**Опасные грибы**

Наступление осени для многих означает начало сезона "тихой охоты". Что может быть более приятным в осеннюю пору, как ранним утром пройтись по лесным опушкам в поисках грибов? Для одних это хобби, для других способ насладиться - природой, а для третьих - возможность пополнить запасы на зиму или приготовить вкусный ужин.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Богатые урожаи из года в год обсуждаются любителями, это предмет гордости и тема для общения. Однако не реже поступают сообщения об отравлениях **опасными грибами**, но уже с летальным исходом. Грибы таят в себе угрозу жизни, они влияют на организм самым негативным образом в силу огромного числа обстоятельств. |

Нельзя собирать не только ядовитые грибы, но и те, которые растут в не пригодных для того местах. Ошибиться при сборе урожая так просто, а ошибка порой оценивается в жизнь.

**Чем опасны грибы?**

Наверняка каждому из нас подозрение к лесным грибам прививалось с детства. Тогда же мы усвоили, что бледная поганка и мухомор - это яд. Однако этого всего лишь клише, информация об опасности грибов гораздо шире, а список ядовитых совсем не ограничивается двумя наименованиями. Это вовсе не повод отказать себе в лакомстве, но лишь для знающих грибников.

Быть грибником - это не просто увлечение, это широкий круг информации, а главное правило завзятых грибников в том, что будучи не уверенным в грибочке, класть в лукошко его не стоит. А все потом, что грибники знают цену ошибке. Чем же так **опасны грибы**?

**Опасными грибами** называют те, потребление которых в пищу провоцирует негативные реакции организма, а порой и летальный исход. Вред ядовитого гриба заключается в содержащемся в нем токсине, миллиграммов которого достаточно, чтобы вызвать необратимую реакцию в организме человека.

Патологические реакции со стороны организма на **опасный гриб** происходят не только вследствие откровенного отравления ядом, но и после ужина условно патогенным грибочком или таким, который произрастал вдоль загрязненной трассы (грибы ведь впитывают вещества как губка).

*Потребление любого гриба*, который по своей сути является тяжелой пищей, чревато обострением хронических заболеваний пищеварительного тракта, а потому не рекомендуется людям, предрасположенным к гастриту, панкреатиту, холангиту, гепатиту, колиту, язвенной болезни.

*Потребление загрязненного гриба* означает отравление накопленными в мякоти тяжелыми металлами (вдоль автотрассы), промышленными выбросами (возле производств и крупных предприятий), пестицидами, гербицидами, дефолиантами (возле сельскохозяйственных угодий), радионуклидами (возле запрещенных зон, например, ЧАЭС).

*Потребление инфицированного гриба* означает заражение токсическими инфекциями (вследствие неправильного хранения или недостаточной кулинарной обработки), ботулизмом (вследствие нарушения правил консервации).

*Потребление условно съедобного гриба* всегда предполагает риск, поскольку допускается их потребление лишь после абсолютного соблюдения всех правил вымачивания, засолки, термической обработки; на каждом этапе легко допустить ошибку, даже будучи опытным кулинаром, поэтому не рекомендуется употреблять в пищу грибы хоть и с минимальным, но все же содержанием токсинов.

*Потребление наиболее****опасных грибов***, то есть ядовитых, чревато сложнейшей интоксикацией организма, проявляющейся в расстройстве функции пищеварительного тракта, печени и почек, головного мозга и центральной нервной системы, сердечнососудистой системы.

**Симптомы отравления опасными грибами**

Опасность токсинов, содержащихся в ядовитых и отравленных грибах, различается по направленности действия. Одни наносят удар на пищеварительный тракт, а другие - на функцию головного мозга и ЦНС. Третья разновидность отравлений затрагивает печень, почки, головной мозг – это токсины плазмотоксического воздействия. Очень часто в одном ядовитом грибе сочетаются несколько разновидностей токсинов.

Симптоматика отравления **опасными грибами** зависит от того, токсина, который проник в организм вместе с мякотью грибов:

* аманитин - спустя уже 6 часов вызывает гастроэнтерит, а в течение 48-72 часов развивается печеночная и почечная недостаточность;
* гиромитрин - в течение первых суток производится гемолитическое действие, развивается повышение содержания гемоглобина в крови, желтуха, рвота, диарея и сильная сонливость, в тяжёлых случаях возникают судороги, наступает кома и смерть;
* мускарин - в течение 1 часа повышенное слюноотделение, сужение зрачка, брадикардию, диарею;
* мусцимол - в течение 2 часов провоцирует расширение зрачка, тахикардию, гиперпирексию, бред;
* орелланин - в течение 1-3 недель может длиться тошнота, рвота и развиваться почечная недостаточность;
* псилоцибин и псилоцин - галлюциногены и психотропные вещества, нарушающие деятельность коры головного мозга;
* фаллоидин - спустя 6-12 часов, а порой и через 30 проявляются симптомы интоксикации и пищевого отравления, ведущие к печеночной недостаточности и летальному исходу.

