

春暖花开，雨水的滋润下
又到了各种蘑菇疯长期
不过，千万不要采摘蘑菇食用！

野生蘑菇有不少种类有毒，甚至可引起死亡！

什么是毒蘑菇？

毒蘑菇又称**毒蕈**，是指人食用后出现中毒症状的大型真菌。我国约有**400种**有毒蘑菇，每年因误食野生毒蘑菇而中毒的事件时有发生，毒蘑菇中毒的死亡率居各类毒物中毒事件之首。

大多数中毒者中，他们并非不知道毒蘑菇的存在，而是在采食蘑菇时受到了所谓的辨别方法的误导。

错误的毒蘑菇识别方法：

错误一 颜色鲜艳的蘑菇有毒，不鲜艳的无毒

从色彩判断蘑菇是否有毒是无科学依据的，部分色彩不艳丽、长相不好看的野生蘑菇也有毒。比如：

有长相平平但有剧毒的

在广东，导致中毒人数众多的**白毒伞**，外表纯洁朴素，又叫**致命鹅膏**，一个约50克（1两）的白毒伞所含毒素量足以毒死一个50公斤的成年人。



有颜色鲜艳彰显毒性的

有一些不善伪装的，如**毒蝇鹅膏**，艳丽的衣着就明显警示“**我有毒**”。



有安全与美貌并重的

也有蘑菇是美貌与安全并重，味道鲜美的，如一些**红菇**。



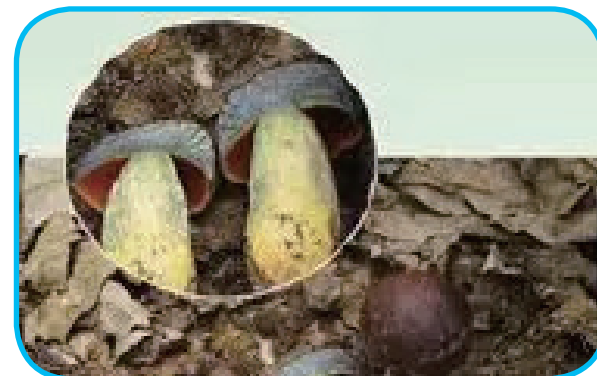
错误二 可使银器、大蒜、大米等变黑的有毒

毒蘑菇和银器、大蒜、大米等接触不会产生反应，不会出现变色现象。



错误三 掰开蘑菇有乳汁或变色的有毒

松乳菇、红汁乳菇掰开会流出乳汁，但确实是美味的食用菌。一些牛肝菌断面会变成蓝色，也是可食的。



错误四 生蛆或生虫的蘑菇无毒

很多剧毒蘑菇成熟后也会生蛆或生虫。因此这种说法也是毫无科学依据的。



错误五 高温烹煮、煮沸、晒干可祛毒

毒蘑菇的毒素的性质通常很稳定，一般的蒸、煮、闷、烧等烹饪方法或晒干加工都不能把毒素去掉。

就算你真的认对了无毒的品种，但是在野外，无毒的蘑菇常常与有毒的蘑菇混生，很容易沾染毒蘑菇菌丝。所以即便吃的蘑菇是无毒的品种，仍然会有中毒的危险。

误食毒蘑菇会出现哪些症状？

若吃了野蘑菇后，很快出现恶心、呕吐、腹泻、腹痛等急性胃肠炎症状及视力模糊，就要高度怀疑毒蘑菇中毒，必须马上前往医院就医，千万不能拖延，否则容易引起昏迷乃至死亡等严重后果。

中毒后如何自救？

1 就医

目前对毒蘑菇中毒尚无特效解毒药，因此中毒后应立刻到正规医院救治。

最好携带剩余蘑菇样品，以备鉴定蘑菇的种类，确定有效的治疗措施和判断预后。

2 催吐

在中毒者神志清楚的情况下尽快催吐。可用手指扣咽部或用器具压迫舌部即可引起呕吐。可反复尝试，尽量把胃内的食物呕吐出来，以减少毒素吸收。



**最后，再叮嘱一句
不想中毒，唯一安全的办法就是：
千万不要采食野蘑菇!!!**

如需获取更多健康相关资讯，请登录：

广东省卫生健康委员会
wsjkw.gd.gov.cn

广东省疾病预防控制中心
cdcp.gd.gov.cn



健康广东



广东疾控

蘑菇好吃
勿自采!



广东省卫生健康委员会
广东省疾病预防控制中心