



BEZPIECZNE GRZYBOBRANIE

W Polsce zbieranie grzybów jest niezwykle popularne a Lubelszczyzna jest regionem szczególnie w nie bogatym. Dla wielu z nas grzybobranie jest ulubioną formą aktywnego spędzania wolnego czasu .

W naszym kraju spotyka się ponad 80 gatunków grzybów, a spożycie niektórych z nich może wywołać objawy zatrucia. Należy pamiętać, że zatrucia grzybami w porównaniu z innymi zatruciami pokarmowymi mają znacznie cięższy przebieg kliniczny. Aby skutecznie móc ich uniknąć oraz nie niszczyć cennego ekosystemu jakim jest las - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny we Włodawie apeluje o przestrzeganie podstawowych zasad zbierania grzybów.

1. Zbieramy wyłącznie grzyby nam znane.

Nie wkładamy grzybów do koszyka nawet wtedy gdy mamy choćby cień wątpliwości, co do tego czy jest to grzyb nam znany. Na terenie Lubelszczyzny wśród grzybów mających rurki na spodniej części kapelusza nie występują grzyby trujące. Jedyny, niejadalny ze względu na intensywnie gorzki smak, niszczący potrawę, grzyb rurkowy u nas spotykany to goryczak żółciowy.

2. Nie zbieramy grzybów zbyt młodych, u których cechy rozpoznawcze nie zostały wykształcone i istnieje możliwość pomyłki.

3. Nie zbieramy grzybów starych, zwiędniętych.

Z nich wysypią się zarodniki i powstanie nowa grzybnia.

4. Owocniki grzybów zbieramy tak, aby nie uszkodzić znajdującej się w podłożu grzybni, najlepiej delikatnie wykręcając. Miejsce po grzybie przykrywamy ściółką. Zapobiega to wysuszeniu odkrytej grzybni.

5. Nie zbieramy grzybów do opakowań z tworzyw sztucznych!

Jest to szkodliwe dla zdrowia przyzwyczajenie. Grzyby w siatkach z tworzywa sztucznego, zaczynają parować „pocić się”, stają się śluzowate, oślizgłe, gdyż zachodzą w nich intensywne procesy chemiczne, w których wyniku powstają szkodliwe dla zdrowia substancje. Zbieramy grzyby tylko do łubianek i przewiewnych koszyków.

6. Przed włożeniem grzybów do kosza dokładnie je czyścimy i jeszcze raz oglądamy.

7. Nie oceniamy przydatności grzybów na podstawie smaku, ponieważ przykładowo śmiertelnie trujący muchomor sromotnikowy ma smak łagodny. Nie wierzymy też starym przesądom mówiącym o ciemnieniu cebuli, czernieniu srebrnej łyżki, włożonych do potraw z grzybów, co miałyby świadczyć o tym, że jest ona sporządzona z gatunków niejadalnych czy trujących.

8. Nie jemy zbyt dużej ilości potraw przygotowywanych z grzybów, gdyż są one ciężkostrawne i nawet przygotowane ze świeżych jadalnych grzybów mogą nam zaszkodzić np. maślaki zawierające duże ilości śluzów.

9. Nie podajemy potraw z grzybów małym dzieciom, osobom starszym i chorym o szczególnie wrażliwym przewodzie pokarmowym.

10. Nie niszcymy grzybów trujących ani niejadalnych. Są one w lesie potrzebne i stanowią konieczny do zachowania równowagi element lasu jako np. pokarm dla zwierząt oraz są niezaprzeczalną ozdobą lasu.

PAMIĘTAJ!!!

Objawy zatrucia niektórymi grzybami mogą wystąpić nawet po kilku dniach od ich spożycia. Jeśli podejrzewasz zatrucie natychmiast zgłoś się do lekarza.

W Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej we Włodawie udzielane są porady grzyboznawcze oraz wydawane bezpłatnie atesty na wprowadzanie grzybów do obrotu.