**О МЕРАХ ПРОФИЛАКТИКИ ОТРАВЛЕНИЙ ГРИБАМИ**

**Пищевые отравления  могут вызвать:**

- ядовитые грибы (бледная поганка, мухомор, ложные опята);

- условно съедобные грибы, выделяющие при  разламывании  млечный сок (сморчки, строчки), в результате неправильной кулинарной обработки;

- съедобные грибы, приобретающие  новые свойства вследствие накапливания  вредных для человека веществ.

**Основная причина грибных отравлений:**

- неумение распознавать съедобные и ядовитые грибы;

- неправильное приготовление блюд из некоторых съедобных и условно съедобных видов грибов;

- отсутствие настороженности при сборе и употреблении в пищу условно съедобных грибов.

**Основные признаки отравления** **грибами** могут появиться уже через 1,5-2 часа после употребления их в пищу.

У пострадавшего появляются головные боли, тошнота, рвота, сильные боли в животе с диареей до 10-15 раз в сутки. Температура может слегка повышаться или оставаться нормальной. При отравлении мухоморами, ложными опятами возможно появление бреда, галлюцинаций, человек может впасть в состояние, граничащее с помешательством.

**Чтобы предупредить отравление грибами**, важно соблюдать следующие правила:

- следует собирать только те грибы, которые вы хорошо знаете;

- никогда не собирайте грибы перезрелые, червивые и испорченные;

- не ешьте грибы в сыром виде;

- принесенные домой грибы должны быть в тот же день разобраны по отдельным видам и вновь тщательно просмотрены;

- грибы должны быть подвергнуты кулинарной обработке в день сбора или не позднее следующего утра;

- не храните соленые грибы в оцинкованной и глиняной глазурованной посуде;

- грибы, содержащие млечный сок, перед употреблением необходимо отваривать или вымачивать с многоразовой сменой воды, чтобы удалить горькие, раздражающие желудок вещества.

**Советы покупателям**.

Если вы покупаете уже собранные грибы, помните, что нельзя покупать сушёные, солёные, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли. Безопаснее покупать грибы на стационарных рынках, где они проходят соответствующий контроль.

Не рекомендуется покупать грибные консервы в банках с закатанными крышками, приготовленные в домашних условиях.

Не покупайте [грибы](https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/predpr/news_predpr.php?ELEMENT_ID=14849), если нарушена целостность упаковки или упаковка грязная. Также не покупайте грибы, если на упаковке нет этикетки, листов-вкладышей и вообще отсутствует информация о товаре.

