**Для размещения на сайтах и СМИ**

**7 ВОПРОСОВ ОБ ОТРАВЛЕНИЯХ ГРИБАМИ**

Сезон активного сбора грибов открывается летом и продолжается до самой осени. Всегда необходимо сохранять бдительность и соблюдать меры безопасности при приготовлении и употреблении грибов в пищу. Ведь грибами можно отравиться!

Как не допустить этого?

**1. После вскрытия банки грибов на поверхности продукта обнаружена плесень. Можно ли её убрать, а затем употреблять в пищу такой продукт?**

Во избежание проблем со здоровьем, любые продукты с признаками порчи и плесени рекомендуется выбрасывать.

Обычно, если обнаруживается рост плесени на консервах, это говорит о том, что при консервации продукта не была достигнута стерильность. Даже если убрать видимую плесень с поверхности продукта, это не сделает продукт безопасным. Невидимые споры плесени распространяются на всю толщу продукта.

Но консервированные грибы могут таить еще одну опасность - [ботулизм](http://cgon.rospotrebnadzor.ru/content/633/griby-bez-botulizma). Причина ботулизма - бактерии *Clostridium botulinum*, которые активно растут в безвоздушных условиях (например, в консервах). Для человека опасна не сама бактерия, а токсин, который она образует. Для того, чтобы обезопасить себя от ботулизма, нужно соблюдать меры предосторожности:

* не употреблять консервированные грибы без предварительной термической обработки;
* при заготовке грибов не консервировать их, а сушить или замораживать;
* хранить консервированные грибы только в холодильнике.

**2. Правда ли то, что запах съедобного гриба при разламывании приятный, а ядовитый гриб пахнет подозрительно?**

Нет. Это неверно. Бледная поганка, например, обладает приятным грибным запахом, но при этом является смертельно ядовитой.

**3. Почему нельзя есть грибы в большом количестве?**

Это связано с их низкой пищевой ценностью, плохой перевариваемостью организмом, а также низкой усвояемостью полезных веществ (не более 40%).

Грибы содержат [хитин](https://www.mushroomrevival.com/blogs/blog/chitin-an-important-component-in-mushrooms) и большое количество белков, которые организму трудно переваривать, особенно людям с нарушениями работы пищеварительной системы.

**4. Действительно ли, если отварить грибы в течение 30 минут, яд нейтрализуется?**

Приготовление ядовитых грибов не удалит токсины. Яд многих грибов невозможно обезвредить ни вымачиванием, ни кипячением.

**5. Почему не рекомендуется собирать грибы в черте города и вдоль дорог?**

Грибы способны впитывать опасные соединения подобно губкам. Из-за этого грибы, растущие вдоль дорог или на загрязненных территориях, накапливают в больших количествах радионуклиды, тяжёлые металлы, агрохимикаты и другие чужеродные соединения.

**6. Правда ли, что все ядовитые грибы имеют пластинчатое строение шляпки, и, соответственно, грибы с трубчатым строением можно употреблять в пищу безбоязненно?**

Действительно, среди трубчатых грибов большинство – съедобные (боровики, маслята, подберёзовики). Но это не значит, что все трубчатые грибы можно смело употреблять в пищу. Ядовитые среди них всё же есть: перечный гриб, желчный гриб (ложный белый), сатанинский гриб. Несмотря на то что некоторые из них имеют неприятный аромат, их всё равно легко спутать со съедобными.

**7. Как хранить грибы?**

Собранные грибы нужно как можно скорее перебрать, потому что в вёдрах или пакетах они быстро портятся.

Некоторые грибы лучше хранятся в холодильнике. Если вам нужно хранить грибы более недели, рассмотрите возможность их заморозки или сушки.

Сухие грибы могут храниться до 18 месяцев при температуре воздуха не выше 20 °C и относительной влажности до 75%.

Грибы нельзя солить в глиняной, алюминиевой или оцинкованной посуде.

При употреблении консервированных грибов в пищу обратите внимание на срок годности. Если банка вздулась – незамедлительно выбрасывайте.

**Врач по общей гигиене филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарске» Семенова Лина Владимировна**