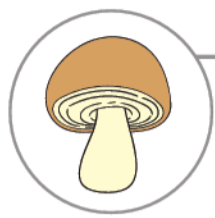


# ГРИБИ – «НЕБЕЗПЕЧНІ ДАРУНКИ» ЛІСУ

**ГРИБИ** – це смачний дарунок лісу, але водночас вони є небезпечним продуктом харчування, який може призвести до отруєння, а іноді й смерті.



## ЇСТИВНІ ГРИБИ

Білий гриб (боровик)  
Підосичник і підберезник  
Рижик  
Сироїжка  
Опеньок  
Груздь  
Печериця  
Маслюк



## ОТРУЙНІ ГРИБИ

Бліда поганка  
Мухомор весняний  
Мухомор червоний  
Несправжній опеньок сірчано-жовтий  
Сатанинський гриб  
Іноцибе волокнистий



## БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНІ, ЗБИРАЮЧИ ТА ГОТУЮЧИ ГРИБИ!

- Ніколи не збирайте гриби, **якщо не впевнені, що знаєте їх.**
- **Не збирайте гриби поблизу** транспортних магістралей, на промислових пустирях, колишніх смітниках, в хімічно та радіаційно небезпечних зонах; старі, в'ялі, червиві або ослизлі; пластинчаті гриби, у яких пластинки нижньої поверхні капелюшка білого кольору.
- Не **куштуйте сирі гриби** на смак.
- **Повторно сортуйте гриби вдома**, особливо ті, які збирали діти.
- Гриби **ретельно промивайте**, у маслюків знімайте з капелюшка слизьку плівку.
- Гриби **підлягають кулінарній обробці у день збору**, не пізніше.
- **При обробці гриби потрібно обов'язково прокип'ятити 7–10 хвилин**, після чого воду злити і промити. Лише тоді їх можна варити або смажити.
- **Обов'язково вимочіть або відваріть їстівні гриби**, які використовують для соління, так позбуваються гірких речовин, які уражають слизову оболонку шлунку.
- **Не пригощайте** в жодному разі **грибами дітей, літніх людей та вагітних жінок.**
- Суворо **дотримуйтеся правил консервування грибів**, щоб уникнути ботулізму. Гриби, які довго зберігалися, **обов'язково прокип'ятіть 10–15 хвилин.**
- Щоб запобігти отруєнню грибами, **купуйте їх тільки у відведених для продажу місцях**, уникайте стихійних ринків.



## СИМПТОМИ ОТРУЄННЯ



нудота,  
блювота



біль у животі



посилене  
потовиділення



зниження  
артеріального  
тиску



судоми



мимовільне  
сечовиділення



проноси



розвиток симптомів  
серцево-судинної  
недостатності



## ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ОТРУЄННІ ГРИБАМИ



Викличте «Швидку медичну допомогу»



Одночасно, не очікуючи її прибуття, негайно промийте шлунок: випийте 5–6 склянок кип'яченої води або блідо-рожевого розчину марганцівки; викликайте блювоту; прийміть активоване вугілля (10–12 пігулок залежно від маси тіла), промивайте шлунок до того часу поки промивні води стануть чистими



Після надання первинної допомоги: дайте випити потерпілому міцний чай, каву або злегка підсолену воду, відновіть тим самим водно-сольовий баланс; покладіть на живіт і до ніг потерпілого грілки для полегшення його стану



З'ясуйте, хто вживав разом із постраждалим гриби, проведіть профілактичні заходи.



### ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ

вживати будь-які ліки та їжу, а також алкогольні напої, молоко – це може прискорити всмоктування токсинів грибів у кишковик. Займатися будь-якими іншими видами самолікування.