



Профилактика отравлений грибами

памятка для населения

Начался последний летний месяц, продолжается грибной сезон, однако наряду с положительными эмоциями от сбора грибов и их полезными свойствами, человек может получить отравление в результате неправильного сбора грибов и нарушения технологии их обработки. Отравление грибами – тяжелейшие из всех не бактериальных отравлений. Основной причиной отравления служит незнание людей грибов, употребление в пищу незнакомых экземпляров.

Отравление грибами могут вызвать собственно ядовитые грибы (бледная поганка, мухоморы, ложные опята, ложные дождевики), условно съедобные грибы, выделяющие при разламывании млечный сок (дождевики, чернильный гриб, или навозник, сморчки, строчки и т.д.), в результате неумелой или неправильной кулинарной обработки и даже съедобные грибы, получившие название "мутанты", накопившие в мицелии ядовитые вещества, в том числе вредные для человека.

Грибы, даже съедобные, имеют свойство накапливать в себе соли тяжёлых металлов – свинец, ртуть, кадмий. Такие грибы, собранные вдоль трасс, железнодорожного полотна, промышленных предприятий, могут также привести к тяжёлым отравлениям.

Наиболее тяжелые отравления вызывают такие грибы, как бледная поганка, мухомор, сатанинский гриб, ложные опята, вонючий гриб, партерный гриб. К отравлениям могут привести не подвергшиеся правильной кулинарной обработке волнушки, грузди, валуи, строчки, сморчки.

Грибы являются трудно перевариваемым в кишечнике продуктом. Не рекомендуется есть грибы беременным и кормящим женщинам, они противопоказаны детям до 8 лет (независимо от способа и времени приготовления).

Для профилактики отравлений грибами необходимо:

- 1) Собирать только хорошо известные грибы, подозрительные выбрасывать.
- 2) Не нужно собирать переросшие, старые, поражённые вредителями грибы.
- 3) Ни в коем случае сырые грибы не пробовать на вкус.
- 4) Грибы нужно собирать в корзинки, но не в пакеты.
- 5) Грибы не нужно собирать у дорог,

предприятий.

6) Грибы нужно обрабатывать сразу же после сбора, нельзя оставлять их на время лежать.

7) Отваривать все грибы перед приготовлением, отвар следует выливать.

Все принесённые домой грибы в тот же день нужно перебрать, отсортировать по видам и вновь тщательно пересмотреть. Выкидывайте все червивые, перезревшие, без ножек, дряблые грибы, а также несъедобные и ядовитые, если их всё-таки по ошибке собрали.



Не забывайте о том, что грибы – это белок, а любой белок очень быстро портится. Поэтому грибы необходимо подвергнуть кулинарной обработке в день сбора, предварительно рассортировав их по видам.

БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!

ПАМЯТКА ГРИБНИКА



СОБИРАТЬ ТОЛЬКО ИЗВЕСТНЫЕ ГРИБЫ
ЕСЛИ ГРИБ ВЫЗЫВАЕТ СОМНЕНИЕ,
ЛУЧШЕ ОТ НЕГО ИЗБАВИТЬСЯ



НЕЛЬЗЯ КОРМИТЬ ГРИБАМИ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ОСОБЕННО
МАЛЫШЕЙ



НЕ СОБИРАТЬ ГРИБЫ ВДОЛЬ ДОРОГ
ОНИ МОГУТ СОДЕРЖАТЬ ТОКСИЧЕСКИЕ
СВОЙСТВА



БЕЗОПАСНЕЕ СОБИРАТЬ ГУБЧАТЫЕ ГРИБЫ:
БЕЛЫЕ ГРИБЫ, ПОДОСИНОВИКИ,
ПОДБЕРЕЗОВИКИ, МАСЛЯТА, МОХОВИКИ



ПЕРЕД ПРИГОТОВЛЕНИЕМ ГРИБЫ
НУЖНО ТЩАТЕЛЬНО ВЫМЫТЬ, ПЕРЕД
СУШКОЙ - ВЫТЕРЕТЬ ВЛАЖНОЙ ТКАНЬЮ



НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ ГРИБЫ БЕЗ
ТЕРМООБРАБОТКИ, ИХ НЕОБХОДИМО
ВАРИТЬ 15-20 МИНУТ

Готовые грибные блюда нужно хранить в холодном месте в эмалированной посуде не больше 24 часов