

Muchomor sromotnikowy *Amanita phalloides* – przyczyna najgroźniejszych zatruć.
!!!





Jak działają toksyny występujące w muchomorze sromotnikowym?

Trucizna atakuje szybko i podstępnie. Pierwsze objawy szybko ustępują, co może być bardzo mylące. Muchomor podrażnia żołądek i jelita. Pojawiają się nudności, biegunka, wymioty. Może dojść do gwałtownego odwodnienia organizmu. Dwie trujące substancje: amanitotoksyna i falotoksyna uszkadzają komórki wątroby. Pierwsza działa błyskawicznie, druga w 2-3 dobie. Po kilku dniach następuje całkowite uszkodzenie wątroby. Pojawiają się zaburzenia krzepnięcia krwi, krwawienia z ucha, przewodu pokarmowego, zdarzają się krwawienia ginekologiczne. Trucizna uszkadza nerki. Nerki przestają filtrować krew i nie usuwają szkodliwych substancji z organizmu. Toksyczne produkty przemiany materii dostają się do układu nerwowego. Pojawia się obrzęk mózgu, zaburzenia świadomości, śpiączka. Nie działa wątroba, nerki, w końcu układ oddechowy. Podczas śpiączki następuje śmierć.



Jak przygotować się na grzybobranie?



Bluzka lub kurtka z długim rękawem, spodnie z długimi nogawkami, buty z wyższą cholewką, czapka bądź kapelusz - **odpowiednie ubranie zabezpiecza nas przed ukąszeniem owadów i żmij**



Koszyk na grzyby najlepiej wiklinowy, w foliowej torebce grzyby zaparzą się - mogą wytwarzać substancje szkodliwe dla zdrowia

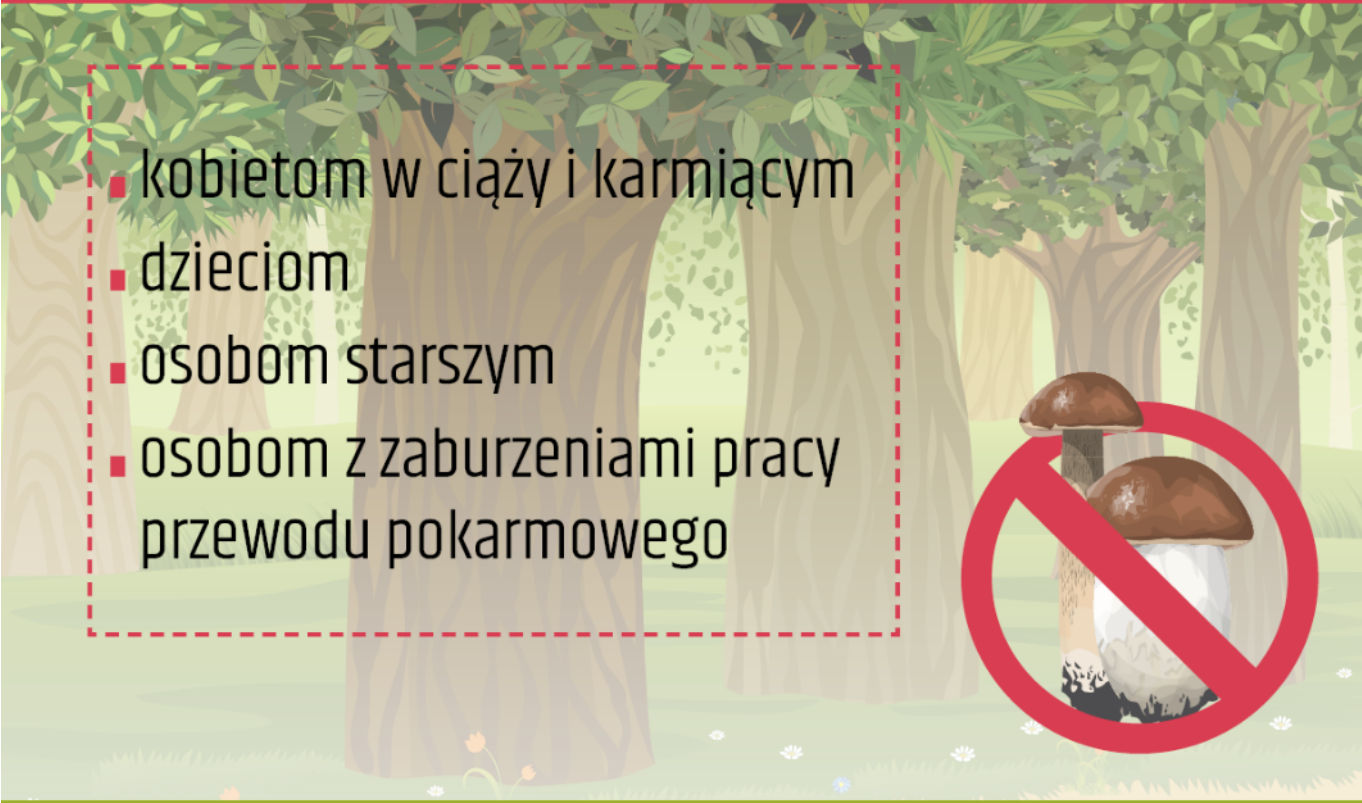


Środek odstraszający owady uchroni nas przed komarami i kleszczami

Dekalog grzybiarza

1. Nie zbieraj grzybów **jeśli ich nie znasz.**
2. Do koszyka wkładaj te grzyby, **co do których jesteś pewien.**
3. Jako początkujący grzybiarz **zbieraj tylko grzyby rurkowe - z „siateczką”.**
4. Nie korzystaj z **foliowych reklamówek.**
5. **Nie wyrrywaj grzybni**, wyrosną na niej nowe.
6. **Nie rozkopuj ściółki** - nie niszczy grzybni.
7. **Unikaj grzybów zbyt małych** - trudno rozpoznać czy są blaszkowe, czy nie!
8. **Nie podawaj grzybów małym dzieciom!**
9. **Nie przyjmuj rad od przygodnych grzybiarzy** i nie kupuj grzybów z nieznanego źródła!
10. **Nie identyfikuj grzybów** próbując ich!

Nie zaleca się spożywania grzybów!

- 
- kobietom w ciąży i karmiącym
 - dzieciom
 - osobom starszym
 - osobom z zaburzeniami pracy przewodu pokarmowego



**Grzyby zawierają dużo substancji chitynowych
co powoduje, że są ciężkostrawne**

Kalendarz grzybiarza

Borowiki	od lipca do października
Podgrzybki	od czerwca do listopada
Maślaki	od czerwca do października
Gąski	od lipca do listopada
Kurki	od czerwca do listopada
Koźlarze	od lipca do października (pełnia tworzenia owocnika przypada na sierpień i wrzesień)

