

## Памятка

### Отравление грибами: первые симптомы

Симптомы грибного отравления имеют сходство с любой пищевой интоксикацией, для которой характерны рвота, боли в желудке, диарея. Однако есть некоторые отличительные черты.

Так, **бледная поганка** несёт боль в мышцы и живот, рвоту, тошноту, частый жидкий стул (до нескольких десятков раз в сутки), она является причиной появления судорог, дыхательной, сердечно-сосудистой и почечной недостаточности.

Последствия от **красных мухоморов и говорушек** наблюдаются уже спустя 30-40 минут: повышается отделение слюны, глаза слезятся, тело усиленно потеет. Зрачки сужаются, есть судорога лёгких и одышка, сердцебиение замедляется, снижается артериальное давление, нарушается сознание.

Если употребить **серый мухомор**, то появится сухость слизистой во рту, пульс участится, зрачки расширятся. А вот, казалось бы, съедобные сморчки и строчки, кроме распространённых симптомов, также могут вызвать судороги, галлюцинации, увеличение селезёнки, печени и почек.

Детский организм более чувствителен к воздействию яда, поэтому характерные симптомы отравления грибами у малышей наблюдаются быстрее, болезнь переносится намного тяжелее.

Отравление грибами очень опасно для беременных, ведь яды проникают через плаценту к плоду. Женщину беспокоят тошнота, головокружение, головная боль, учащённый пульс, снижение давления, понос, возможно обморочное состояние. С потерей жидкости с частым стулом и тяжёлой рвотой возникает крайне опасная ситуация для будущего ребёнка.

### Отравление грибами: Первая помощь

Если Вы отравились грибами (или даже просто предполагаете, что причина отравления – грибы), вызывайте медицинскую помощь без промедления, если это только возможно. Остатки пищевых продуктов необходимо сохранить – последующий анализ определит вид яда, это поможет правильному лечению.

До приезда медиков (и если нет возможности быстро получить квалифицированную медицинскую помощь) пострадавшему необходимо следующие действия:

- желудок следует быстро промыть не менее, чем полутора-двумя литрами воды. Рвоту спровоцировать можно, нажав пальцем или ложкой на заднюю часть языка, при этом, если медики уже в пути, не следует вызывать рвоту у беременных;
- если поноса нет, необходимо принять 2 чайные ложки касторового масла (или вазелинового);
- принять сорбент, например, активированный уголь;
- обеспечить обильное питьё минеральной не газированной водой, идеальным вариантом будет использование средства для оральной регидратации (соляной раствор, продается в аптеках);
- уложить потерпевшего в кровать.

Дальше оперативное лечение проходит в стационаре больницы, где кровь очищают от токсинов, устраняют симптомы сердечно-сосудистой и почечной недостаточности. Во время лечения не пейте алкоголь, не принимайте обезболивающие лекарства от поноса.

Отравление грибами: Профилактика

Как же не получить отравление?

## Для этого соблюдайте простые, но строгие правила:

- ✚ берите в лесу только знакомые грибы, появились сомнения — откажитесь от такого гриба, не кладите сомнительный экземпляр к уже собранным;
- ✚ не стоит собирать старые, а тем более, грибы с червяками;
- ✚ не пробуйте на вкус сырые грибы;
- ✚ внимательно осматривайте каждый гриб – от шляпки до корня;
- ✚ кладите грибы в корзину, ведро, а не в полиэтиленовый пакет;
- ✚ не собирайте грибы вблизи фабрик и заводов, близко проходящих автотрасс, а тем более, в радиационных зонах или недалеко от них;
- ✚ не храните грибы длительное время – их лучше приготовить в тот же день, когда вы их собрали;
- ✚ все грибы без исключения вначале тщательно очищаются. Затем промойте их, обязательно прокипятите, отвар вылейте, потом лишь приступайте к приготовлению блюда. Если некоторые виды грибов (например, польский гриб), которые перед тем, как использовать в пищу, нужно отварить 3-4 раза;
- ✚ не заготавливайте грибные консервы в домашних условиях;

берегите детей, не оставляйте их в лесу без надзора.

Без лечения грибного отравления последствия крайне плачевны. Статистика утверждает, что бледная поганка несёт смерть в 60-90% случаев. От мухомора, если помощь запоздала, умирает каждый третий-четвёртый, так как в основном быстро разрушаются печень и почки. Главные причины в отравлении грибами — пренебрежение профилактикой, абсолютная беспечность и самонадеянность.

Организм человека самостоятельно не способен защититься от “грибных” ядов, что приводит к летальному исходу уже на вторые сутки. Только своевременное профессиональное лечение даст шанс на выживание.

