

دست نکه دارید! مسمومیت با قارچ های سمی جدی است

قارچ ها گیاهانی هستند که مصرف خوراکی پیدا کرده اند ولی همه آنها خوراکی نیستند و بعضی سمی و خطرناکند. خوردن چند لقمه از این قارچهای سمی می تواند کبد، کلیه یا حتی مغز را از کار انداخته و بعضاً موجب مرگ شود.



آیا می توان گفت کدام قارچ وحشی در طبیعت سمی است؟

شما نمی توانید از روی ظاهر قارچ یا مزه آن بگویید کدام قارچ وحشی خوراکی و کدام قارچ سمی است. تنها آزمایشگاه می تواند خوراکی بودن آنها را تأیید کند. هیچ آزمایشی هم وجود ندارد که شما بتوانید انجام دهید و از آن طریق از خوراکی بودن قارچ اطمینان حاصل کنید.

علائم مسمومیت با قارچ چیست؟

علائم زودرس شامل تهوع و استفراغ، اسهال، شکم درد و تعریق است که گاهی علائم مغزی مانند توهم، خواب آلودگی، تشنج و یا بی قراری با آن همراه می شود. این علائم معمولاً ۴ تا ۲۴ ساعت بعد از خوردن قارچ ظاهر می شود. علائم دیررسی شامل علائم مسمومیت کبدی، کلیوی یا آسیبهای مغزی است که ممکن است طی روزها یا هفته ها بعد ظاهر شود.

اگر به مسمومیت با قارچ مشکوک شدیم چه کنیم؟

- در صورت هر گونه شک به مسمومیت با قارچ باید هر چه سریعتر فرد مسموم شده به بیمارستان منتقل شود.
- نباید جلوی تخلیه معده فرد مسموم شده را گرفت.
- گاهی لازم است فرد مسموم شده را مجبور به استفراغ و تخلیه معده کرد تا قارچ های سمی باقی مانده خارج شود و از ورود سم بیشتر به بدن پیشگیری شود.



چه کنیم تا با قارچ ها مسموم نشویم؟

- باید از چیدن، خریدن و مصرف قارچ های روئیده در طبیعت و کوه و دشت پرهیز کرد.
- باید تنها از قارچ های خوراکی تولید شده در کارخانجات معتبر استفاده نمود.
- پختن، آب پز یا کباب کردن قارچ های وحشی موجود در طبیعت سمی بودن آنها را از بین نمی برد و تنها راه پیشگیری از مسمومیت با قارچ عدم مصرف قارچ های روئیده در طبیعت است.
- سم قارچ پادزهر ندارد و تنها باید از خوردن قارچ های وحشی موجود در طبیعت و غیر پرورشی اجتناب کرد.
- قارچهای پرورش یافته در کارخانه را تنها تا ۲ روز بعد از چیده شدن باید مصرف کرد.
- به دلیل وجود حشرات و باکتری ها، قارچ ها های پرورش یافته در کارخانه را قبل از مصرف باید به خوبی شست و بطور کامل پخت.



معاونت بهداشتی گیلان

گروه پیشگیری و مبارزه با بیماریهای واگیر

نکات حائز اهمیت در پیشگیری و مقابله با مسمومیت های ناشی از مصرف قارچی های سمی:

۱- از مصرف قارچ های خودرو مخصوصا قارچهایی که در کنار درختان (علی الخصوص درختان خشک شده) می رویند و یا قارچ های جمع آوری شده توسط افراد عادی و یا قارچهایی که به صورت فله ای عرضه می شوند، خودداری کنید. تنها قارچ هایی را که توسط مراکز مجاز و در بسته بندی های دارای مجوزهای سازمان غذا و دارو وزارت بهداشت، درمان و پزشکی هستند، مصرف کنند.

۲- شناسایی انواع خوراکی قارچ از انواع سمی تنها بر اساس خصوصیات ظاهری مانند شکل، رنگ، بو، قوام و مزه مشکل بوده و تنها توسط متخصصان و کارشناسان مجرب قارچ شناسی و گیاه شناسی امکان پذیر است. بنابراین به توصیه های برخی از افراد عادی در تشخیص انواع سمی از انواع خوراکی قارچ توجه نکنید.

۳- مصرف قارچ ها توسط پرندگان و سایر جانوران اهلی و وحشی نشان دهنده غیرسمی بودن قارچ برای انسان نیست.

۴- برخی از روش ها و معیارهای سنتی مانند: تغییر رنگ قاشق نقره در اثر تماس با قارچ، یا وجود حشرات در اطراف قارچ و محل رویش قارچ معیار علمی و صحیحی برای تشخیص عدم سمیت قارچ در همه موارد نیست.

۵- برخی از سموم موجود در قارچ ها مقاوم به گرما بوده و فرآیندهای آماه سازی غذا مانند: کباب کردن، آب پز کردن، سرخ کردن، بخار پز کردن قادر به تخریب کامل مواد سمی موجود در قارچ نیستند.

۶- در صورت بروز علائم و نشانه های گوارشی (تهوع، استفراغ و اسهال) به صورت تاخیری (۱۲-۵ ساعت پس از مصرف خوراکی قارچ)، هر چه سریعتر بیمار را به مرکز درمانی تخصصی سم شناسی بالینی و مسمومیت ها منتقل کنید.

۷- انتقال سریع بیمار مسموم به یک مرکز درمانی تخصصی مسمومیت ها امکان درمان موفقیت آمیز را افزایش می دهد و هر گونه تاخیر در این امر سبب افزایش احتمال شکست درمان و حتی مرگ بیمار می شود.

**بنابراین با مشاهده علائم و نشانه های بالینی اولیه به ویژه از نوع تاخیری در فردی با سابقه مصرف خوراکی قارچ ، از هرگونه خوددرمانی و درمان علامتی پرهیز کرده و بیمار را در اسرع وقت به بیمارستان منتقل کنید.