

# Как не пасть жертвой «ТИХОЙ ОХОТЫ»

> **Советы для тех, кто собирается за грибами**

**НАКОНЕЦ-ТО угонилась жара, все чаще накрапывают дожди, значит, скоро на Южном Урале наступит грибная пора.**

А в центральной части России медики уже бьют тревогу. В Нижегородской области жертвами «тихой охоты» стали 15 человек: поели консервированных грибов прошлогоднего урожая. Свежим урожаем отравился житель Рязани. Перепутать съедобный гриб и поганку сложно, а вот вовремя распознать отравление и принять все необходимые меры получается не всегда. Мы подготовили несколько советов для тех, кто собирается поохотиться на белые грибочки.

Каждое лето на рынках появляется все больше продавцов лесных даров, бабушки с корзинками предлагают ленивым горожанам отведать землянику, чернику и, конечно же, грибы. Эксперты советуют не рисковать собственным здоровьем и, если уж так захотелось, жареных лисичек или маринованных опят, сходить в лес самим.

– «Тихой охотой» называют сбор грибов не только потому, что грибы из-за обилия в них белка считаются «лесным мясом», но и потому, что опасностей в этом занятии не меньше, чем на настоящей охоте, – говорит грибник со стажем Владимир Сотников.

Для начала стоит запомнить простое правило: покупать грибы у незнакомых людей на рынках и на дорогах нельзя. Не исключено, что грибы собраны у дороги и уже успели впитать ядовитые вещества, которые не исчезнут даже при тепловой обработке.

Если вы решились собирать грибы самостоятельно, не забывайте, что трогать незнакомые грибы руками может быть смертельно опасно.

– Некоторые грибы могут вызвать отравление даже при тактильном соприкосновении. Так что лучше наденьте резиновые перчатки и не берите в руки подозрительные гри-



бы, – советует врач-терапевт Наталья Голубицкая.

Не стоит собирать подгнившие, мягкие или червивые грибы. Не берите совсем маленькие грибы. Отличить маленький съедобный гриб от поганки бывает непросто даже опытному леснику.

Как только вы вернулись домой с добычей – сразу переберите все, что собрали. Не оставляйте грибы на ночь без обработки. И конечно, не забывайте, что грибы нужно уметь правильно готовить.

– Сперва обязательно отварите их два раза по двадцать минут – это снизит концентрацию вредных веществ. Только потом уже грибы можно пожарить. Если собираетесь делать соленья, как следует выма-

чивайте грибы, – советует Владимир Сотников.

И все-таки, даже соблюдая все меры безопасности, вы не застрахованы от непредвиденных ситуаций.

– Если вдруг вы почувствовали первые признаки отравления, вызывайте скорую. Повод для беспокойства есть, если вы ощущаете вялость, головокружение, одышку и любые другие признаки нездоровья. Обычно отравления грибами происходят в сильной форме, не заметить их трудно, – говорит Наталья.

Не стоит пытаться добраться до меду учреждений самостоятельно. Можно потерять сознание, даже если секунду назад твердо держались на ногах.

– До приезда врача не принимайте

никаких таблеток, не надо пытаться по-народному «прочиститься» ромашкой или молоком, – предупреждает терапевт. – Попросите кого-нибудь побыть с вами; если дома никого нет, позвоните соседям. Постарайтесь поменьше двигаться.

Попросите сопровождающих взять с собой в больницу остатки грибов, которые вызвали отравление, так

вы существенно облегчите задачу врачам.

Грибы не рекомендуется давать детям до 12 лет. У них отсутствует фермент, ответственный за переваривание грибов. Также не рекомендуется есть грибы пожилым людям после 60 лет, у которых ферментативная система ослаблена.

В заключение шокирующая новость, опубликованная в июньском номере еженедельника «Аргументы и факты»: белые грибы стали опаснее поганок.

По словам специалистов, некоторые грибы способны накопить ртути в 550 раз больше, чем есть в почве. Свинушки и дождевики «предпочитают» накапливать медь, сыроежки – цинк, белые грибы и шампиньоны – ртуть, подберезовики – кадмий. Причем, к сожалению, отсутствие загрязняющих факторов возле леса – не гарантия чистоты его даров. Недавно специалисты из Сколково проверили грибы, растущие в лесах, где на 50 километров вокруг нет ни одного источника заражения. Оказалось, что они начинены свинцом и мышьяком по самые шляпки. Съел 300–500 граммов таких «гостинцев» в неделю – и готово отравление! Как же себя обезопасить?

