

Меры профилактики отравлений грибами

Для профилактики отравлений грибами необходимо собирать только хорошо знакомые виды, избегать сбора старых, червивых или подозрительных грибов в экологически неблагоприятных местах (вдоль дорог, рядом с предприятиями) и обрабатывать грибы в день сбора.

Нельзя пробовать сырые грибы, покупать их у незнакомых лиц или с рук, а также хранить грибы и консервы с нарушениями сроков годности или неправильной герметизацией. Любое подозрение на отравление требует немедленного обращения за медицинской помощью.

Правила сбора грибов

- **Знайте свой гриб:**

Собирайте только те грибы, в съедобности которых вы уверены. Незнакомые или сомнительные грибы никогда не берите.

- **Не собирайте «плохие» грибы:**

Отбрасывайте старые, дряблые, переросшие, червивые или покрытые плесенью грибы, так как они могут стать токсичными.

- **Экологически чистые места:**

Не собирайте грибы вблизи автомобильных трасс, промышленных предприятий и в черте города, так как они накапливают вредные вещества.

- **Правильная тара:**

Используйте для сбора плетёные корзины, а не пластиковые пакеты или пакеты, чтобы грибы дольше оставались свежими.

Обработка и хранение грибов

- **Своевременная обработка:**

Грибы – скоропортящийся продукт. Их нужно обработать в день сбора, не позднее следующего утра.

- **Правильное приготовление:**

Любые виды грибов перед приготовлением необходимо тщательно промыть и отварить в большом объеме хорошо подсоленной воды в течение 10-15 минут.

- **Каждый вид отдельно:**

Солите, сушите и маринуйте каждый вид грибов отдельно, так как они имеют разное время обработки.

- **Проверка консервов:**

Не покупайте грибы домашнего консервирования у частных лиц. Промышленные консервы должны иметь этикетку, срок годности и не должны быть испорчены.

- **Не храните долго:**

Храните свежие грибы не более суток, даже в холодильнике. Соленые и маринованные грибы не должны храниться дольше года.

Важные предостережения

- **Не пробуйте сырые грибы:**

Никогда не пробуйте грибы на вкус в лесу, чтобы определить их съедобность.

- **Ограничения для уязвимых групп:**

Не кормите грибами детей, беременных женщин и людей с заболеваниями пищеварительной системы.

- **Не смешивайте с алкоголем:**

Употребление грибов вместе с алкоголем может активировать токсины и вызвать тяжелое отравление.

- **Обращайтесь к врачу:**

При малейших признаках отравления, не занимайтесь самолечением, а срочно обращайтесь за медицинской помощью.