**Какие грибы называют опасными?**

Среди грибов встречаются смертельно ядовитые виды, то есть способные вызвать отравление с летальным исходом даже при небольшом количестве съеденных грибов. Смертельно ядовитыми видами являются:

* бледная поганка,
* весенняя поганка,
* волоконница Патуйяра,
* галерина окаймлённая,
* говорушка беловатая,
* зонтик гребенчатый,
* зонтик мясисто-красноватый,
* зонтик шероховатый,
* зонтик щитовидный,
* лепиота каштановая,
* лепиота коричнево-красная,
* мухомор вонючий,
* паутинник горный,
* паутинник красивейший,
* род лопастник,
* чешуйница вздутоспоровая,
* энтолома ядовитая,
* энтолома продавленная,

Источниками токсинов, поражающими *пищеварительный тракт*, оказываются некоторые сыроежки и млечники, недоваренные осенние опята, сатанинский гриб, желтокожий и пестрый шампиньоны, ложные дождевики. Действие токсинов проявляется максимум в течение часа, а отравление способно пройти за 2-4 дня. Более опасными источниками токсинов, устремленных на отравление пищеварительного тракта, оказываются рядовка тигровая и энтеломы. Они провоцируют расстройства, схожие с холерой, что проявляются в течение 1-2 часов с момента употребления в пищу. Заболевание продолжается от двух дней до недели и у взрослых здоровых людей заканчивается обычно полным выздоровлением.

Источниками токсинов, поражающими *центральную нервную систему*, оказываются мухоморы (красный,  пантерный, шишковидный, поганковидный), некоторые волоконницы, говорушки, рядовки. В незначительном количестве токсины этой группы содержатся в синяках, сыроежках рвотных, некоторых гебеломах и энтоломах. Галлюциногенным эффектом обладают и грибы видов псилоцибе и другие представители строфариевых. Симптомы отравления проявляются также в течение последующих 2 часов после потребления и представляют собой приступы смеха или плача, галлюцинации, потерю сознания и расстройство пищеварения. Требуют срочного медицинского вмешательства, которое в большинстве случаев приводит к выздоровлению.

Источниками токсинов, поражающими *печень и почки*, вплоть до некроза печени или почек, оказываются бледная поганка, мухомор вонючий и весенний, в меньшей степени -  строчки, лопастники, паутинник оранжево-красный. Токсины, содержащиеся в этих грибах, кованы тем, что в течение первых двух суток воздействия на организм никак не проявляют себя, а впоследствии спешат развиться необратимые изменения в функционировании печени и почек. Параллельно происходит сгущение крови, снижается кровяное давление, обезвоживание организма, что в короткие сроки приводит к дисфункции печени, почек, сердца. Летальный исход при такого рода отравлении оценивается в 30% даже при своевременном начале лечения.

**Как избежать опасных грибов?**

Сбор грибов нельзя воспринимать как развлечение, если впоследствии вы планируете употреблять урожай в пищу. Подходите к этому процессу со всей ответственностью, не стремитесь за количественными показателями и выдвигайте самые строгие требования к качественным показателям. Если возникают хоть малейшие сомнения о съедобности гриба или о его качестве, от такого рекомендуется отказаться, а в целом следовать следующим принципам:

* собирать исключительно известные вам породы грибов;
* не собирать перезрелые и испорченные грибы;
* внимательно осматривать ножку и тыльную сторону шапочки - большинство пластинчатых грибов оказываются ядовитыми, а самый опасный гриб бледная поганка имеет на ножке "юбочку";
* не покупать грибы с рук на несанкционированных рынках, кроме того, отказаться от приобретения сушеных, консервированных, очищенных грибов с рук, ведь в таком виде нет возможности определить их разновидность;
* не пробовать на вкус и тем более не употреблять в пищу сырые грибы, а первостепенной кулинарной обработкой должна быть варка (в кастрюлю можно кинуть сырую луковицу, которая посинеет при наличии ядов, но этот способ не считается истинной в последней инстанции и не работает в случае с бледной поганкой);
* не использовать любые грибы в детском рационе, поскольку неокрепшему организму это может причинить вред.

Существует ряд мифов и народных заблуждений касаемо способов определения **опасных грибов**. Среди них:

* ядовитые грибы плохо пахнут, в то время как съедобные приятно или не пахнут вовсе;
* личинки насекомых не встречаются на ядовитых грибах;
* молодые грибы практически не бывают ядовитыми;
* серебряные предметы в отваре ядовитого гриба - не в случае с поганкой;
* головка лука или чеснока буреет при варке с ядовитыми грибами - не в случае с поганкой;
* ядовитые грибы вызывают скисание молока.

**Первая помощь при потреблении опасных грибов**

Меры по оказанию помощи, необходимые к знанию и использованию простым обывателем, не предполагают длительного и основательного воздействия на организм. Лечение тяжелых отравлений, к которым и относятся отравления грибами, происходит в условиях стационара под контролем реаниматологов и прочих медиков. Однако до прибытия скорой помощи и доправки больного в медицинское учреждение некоторые мероприятия способны спасти жизнь. Если вы обнаружили у близкого человека признаки отравления грибами после их потребления (что происходит буквально в первые сутки, а то и часы), необходимо:

* вызвать бригаду скорой помощи;
* промыть желудок чистой холодной водой - напоив больного и спровоцировав рвотный рефлекс;
* употребить любой имеющийся энтеросорбент;
* употребить слабительное при отсутствии диареи;
* при наличии рвоты и диареи нельзя принимать противорвотные и противодиарейные средства.

Дальнейшие меры предпринимает исключительно квалифицированный медик. Различное воздействие токсинов на организм, а потому универсального лечения от отравления грибами не существует. Врачу для постановки диагноза необходима исчерпывающая информация о том, где собирались грибы, как они выглядели и как готовились, в условиях госпитализации проводится лабораторная диагностика с последующими реанимационными мероприятиями. Поспособствовать назначению подходящей терапии может сохранение образцов грибов, если таковые, например, не были съедены в один присест.

ИСТОЧНИК: <https://www.eurolab.ua/health-cooking/1474/1479/48528/>