

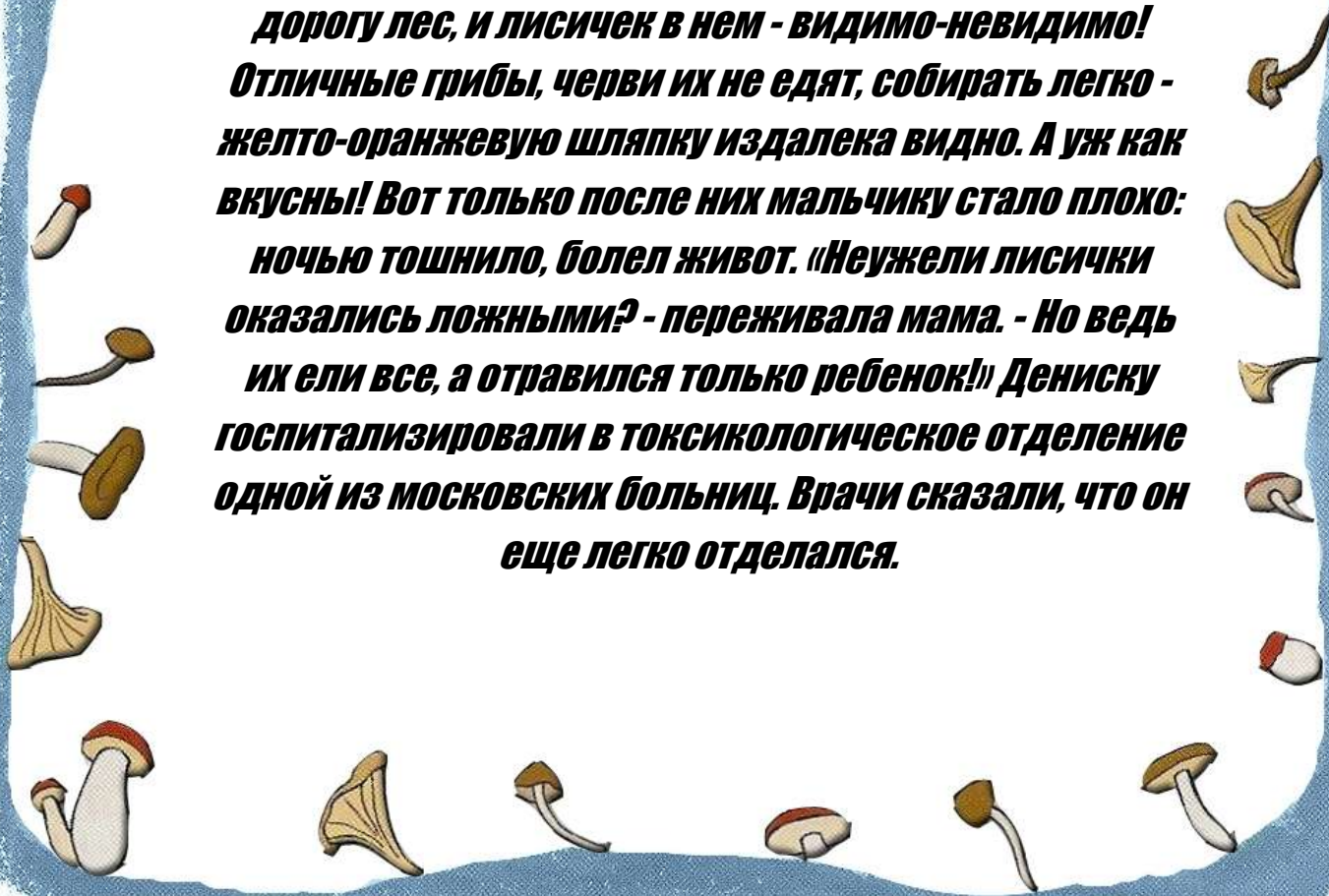


# Сан бюллетень

## Отравление

*Неужели лисички оказались ложными?*

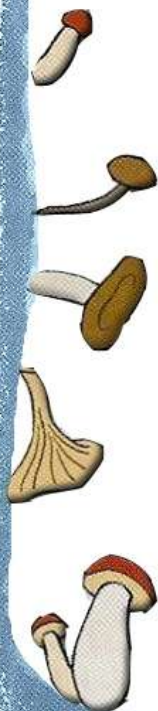
**Семилетний Дениска в первый раз попробовал грибы в гостях у тети. Приехали к ней на дачу, а там через дорогу лес, и лисичек в нем - видимо-невидимо! Отличные грибы, черви их не едят, собирать легко - желто-оранжевую шляпку издалека видно. А уж как вкусны! Вот только после них мальчику стало плохо: ночью тошнило, болел живот. «Неужели лисички оказались ложными?» - переживала мама. - Но ведь их ели все, а отравился только ребенок!» Дениску госпитализировали в токсикологическое отделение одной из московских больниц. Врачи сказали, что он еще легко отделался.**



