



5 Wojskowy Szpital Kliniczny  
z Polikliniką SPZOZ w Krakowie  
im. gen. bryg. prof. dr.hab. med. Mariana Garlickiego

## Groźne zatrucia grzybami



### Tags

Aktualności

**Zbyt późna reakcja i brak właściwego leczenia może prowadzić do powstania nieodwracalnych zmian w organizmie, a nawet śmierci. Sezon na grzyby jeszcze nie rozpoczął się na dobre a krakowskie Centrum Powiadamia Ratunkowego już odebrało 4 zgłoszenia w sprawie zatruc grzybami lub potrawami z grzybów. Stąd briefing prasowy zorganizowany w Małopolskim Urzędzie Wojewódzkim, w którym wzięliśmy udział.**

Na jednym hektarze polskich lasów można znaleźć nawet 40 kg grzybów. Nie wszystkie są jednak jadalne.

- Wybieraj tylko takie gatunki, które dobrze znasz. Jeśli masz wątpliwości, zanieś swoje zbiory do stacji sanitarno-epidemiologicznej, gdzie grzyboznawcy lub klasyfikatorzy grzybów bezpłatnie ocenią twoje zbiory. Nigdy nie podawaj grzybów dzieciom. Według danych Państwowego Zakładu Higieny w 2022 roku w Polsce były 22 zatrucia grzybami, a w 2023 roku - 13 - przestrzega wojewoda małopolski Krzysztof Jan Klęczar.

Główną przyczyną zatrucia grzybami jest niewłaściwe rozpoznanie jadalnych i trujących grzybów oraz nieodpowiednie przygotowanie potraw z niektórych jadalnych grzybów.

- Pierwsze objawy zatrucia grzybami mogą pojawić się już po kilku godzinach od ich zjedzenia, jednak w zależności od rodzaju, symptomy zatrucia potrafią wystąpić nawet po kilkunastu godzinach od ich spożycia. Przy zatruciu grzybami objawy mogą być podobne jak przy niestrawności lub infekcji przewodu pokarmowego - mówi lekarz kierujący SOR w 5 Wojskowym Szpitalu Klinicznym z Polikliniką SPZOZ w Krakowie dr n. med. Małgorzata Krakowska-Stasiak.

### **Najczęstsze objawy zatrucia grzybami:**

- nudności,
- wymioty,
- ból brzucha i głowy,
- podwyższona temperatura ciała.

- Najczęstsze i najbardziej niebezpieczne zatrucia spowodowane są po zjedzeniu muchomora sromotnikowego, który mylony jest z takimi grzybami jadalnymi jak: czubajka kania, gąska zielona - podkreśla kierownik Oddziału Nadzoru Higieny Żywności, Żywienia i Procesów Nauczania WSSE w Krakowie Piotr Pokrzywa.

### **Pierwsza pomoc**

Jeśli po zjedzeniu grzybów pojawiają się oznaki zatrucia, należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem. Do lekarza powinni zgłosić się wszyscy, którzy jedli ten sam posiłek, nawet jeśli nie mają objawów zatrucia. Można sprowokować wymioty. Nie należy pić mleka i alkoholu - płynny te przyspieszają przenikanie toksyn do krwiobiegu.

- Zbyt późna reakcja i brak właściwego leczenia może prowadzić do powstania nieodwracalnych zmian w organizmie, a nawet śmierci. Od 1 czerwca do 31 lipca krakowskie Centrum Powiadamiania Ratunkowego odebrało 4 zgłoszenia w sprawie zatruc grzybami lub potrawami z grzybów (np. grzyby marynowane, zupa grzybowa) - mówi Magdalena Maszudzińska z Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Krakowie.

### **Grzybów powinny unikać:**

- kobiety w ciąży i karmiące,
- dzieci,

- osoby starsze,
- osoby z zaburzeniami pracy przewodu pokarmowego.

## **Trujące, jadalne i niejadalne**

W małopolskich lasach rośnie wiele gatunków grzybów, wśród których występują grzyby trujące, jadalne i niejadalne. Szczególnie niebezpieczne są grzyby trujące, które mogą być przyczyną śmiertelnych zatruc pokarmowych.

- Każdego roku przypominamy: zbieraj tylko grzyby znane, co do których nie masz żadnych wątpliwości! Zbieranie grzybów wymaga wiedzy oraz doświadczenia – podkreśla kierownik Oddziału Nadzoru Higieny Żywności, Żywienia i Procesów Nauczania WSSE w Krakowie Piotr Pokrzywa.

Grzyboznawca posiada uprawnienia do oceny grzybów świeżych i suszonych, zaś klasyfikator grzybów posiada uprawnienia do oceny wyłącznie grzybów świeżych. W strukturach małopolskiej Inspekcji Sanitarnej jest 38 klasyfikatorów oraz 5 grzyboznawców.

