**Осторожно, грибы!**

**Осторожно, грибы!**

В Ростовской области участились случаи отравления дикорастущими грибами. В период с 15 сентября 2013 года зарегистрирован 31 случай отравления. Погибли 4 человека. Жертвами «тихой охоты» стали трое взрослых и один ребенок из г.Шахты и Тацинского района. При этом случаи отравления фиксируются не только в центральной и северной частях Ростовской области, но и практически по всей ее территории.

Специалисты неоднократно заявляли о том, что на Дону съедобных грибов нет, а отравления ежегодно происходят из-за недостаточных знаний населения о видах и разновидностях грибов и правилах их приготовления.

Между тем, изменения климата приводит к тому, что грибы начинают «мигрировать» из средней полосы России, причем как на север, так и на юг. Скажем, в нынешнем году в Мурманской и Воронежской областях, а также в Шолоховском районе Ростовской области грибов было не меньше, чем в самых «урожайных» лесах Нечерноземья. Некоторые виды «добрались» до Александровского леса Азовского района. А вот можно ли употреблять в их пищу –  большой вопрос! Ведь приспосабливаясь к новым условиям «грибы-мигранты» вполне способны менять свои качества.



**Рекомендации**

**по сбору и употребления дикорастущих грибов**



Осенью увеличивается количество случаев отравлений грибами. Среди основных причин - употребление несъедобных грибов или неправильно приготовленных условно съедобных; старых или испорченных съедобных; употребление грибов, которые имеют двойников или изменились вследствие мутации.

Чтобы предотвратить отравление грибами:

* Покупайте грибы только в отведенных для их продажи местах (магазинах, теплицах, специализированных киосках).
* Собирайте и покупайте только известные вам съедобные грибы.
* Не собирайте грибы, которые растут вблизи транспортных магистралей, на промышленных пустырях, бывших свалках, в химически и радиационно-опасных зонах.
* Избегайте неизвестных грибов, особенно с цилиндрической ножкой, в основе которой есть утолщение «клубень», окруженное оболочкой из поврежденной поверхностью, старые, дряблые, червивые или осклизлые: не собирайте пластинчатые виды, поскольку ядовитые грибы маскируются под них; избегайте «шампиньонов» и «печериц», в которых пластинки нижней поверхности шляпки белого цвета.
* Не пробуйте сырые грибы на вкус.
* Выбрасывайте загрязненную нижнюю часть ножки гриба. Грибы промывайте, у маслят снимайте со шляпки скользкую пленку.
* Дикорастущие грибы подлежат кулинарной обработке в день сбора, иначе в них образуется трупный яд.
* На начальном этапе обработки кипятите грибы в воде 7-10 мин., после чего отвар слейте. Только тогда грибы можно варить или жарить.
* Обязательно вымачивайте или отваривайте условно съедобные грибы, которые собираетесь солить (грузди, волнушки и другие, содержащие млечный сок), чтобы избавиться от горьких веществ, которые поражают слизистую оболочку желудка.
* Не давайте грибы детям, пожилым людям и беременным женщинам.
* Некоторые грибы (зеленушка, синяк - дубовик и др.) содержат ядовитые вещества, которые в желудке не растворяются. Яд растворяется во взаимодействии с алкоголем, что приводит к сильному отравлению.
* Значительное количество грибов, которые до сих пор считались съедобными, содержат микродозы ядовитых веществ. Если употреблять их несколько дней подряд, также может произойти отравление.
* Неправильно приготовленные консервированные грибы могут привести к очень тяжелому заболеванию - ботулизму.
* Грибы, которые долго хранились, обязательно прокипятите 10-15 минут.

Симптомами отравления являются тошнота, рвота, боль в животе, усиленное потоотделение, судороги, снижение артериального давления, непроизвольное мочеиспускание, понос, развитие симптомов сердечно - сосудистой недостаточности.

**Первичные признаки отравления появляются через 1 - 4 часа после употребления грибов. Боль и тошнота повторяются несколько раз через 6 - 48 часов, а смерть наступает через 5 - 10 дней после отравления.**

**Первая помощь при отравлении грибами:**

* Вызовите «Скорую медицинскую помощь». Не медлите, ожидая врачей, - промойте желудок: выпейте 5-6 стаканов кипяченой воды или бледно-розового раствора марганцовки, вызовите рвоту, нажав пальцами на корень языка, а когда вода станет чистой, примите 4-5 таблеток активированного угля.
* Выпейте крепкий чай, кофе или слегка подсоленную воду, восстановив водно-солевой баланс.
* Выясните, кто еще принимал блюдо из грибов, которое привело к отравлению, и проведите профилактические мероприятия.

**Однако верный способ уберечь жизнь и здоровье - совсем исключить из рациона дикорастущие грибы.**