## **Важное правило!**

### **Запомните важное правило:**

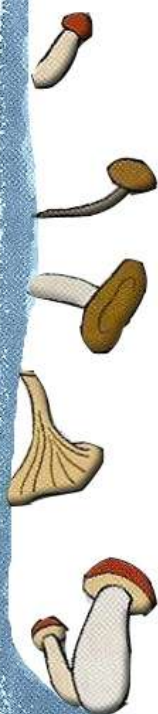
- Ребенку до 8 лет грибы нельзя есть вообще, а школьнику 8-12 лет можно давать только соусы из трубчатых грибов (белых и других) или добавлять только шляпки в суп для запаха в небольшом количестве. Откуда такие ограничения? Да просто ферментные системы детского организма еще не созрели в достаточной степени, чтобы переваривать эту тяжелую пищу и обезвреживать токсические продукты, которые образуются в процессе ее переработки в желудочно-кишечном тракте.
- Доброкачественные съедобные грибы - яд для младшекласников, причем последствия бывают катастрофическими: 5-6 % таких деток гибнут, 25-30 % становятся инвалидами.
- Отравиться грибами может и школьник постарше, если у него не в порядке желудок или кишечник, имеются проблемы с печенью или почками. Грибы - пища для здорового организма. Если ребенок болен, забудьте о грибных блюдах!
- И на ночь их тоже есть нельзя.
- Хотя грибы и считаются неплохим источником белка, но перевариваются они намного дольше мяса и гораздо хуже усваиваются.



## **Неотложная помощь при отравлении грибами**

Признаки отравления грибами проявляются не сразу. Обычно проходит от 8 часов до 3 суток после того, как вы их съели. Чем больше времени истекло, тем сильнее интоксикация.

- Появилось чувство тяжести, дискомфорт в животе? Навалились слабость, сонливость? Кружится голова, подташнивает, неприятный привкус во рту? Не искушайте судьбу - вызовите врача, а до его приезда очистите желудок, вызвав рвоту «ресторанным» способом (два пальца в рот), и затем промойте его.
- Старшекласснику для промывания нужно от 5 литров воды комнатной температуры, ребенку до 10-12 лет - немного меньше. На каждый литр добавьте по столовой ложке соли и немного марганцовки, чтобы жидкость стала бледно-розовой. Благодаря избытку соли она будет «тянуть» токсические вещества из крови, а марганец обезвредит их и продезинфицирует пищеварительную систему. Выпейте столько раствора, сколько сможете, но не меньше 2-3 стакана.
- После промывания выпейте 1-2 упаковки (от 10 до 20 0,5-граммовых таблеток) активированного угля, растворив его в половине стакана кипяченой воды. Активированный уголь - энтеросорбент, что называется, проверенный временем. И ждите скорую помощь.



## ***Кладём в корзинку***

- ✓ Большинство отравлений доброкачественными грибами происходит жарким и засушливым летом, а также осенью, когда наконец пройдут дожди и грибы начинают пробиваться из-под земли. Вот только из-за того, что в почве долгое время не хватало влаги, в их ножках и шляпках увеличивается содержание ядовитых веществ. Например, концентрация токсина мускарина во всеми любимых боровиках возрастает с безопасного для организма 1 % до 65 % - как в мухоморе!
- ✓ Главный совет в любое время года и для грибников любого возраста - берите только молодые, крепкие экземпляры и категорически отказывайтесь от лесных переростков: чем старше гриб, тем меньше в нем полезных веществ и больше ядовитых соединений.



## **Какие грибы надо собирать?**



Отдайте предпочтение благородным трубчатым грибам - белым, маслятам, подосиновикам, подберезовикам, моховикам. А от пластинчатых лучше воздержитесь.

Меньше всего доверяйте сыроежкам - вопреки названию, их категорически не рекомендуется есть в сыром виде, да и после кулинарной обработки эти грибы тяжелы для желудка и печени, особенно когда речь идет о ребенке.



Много нареканий у медиков вызывают свинушки, накапливающие радиоактивные отходы и ядовитые вещества.

Если шляпка расправилась, стала похожа на свиное ухо, потемнела или приобрела странный цвет - оставьте гриб в лесу!

**К мухоморам и бледным поганкам даже не подходите - это ядовитые грибы!**



**ядовитые грибы!**

