

Как уберечь себя и своих детей от отравлений грибами и ядовитыми растениями

Отдыхая на природе, необходимо помнить, что в лесу произрастает очень много ядовитых растений и ягод, которые маленькие дети могут съесть и отравиться.

К ядовитым растениям относятся: аконит, болиголов, бузина вонючая, вех ядовитый, волчье лыко, вороний глаз, красавка, паслён сладко-горький, паслён чёрный, плющ обыкновенный и другие.

Чтобы избежать тяжёлых последствий отравления необходимо соблюдать меры предосторожности:

- собирайте только те грибы, о которых Вы точно знаете, что они съедобны;
 - не собирайте грибы в черте населенных пунктов, вдоль автомобильных и железных дорог. Грибы имеют свойство накапливать ядовитые вещества (в частности, тяжелые металлы), в результате чего становятся непригодными для употребления в пищу;
 - не покупайте грибы, реализуемые в несанкционированных местах торговли; с рук; у случайных прохожих;
 - не собирайте перезрелые, червивые, старые, переросшие и неизвестные грибы;
 - во время сбора нельзя пробовать грибы, употреблять их следует только после соответствующей термической обработки;
 - нельзя забывать, что некоторые съедобные грибы (опенок осенний, сыроежка) имеют ядовитых двойников. При сборе опять не следует брать похожие на них грибы с ярко окрашенной блестящей шляпкой;
 - строго соблюдайте правила подготовки и термической обработки грибов перед употреблением в пищу;
 - грибы должны быть тщательно промыты и подвергнуты кулинарной обработке (многократное отваривание) в день сбора или не позднее следующего утра. Отвар сливается после каждой варки грибов, время отваривания — 5—15 минут;
 - с осторожностью употребляйте в пищу грибные консервы домашнего приготовления, особенно герметично укупоренные.
- Консервы, приготовленные в домашних условиях с нарушением требований санитарии, без достаточной термической обработки могут содержать споры ботулизма, которые в анаэробных условиях (герметично закрытая банка) и несоблюдении режима хранения (более 20 гр С) превращаются в вегетативные формы и накапливают ботулотоксин.

Причем вкус цвет и запах продукции при этом не меняется. Единственный признак - это может быть вздутая крышка на банке. Данные консервы являются смертельно опасными для человека;

- храните грибные домашние консервы при низких температурах;
- не употребляйте в пищу бомбажные (вздутые банки);
- отдыхая на природе, не оставляйте без присмотра своих малолетних детей (т.к. есть вероятность, что дети могут из любопытства собрать и попробовать ядовитые грибы, растения и ягоды);
- необходимо с детьми провести профилактические беседы об опасности и последствиях поедания ядовитых растений, ягод, грибов (какие именно разъяснить).

Симптомы при отравлениях грибами: резкие коликообразные боли в животе, тошнота, слюнотечение, рвота, головокружение, иногда судороги. При отравлении мухоморами – сужение зрачков, потоотделение, в тяжелых случаях – бред, галлюцинации и потеря сознания. Возможны также нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы и органов дыхания: падение артериального давления одышка, затрудненное дыхание и так далее. Конкретные симптомы зависят от действия того яда, которым отравился пострадавший, а их интенсивность — от степени поражения и общего состояния организма.

Следует знать, что для детей многие грибы намного опаснее, чем для взрослых, поэтому употребление даже съедобных грибов детьми следует ограничить, кроме того не рекомендуется употреблять в пищу блюда из грибов людям **пожилого возраста** и страдающим заболеваниями пищеварительного тракта.

Общие симптомы при отравлении ядовитыми растениями и ягодами: головная боль, слабость, желание поспать, приступы диареи, болевые ощущения в области живота, тошнота, рвота, потеря четкости зрения, расстройство слуха, в тяжелых случаях возможен паралич, вплоть до остановки дыхания.

Первые признаки отравления могут проявляться через 1-2 часа после употребления, иногда эти признаки могут проявиться спустя довольно продолжительное время через сутки, а порой и более.

При первых признаках отравления как грибами, так и ядовитыми растениями необходимо срочно обращаться за медицинской помощью! До прихода врача необходимо сразу же вызвать рвоту, промыть желудок (дать пострадавшему выпить стакан теплой воды, затем вызвать рвоту), дать активированный уголь, молоко и солевое слабительное. Следует уложить пострадавшего в постель, приложить к ногам грелку и поить водой или крепким чаем.

