

ГРИБНАЯ ПОРА: ЧЕК-ЛИСТ БЕЗОПАСНОГО СБОРА, ЧИСТКИ И ЗАГОТОВКИ ГРИБОВ.

В грибной сезон учащается количество случаев отравлений, вызванных употреблением грибов, так как не все люди знают и соблюдают правила их сбора и заготовки.

Помните, что грибы - продукт трудноперевариваемый, поэтому употреблять его не рекомендуется:

- детям до 14 лет;
- беременным, кормящим женщинам;
- пожилым людям и людям с заболеванием желудочно-кишечного тракта.

Соблюдайте следующие рекомендации по сбору грибов:

- собирайте грибы вдали от дорог, за пределами населённых мест;
- собирайте только те грибы, которые хорошо вам известны;
- используйте для сбора плетёный инвентарь;
- не собирайте испорченные грибы;
- готовьте грибы в день сбора, предварительно осмотрев, перебрав и отсортировав их;
- каждый вид грибов готовьте отдельно.

Перед приготовлением грибного блюда необходимо: очистить грибы от земли, тщательно промыть в воде, отмочить и отварить в хорошо подсоленной воде. Отвар обязательно слить!

В нашей стране популярны консервированные грибы, изготовленные в домашних условиях. Однако вместе с приятными вкусовыми ощущениями это блюдо может вызвать ботулизм. Чтобы этого не произошло необходимо соблюдать ряд рекомендаций:

- не покупать консервированные грибы с рук у незнакомых людей;
- при самостоятельном консервировании необходимо соблюдать правила, приведённые выше, а также простерилизовать банки и крышки.



Симптомы ботулизма:

- нарушение зрения (предметы дwoятся, становятся расплывчатыми);
- головная боль;
- сухость во рту;
- судороги;
- затруднение глотания.

При появлении этих симптомов после употребления консервированных грибов необходимо срочно обратиться за медицинской помощью!