30.09.2019г

**Осторожно грибы. Как не отравится дарами леса.**

Грибы – один из излюбленных продуктов питания Приготовление блюд из грибов, помимо своей практической стороны, доставляет грибнику не меньше положительных эмоции, чем сам процесс их сбора, позволяет вспомнить и вновь пережить счастливые минуты, связанные с лесным походом и «тихой охотой». При сборе и приготовлении грибов нужно придерживается правил:

- собирайте в лесу только те грибы, о которых Вы точно знаете, что они съедобные.

-не собирайте вдоль автомобильных и железнодорожных дорог т.к. они накапливают ядовитые вещества, делающие их непригодными в пищу.

- никогда не собирайте грибы, которые у основания ножки имеют клубневидное утолщение, окруженное оболочкой (как у бледной поганки и красного мухомора)

-волнушки, грузди и другие грибы, содержащие млечный сок, перед засолкой обязательно отваривайте или замачивайте, чтобы удалить горькие вещества, раздражающие желудок

- съедобные опята необходимо отличать от ядовитых: ложные опенок меньше съедобного, тоньше и не имеет пленки. На шляпке отсутствуют чешуйки. Пластинка на нижней поверхности шляпки зеленовато-серого цвета. На ножке у ложного опенка нет манжетки или колечка.

-все знатоки ратуют за то, что класть в корзину нужно лишь те грибы, которые нисколько не заставляют сомневается в их съедобности. Будучи новичком, лучше обратится за помощью в этом вопросе к опытным поклонникам «тихой охоты» - похвастаться перед ними урожаем и убедится, что в нем отсутствуют ядовитые грибы.

Грибы могут быть источником очень тяжелого заболевания – ботулизма. Возбудители ботулизма в виде спороносных палочек содержатся главным образом почве. Из нее он попадают на грибы. Если перед консервированием грибы были плохо очищены и промыты, на их поверхности вместе с мельчайшими частицами земли могут оказаться и возбудители ботулизма. Домашняя пастеризация их не убивает, а условия в герметически закупоренной банке, без доступа кислорода, благоприятны для развития из них микробного токсина-опаснейшего для человека яда. Чтобы избежать заболевания ботулизмом , надо очень тщательно очищать и омывать от грязи от земли предназначенные для консервирования , причем они должны свежими и доброкачественными. При обработке в домашних условиях грибы рекомендуется консервировать в банках с неплотно притертыми крошками, а не закривить. Не случайно в народе говорят : «Грибы в банку закатали- опасность для здравья создали».

Заболевание ботулизмом проявляется спустя 12-72 часа после приема грибов в пищу. Появляются головная боль, сухость во рту, тошнота, рвота, понос, нарушение зрения (предметы двоятся, становятся расплывчатыми), глотание затруднено, возникают судороги. При появлении хотя бы одного – двух указанных признаков следует, срочно обратится к врачу.

*Правила профилактики грибных отравлений весьма просты и их можно, запомнить.*

-Собирать надо только те грибы, которые вы хорошо знаете

- Не следует собирать старые пересохшие грибы, хотя они и не червивые.

-Грибы скоропортящийся продукт , и долго хранить их нельзя, особенно в тепле.

-Не рекомендуется хранить соленые грибы в оцинкованной и глиняной посуде.

- Некоторые грибники червивые грибы кладут в соленую воду. Считают, что червяки выползут, и грибы станут чистыми. Личинки, возможно, выползут, а все ядовитые вещества выделяемые ими останутся. Только крепкие, чистые, не попорченные червями, сравнительно молодые грибы вкусны и полезны.

- Отравление может наступит при употреблении в пищу грибов, недостаточно проваренных или непросолившихся (при солении), грибов с едким млечным соком , приготовленных без предварительного отваривания или вымачивания, грибов старых, у которых в результате жизнедеятельности бактерий (но не «червей») накопились продукты распада белковых веществ.

*Помощь при отравлении.*

Самое важное – избавится от яда, который еще не успел проникнуть в кровь. Для этого необходимо вызвать рвоту. Выпить большое количество чистой воды и принять активированный уголь: 0,5 г/кг массы тела массы тела (40-60 г для взрослого человека). Если нет диареи, то можно принять еще и слабительное. Помогает также слабый раствор марганцовки. Не следует медикаментами останавливать рвоту и диарею. Это способы очистки организма. После принятия срочных мер нужно немедленно обратится к врачу.