– Не ходите за грибами в жаркую, сухую погоду, – советует кандидат биологических наук Игорь Сетов. – Вредные вещества не вымываются из почвы дождем, их содержание в грибах возрастает. И знаете: самые безопасные грибы – опята, поскольку растут на деревьях, а дерево чище почвы! ☺

Подготовила  
АЛЬБИНА ГОЛОСОВА

## Досье «ММ»

В прошлом году в Челябинской области и Башкирии зарегистрировано свыше двухсот случаев отравления грибами. Только в Стерлитамаке отравление получили 30 человек. Сто человек стали жертвами «тихой охоты» в Воронеже. В Самарской области отравились грибами 80 человек. В Белгороде 38 человек перепутали поганки со съедобными грибами.

## > ЕДА Кузнечики вместо мяса

**ГАМБУРГЕР со сверчками и кузнечиками или мясное жаркое из пробирки. По мнению европейских ученых, именно такое продовольственное будущее ждет человечество уже лет через 50.**

По данным ООН, к 2050 году в мире будут жить девять миллиардов человек. А чтобы всех прокормить, запасы продовольствия должны быть на 70 процентов больше, чем сейчас. Вот почему европейские ученые и футурологи активно занялись разработками альтернативных продуктов питания. «Насекомые, как домашний скот в уменьшенном размере, станут основным элементом нашего рациона», – уверен британский футуролог Морган Гай. Его гипотезу поддерживают ученые из голландского университета Вагенинген, которые считают, что от перехода на новые продукты питания все только выиграют. Насекомые насыщены протеином, и их питательную ценность спокойно можно приравнять к мясу. К тому же, разведение мошек и скакунов обойдется в разы дешевле, чем уход за телятами. Сторонники этой теории уверяют: со временем европейцы по примеру азиатов безо всяких проблем смогут питаться насекомыми. «Кузнечиков вполне можно будет использовать как основной ингредиент, который заменит мясо в гамбургерах и сосисках», – уверен Гай.



## Сибирь в огне

> АНОМАЛИЯ

**ПЛОЩАДЬ лесных пожаров в 2012 году на 20 процентов превысила показатель прошлого года. Леса полыхают в Красноярском крае, Томской области, Туве, Хакасии и Иркутской области.**

Численность противопожарной группировки, участвующей в борьбе с природными пожарами в субъектах России, увеличилась за минувшие сутки более чем на две тысячи человек – до 20,7 тысячи, сообщил РИА Новости в пятницу представитель национального центра управления в кризисных ситуациях (НЦУКС) МЧС РФ.

«Для тушения пожаров и обеспечения пожарной безопасности в субъектах РФ привлечено 20,68 тысячи человек (сутками ранее – 18,5 тысячи) и 4 тысячи единиц техники», – сказал собеседник агентства.

По данным МЧС, на территории страны продолжают действовать 180 очагов пожаров, угрозы населенным пунктам и объектам экономики пока нет.

Ведомство ранее сообщало, что в этом году высокий риск перехода природных пожаров и сельскохозяйственных палов на населенные пункты, дачные участки и объекты экономики прогнозируется в Свердловской,

Челябинской, Тюменской, Омской и Амурской областях. В опасной зоне также могут оказаться 1,1 тысячи объектов социальной сферы, 3 тысячи линий электропередачи, 536 нефтегазопроводов, 407 участков железных и 856 – автомобильных дорог.

В соответствии с прогнозом ведомства, превышение среднелетних значений параметров ландшафтных пожаров (количество очагов и площади) ожидается на территории Башкирии, Бурятии, Коми, Пермского, Алтайского, Красноярского, Забайкальского, Хабаровского, Приморского краев, Калининградской, Воронежской, Новосибирской, Томской, Кировской, Свердловской, Тюменской и Омской областей.

По данным МЧС, в 2011 году на территории России произошло 21,1 тысячи лесных пожаров (в 2010 – 34,8 тысячи) общей площадью 1,67 миллиона гектаров (в 2010 – 2,45 миллиона). Наиболее сложная обстановка в отдельные периоды пожароопасного сезона складывалась в Якутии, Коми, Бурятии, Хабаровском, Забайкальском, Красноярском краях, Архангельской и Иркутской областях. На Северо-Западный, Уральский, Сибирский и Дальневосточный федеральные округа пришлось 88 процентов от общего количества возникших лесных пожаров и 99 процентов от пройденной огнем площади.

> **Некоторые грибы способны накопить ртути в 550 раз больше, чем есть в почве**