

10 советов безопасного сбора грибов

Грибы - одно из любимых лакомств человека с древнейших времен. Вот несколько советов, как собирать грибы, готовить их и не переживать об отравлении.

1. Не собирайте грибы в пластиковые пакеты, иначе грибочки быстро испортятся и поломаются. Для их сбора необходима хорошая корзина из ивняка, пропускающая воздух или лукошко. Например, такое, в котором продается клубника.
2. Нужно быть уверенным даже не на 100, а на 200 %, что гриб не ядовит. Не собирайте неизвестные сорта и слишком молодые грибы. Не собирайте, также старые, мягкие, водянистые и трухлявые грибы. Даже пригодные в пищу, в этом состоянии, могут повлечь отравление.
3. Если вы не являетесь опытным грибником, собирайте исключительно грибы с ножками под шляпой. Среди них не имеется смертельно ядовитых сортов.
4. Возьмите с собой атлас-определитель грибов! Очень точно сравните растущий индивид с тем, что на иллюстрации. Если у вас появилось, хоть зернышко неуверенности, не трогайте его.
5. Помните, что чернеющая серебряная чайная ложечка, положенная в воду с варящимися грибами, или окрасившийся во время приготовления лук, еще не свидетельствуют о том, что грибы съедобны или ядовиты. Это миф. Горькие грибы тоже не всегда смертельно ядовиты. Напротив, существуют очень опасные грибы с приятным вкусом. Например, мухомор, называемый “лесной смертью” имеет сладкий и приятный вкус.
6. Не собирайте грибы на обочинах дорог с большим напряженным движением, возле производственных предприятий, растущие во рвах или на опушке леса. Грибы легко всасывают тяжелые металлы и другие ядовитые вещества.
7. На сбор грибов оденьтесь в удобную одежду, возьмите с собой куртку или плащ-дождевик. Оденьте, также, высокие ботинки. Заботьтесь здесь не исключительно о своем комфорте, но и об обеспечении безопасности от клещей и змей, которые могут затаиться в дебрях.
8. Не давайте жареные грибы детям до 12 лет. Грибы – тяжелая пища, их не должны есть люди, имеющие проблемы с желудочно-кишечным трактом.
9. Помните, что среди жертв отравлений грибами есть и опытные грибники!
10. Если после того, как вы съели грибы, у вас появилось чувство тошноты, боль в животе, повышенная температура, диарея, расстройство сердечного ритма, сильно расширенные зрачки – это могут быть первые признаки отравления. Вызывайте незамедлительно врача!

Первая помощь при отравлении грибами

Ещё до приезда «Скорой помощи» следует промыть больному желудок. Для этого дайте пострадавшему выпить 5-6 стаканов воды или бледно-розового

раствора марганца. После этого нужно вызвать рвоту у больного нажатием пальца на корень языка.

После промывания желудка больной должен принять 4-5 таблеток активированного угля. После этого можно дать ему крепкого чая, кофе или подсоленную воду, чтобы восстановить водно-солевой баланс организма, и уложить его в постель с грелками на животе и ногах.

Следует также выяснить, кто ещё употреблял те же грибы, что и пострадавший, а затем провести те же процедуры ещё до того, как у него начнутся первые симптомы.

Ни в коем случае не следует давать больному лекарства или пищу и тем более алкогольные напитки, поскольку это приведёт к ещё более интенсивному всасыванию токсинов кишечником. Нельзя заниматься и другими видами самолечения.