lub łubianek, nigdy do plastikowych woreczków, gdyż ulegają zaparzeniu (w wyniku czego powstają nawet w gatunkach jadalnych substancje trujące),
2. zbierać rano, gdyż w dzień są nagrzane i podatne na zaparzenie,
3. przed włożeniem do koszy należy je dokładnie oczyścić i obejrzeć,
4. zbierać tylko zdrowe okazy i te, które osiągnęły właściwą wielkość.

Nie należy:

1. zbierać grzybów w czasie deszczu, gdyż nasiąknięte wodą łatwo się psują,
2. przy zbieraniu grzybów, rozkopywać ściółki, bowiem niszczy się grzybnię, która w następnym roku nie będzie już owocować,
3. jeść zbyt dużej ilości grzybów, są one ciężkostrawne i nawet jadalne mogą zaszkodzić,
4. podawać potrawy z grzybów małym dzieciom, osobom starszym i chorym.

Grzybobranie — najmiłą  
formą wypoczynku  
ale tylko dla rozważnych