

Меры профилактики отравления грибами

Грибы являются трудноперевариваемым продуктом, их употребление не рекомендуется детям, беременным и кормящим женщинам, лицам с заболеваниями пищеварительного тракта. В детском организме ещё нет необходимого количества ферментов для их переваривания, именно поэтому не рекомендуется кормить любыми грибами детей до 14 лет. Важно предупредить ситуации, когда ребёнок может съесть сырой гриб. Отравления грибами относятся к биологическим отравлениям, встречаются не редко и иногда заканчиваются трагически. У отравившегося через 10-12 часов появляются тошнота, сильная рвота, резкие боли в области живота, головная боль и судороги.

Основными причинами пищевых отравлений являются: неумение распознавать съедобные грибы и отличать их от ядовитых, неправильное приготовление грибов. Роспотребнадзор обращает внимание на меры профилактики отравлений грибами при сборе, хранении, приготовлении и заготовке грибов:

- собирайте грибы вдали от дорог, магистралей, вне населённых мест;
- собирайте только те грибы, о которых Вы точно знаете, что они съедобны;
- срежьте каждый гриб с целой ножкой, не употребляйте в пищу перезрелые, дряблые грибы;
- все принесённые домой грибы в тот же день нужно перебрать, отсортировать по видам и вновь тщательно пересмотреть, нельзя хранить грибы в тепле — это скоропортящийся продукт;
- перед приготовлением блюд свежие грибы нужно обработать: очистить от земли, хорошо промыть в воде, а затем отмочить или отварить;
- обязательно нужно подвергнуть грибы кулинарной обработке в день сбора, при этом каждый вид грибов готовить отдельно;
- нельзя мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде и глиняной глазурованной посуде.

Занимаясь заготовками грибов, необходимо помнить, что существует перечень съедобных грибов. Из большой группы съедобных грибов только белый гриб, груздь настоящий, рыжик обыкновенный являются безусловно съедобными грибами. Только эти грибы можно использовать для приготовления грибных блюд без предварительного отваривания. Роспотребнадзор напоминает, что нельзя покупать сушёные, солёные, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли. Грибы следует приобретать на рынках и ярмарках.

Берегите свое здоровье! Будьте внимательны при сборании грибов, их обработке и приготовлении!

