

Профилактика отравления весенними грибами

Сезон сбора весенних грибов начинается достаточно рано. Вопрос о съедобности различных грибов до сих пор вызывает споры. Для отравления ядовитыми грибами характерна сезонность. Ранней весной (апрель — май) эти отравления бывают связаны со сморчками и строчками.

Сморчки и строчки очень похожи друг на друга. Что касается сморчков, они считаются безопасными для организма. Строчки — по ядовитости занимают *второе место* после бледной поганки, на долю отравлений которыми приходится почти половина всех грибных отравлений. Характерной их особенностью является резко выраженная сезонность. Отравления строчками наблюдаются с апреля до начала июня. Связано это с тем, что многие считают строчки съедобными, путая с безвредными сморчками.

Сморчки имеют длинную ножку (по размеру может совпадать со шляпкой), внутри полые, шляпка конусовидная (яйцевидно-круглая).

Строчки имеют укороченную ножку, внутри есть извилистая мякоть, шляпка бесформенная по внешнему виду.

Первые весенние грибы: как отличить сморчки от строчков

Все сморчки съедобны. Строчок гигантский — условно съедобный гриб, строчок обыкновенный содержит гиромитрин, который может привести к тяжелому отравлению со смертельным исходом.



**НАЧИНАЮЩИМ ГРИБНИКАМ
НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОБИРАТЬ
СТРОЧКИ.**

СМОРЧОК КОНИЧЕСКИЙ

Шляпка остроконическая,
7×4 см

Поверхность ребристая,
ячеистая, серовато- или
буро-коричневая

Мякоть тонкая, упругая,
с легким грибным запахом

Ножка полая, желтоватая,
5×2 см

Растет в липняках, осинниках,
на берегах рек, на склонах
оврагов, обочин, в старых
яблоневых садах



Как отличить сморчок конический

- простроченный
- в разрезе две полые внутри
лодочки; ножка не отделяет-
ся от шляпки, а плавно пере-
ходит в нее
- ножка полностью открыта

Сморчок не требует
предварительного
отваривания.

СТРОЧОК ОБЫКНОВЕННЫЙ (ДО 20 СМ)

Шляпка неправильно-округлая,
с приросшими краями

Поверхность мозговидная,
красно-коричневая

Мякоть тонкая, ломкая,
восковидная, с выраженным
грибным запахом

Ножка округлая, внутри
с лабиринтовыми
складками, до 5×5 см

Растет в песчаных почвах,
осыпках, на лесных участках
с деревьями, погибшими
от пожара



Как отличить строчок обыкновенный

- сморщенный
- в разрезе сложный лабиринт
ходов, полностью заполняю-
щий и шляпку, и ножку
- ножка уходит в землю

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ
употреблять в пищу строчок
обыкновенный — гиромитрин
при варке не разрушается.



© TACC, 2021. Иллюстрации: Вишняковская М. В. Все о грибах, Лиссо Т. Грибы. Ответственный: TACC выражает благодарность кандидату биологических наук Михаилу Вишнякову и ведущему специалисту кафедры микологии Биологического факультета НГУ Максиму Дьякову за помощь в подготовке проекта.

Сморчки и строчки содержат гельвелловую кислоту, которая вызывает тяжелые отравления. В строчках также содержится сильный яд гиromитрин (токсин, вызывающий острые отравления), который не разрушается и не переходит в отвар даже при длительном кипячении. По характеру действия гиromитрин напоминает токсины бледной поганки, вызывает развитие печеночно-почечной недостаточности, явлений гастроэнтерита, острый гемолиз (разрушение эритроцитов). В опытах доказан канцерогенный эффект строчков.

Как правило, отравление происходит при употреблении в пищу необработанных, недоваренных строчков и сморчков. Перед тем, как употреблять их в пищу, необходимо убедиться, что они приготовлены правильно.

С момента употребления грибов до появления первых признаков отравления проходит 6 – 10 часов. Клиника отравления начинается с острого гастроэнтерита (боль в желудке, тошнота, рвота с примесью желчи, частый жидкий стул) и неспецифических общеклинических симптомов отравления: недомогание, слабость, головная боль. В первые 2 суток могут быть клинические проявления острого гемолиза: изменение цвета мочи, нарушение мочеиспускания, боли в поясничной области. При тяжелом отравлении на вторые сутки – признаки желтухи, увеличение печени, селезенки, признаки почечной недостаточности.

Опасно, когда токсины, содержащиеся в грибах, поражают нервную систему. У человека появляется неадекватность поведения, психомоторное возбуждение, может быть потеря сознания.

Профилактика отравлений грибами:

- не берите в корзину неизвестные, сомнительные грибы, а также переросшие, дряблые, поврежденные личинками, слизнями и плесенью, червивые и ломаные грибы;
- сморчки и строчки очень схожи по внешнему виду и их трудно отличить, поэтому воздержитесь от их сбора;
- не стоит пренебрегать правилами приготовления условно съедобных грибов: тщательно очищенные, промытые и нарезанные грибы кипятят в воде два раза по 15-20 минут. Отвар при этом выливают, не пробуя, так как в него во время варки переходят ядовитые вещества. После окончания варки грибы необходимо промыть, отжать и только после этого можно использовать для приготовления грибных блюд;
- нельзя солить сморчки в свежем виде;
- грибы нужно перебирать и сортировать сразу после их сбора;
- срок хранения собранных свежих грибов после не должен превышать 2-4 часов. Не оставляйте грибы необработанными на следующий день и более;

- не рекомендуется собирать грибы в вёдра, полиэтиленовые пакеты или мешки – это приводит к порче грибов;
- не пробуйте грибы во время сбора;
- для маринования или соления грибов не используйте оцинкованную или глиняную глазурованную посуду;
- стерилизованные маринованные грибы в банках должны храниться не более 6 месяцев с момента их приготовления;
- грибы должны быть исключены из рациона детей, беременных, а также лиц с болезнями печени, нарушением обмена веществ, пожилых людей;
- нельзя покупать на рынках грибную икру, грибные салаты, соленья из фрагментов грибов, грибные консервы, закрытые крышками в домашних условиях.

Если вы хотя бы капельку сомневаетесь хороший перед вами гриб либо ядовитый, лучше избавьтесь от него во избежание тяжелых последствий.

Даже если в ваших старых поваренных книгах встречается много рецептов с условно-съедобными грибами, от блюд с ними лучше все таки отказаться.

В случае, если после приема грибов у кого-либо в семье появляются признаки поражения желудочно-кишечного тракта, необходимо незамедлительно обратиться за медицинской помощью.