## **Bezpieczne zbiory**

Pomocą mogą służyć atlasy grzybów i aplikacje mobilne, niemniej jednak powinniśmy mieć pewność, że nasze zbiory są bezpieczne, a to mogą ocenić tylko eksperci.

- Jeśli jesteś początkującym grzybiarzem, zostań przy grzybach rurkowych, z „siateczką” od spodu kapelusza. Unikaj małych osobników, które nie mają jeszcze wyraźnie widocznych cech gatunku - mogą być trudne do właściwego rozpoznania. Zbieraj grzyby do przewiewnego koszyka lub łubianki. W plastikowej torbie lub wiadrze grzyby bardzo szybko się psują i w rezultacie nawet gatunki jadalne mogą zaszkodzić zdrowiu – przypomina kierownik Oddziału Nadzoru Higieny Żywności, Żywienia i Procesów Nauczania WSSE w Krakowie Piotr Pokrzywa.

## **Sanepid: kontrole i dzielenie się wiedzą**

Inspekcja Sanitarna z województwa małopolskiego w trakcie kontroli sanitarnych przeprowadzanych w miejscach obrotu grzybami, a także w zakładach wykorzystujących je w produkcji, przetwórstwie i żywieniu zbiorowym zwraca szczególną uwagę, czy grzyby świeże rosnące w warunkach naturalnych oraz grzyby suszone i mrożone pozyskiwane z grzybów rosnących w warunkach naturalnych posiadają odpowiedni atest. Ponadto w związku z sygnałami konsumentów, które dotyczą nieprawidłowości związanych z wprowadzaniem do obrotu grzybów przeprowadza kontrole sanitarne, pobierając próbki grzybów do badania.

- W tym roku w związku z rozpoczynającym się sezonem grzybowym planujemy również takie kontrole. Prowadzimy też działania edukacyjne i profilaktyczne. W trakcie dyżurów grzyboznawcy i klasyfikatorzy grzybów udzielili w 2023 roku 543 porad dla konsumentów, zaś w tym roku już 50 - podaje kierownik Oddziału Nadzoru Higieny Żywności, Żywienia i Procesów Nauczania WSSE w Krakowie Piotr Pokrzywa.

## Jak znaleźć się w lesie?

- Lasy Państwowe podpowiadają, jak znaleźć się w lesie, gdy zgubimy drogę. Warto się zapoznać się z infografiką, szczególnie, gdy wybieracie się np. na grzyby. Las jest podzielony na specjalne sektory – oddziały leśne. Każdy oddział ma swój numer. Numery znajdują się na słupkach. Gdy się zgubisz w lesie, nie wpadaj w panikę. Podążaj w jednym kierunku, aż natrafisz na charakterystyczne punkty terenu – mówi dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krakowie Piotr Kempf.

Poleca również niezbędnik bezpiecznego turysty. Specjalne infografiki pomogą odpowiednio się przygotować do leśnej wycieczki. Dodatkowo małopolscy leśnicy przygotowali publikację NIEMAPY Lasów Małopolski, która jest przeznaczona przede wszystkim dla rodzin z dziećmi i można w niej znaleźć wiele atrakcji, z których można skorzystać podczas pieszych wędrówek na leśnym terenie Małopolski.

Operatorzy numerów alarmowych przypominają, że zawsze warto przed wybraniem się do lasu sprawdzić, czy mamy naładowany telefon i potrafimy podać swoją lokalizację GPS na wypadek, gdyby coś nam się stało.

- Warto też przed wyjściem zostawić bliskim informację, w którym kierunku zmierzamy, np. od której strony będziemy wchodzić do lasu – tak, aby możliwe było „namierzenie” nas poprzez prześledzenie potencjalnej drogi, którą moglibyśmy przejść – dodaje Kamila Jastrząb z CPR w Krakowie.

O zasadach bezpiecznego grzybobrania i bezpiecznego poruszania się po lasach przypomnieli na briefingu prasowym: wojewoda małopolski Krzysztof Jan Klęczar, dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krakowie Piotr Kempf, kierownik Oddziału Nadzoru Higieny Żywności, Żywienia i Procesów Nauczania Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Krakowie Piotr Pokrzywa, lekarz kierujący SOR w 5 Wojskowym Szpitalu Klinicznym z Polikliniką SPZOZ w Krakowie dr n. med. Małgorzata Krakowska-Stasiak oraz Magdalena Maszudzińska i Kamila Jastrząb – koordynatorki i trenerki z Centrum Powiadamiania Ratunkowego.

Zdjęcia dzięki uprzejmości Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego.

Ostatnia aktualizacja

16/08/2024

Data opublikowania

13/08/2024

Author

administrator

---

**Source URL:** <https://5wszk.com.pl/aktualnosc/2414-grozne-zatrucia-grzybami>