

Роспотребнадзор рассказывает о профилактике отравлений ранними весенними грибами

С началом потепления в лесах и парках появляются первые весенние грибы. Роспотребнадзор обращает внимание на риск пищевых отравлений и рекомендует соблюдать простые меры предосторожности при сборе, приготовлении и употреблении грибов.

При сборе грибов обратите внимание, что среди съедобных видов встречаются ядовитые двойники. Чтобы не подвергать здоровье своей семьи риску, соблюдайте правила безопасности: не собирайте незнакомые грибы, не давайте их детям, беременным женщинам и лицам с хроническими заболеваниями. При первых признаках недомогания незамедлительно обращайтесь за медицинской помощью.

Рекомендации по безопасности:

- Не собирайте и не употребляйте грибы, которые вы не умеете уверенно определять. Даже опытные грибники иногда ошибаются. При сомнениях не используйте грибы в пищу.
- Не употребляйте в пищу единичные экземпляры незнакомых грибов, даже если они внешне похожи на съедобные.
- Не собирайте грибы вблизи дорог, промышленных зон, свалок и других загрязнённых территорий – они накапливают тяжёлые металлы и другие вредные вещества.
- Не доверяйте домашним «народным» тестам на съедобность (например, изменение цвета при варке) – они не гарантируют безопасности.
- Храните собранные грибы отдельно от продуктов питания: поместите их в бумажные пакеты или корзины, не используйте полиэтилен для длительного хранения свежих грибов.

— При подготовке к приготовлению тщательно промывайте грибы и удаляйте повреждённые участки. Не пробуйте сырые грибы на вкус.

— При приготовлении варите грибы в несколько приёмов с заменой воды (для видов, требующих такой обработки) и строго следуйте проверенным рецептам, соответствующим конкретным съедобным видам. Для соления и маринования используйте только проверенные технологии и рецептуры.

При появлении тошноты, рвоты, боли в животе, слабости, головокружения, нарушения сознания или других настораживающих симптомов немедленно вызовите скорую помощь. До приезда медиков сохраните остатки грибов и упаковку.

Соблюдайте эти простые правила безопасности.

Источник: <https://www.rospotrebnadzor.ru/>