

## TUYÊN TRUYỀN PHÒNG, CHỐNG NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM DO NẤM ĐỘC

### NẤM ĐỘC TÁN TRẮNG



Nấm non



Đang phát triển



Nấm trưởng thành



Nấm già

Nấm là loại thực phẩm giàu dinh dưỡng, chứa nhiều protein, axit amin, vitamin, muối khoáng và các chất kháng sinh, có mùi vị lạ đặc trưng hấp dẫn, .... Nhưng không phải loại nấm nào cũng ngon và bổ, Việt Nam có khoảng 50 - 100 loài nấm độc khác nhau, trong đó có những loài có độc tố gây chết người như nấm độc tán trắng, nấm ô tán trắng phiến xanh, nấm độc trắng hình nón, nấm mũ khía nâu xám, .... Độc tố nấm trong toàn bộ cây nấm (mũ, phiến, vòng, cuống, bao gốc nấm). Độc tố có thể thay đổi theo mùa, trong quá trình sinh trưởng của nấm, trong môi trường đất đai, khí hậu và thường gây hậu quả nghiêm trọng tới sức khỏe, rất phức tạp và khó tiên lượng. So với các loại ngộ độc khác

thì ngộ độc nấm xảy ra ít hơn về số ca, nhưng tỷ lệ tử vong rất cao.

Một điểm cần chú ý là: nấm là môi trường dinh dưỡng lý tưởng cho nhiều loại vi sinh vật. Cho nên dù đối với những loại nấm không độc, nhưng hái về để lâu mới ăn hoặc nấm đã hỏng, bị nhiễm bẩn mới sử dụng cũng dễ gây ngộ độc. Ngược lại, có một số loài nấm có chứa chất độc nhưng chất độc đó không tan trong dịch vị dạ dày nên cũng không gây ngộ độc. Nhưng các chất độc này lại tan trong rượu nên khi ăn nấm mà lại uống rượu thì cũng dễ bị ngộ độc.

- Một số biểu hiện ngộ độc do nấm độc: Có nhiều loại nấm độc với các độc chất khác nhau vì thế biểu hiện và mức độ của ngộ độc nấm cũng khác nhau như: rối loạn tiêu hóa, trụy tim mạch, rối loạn thần kinh, nhẹ thì chỉ nôn mửa, tiêu chảy có thể lẫn máu, nặng hơn thì đau bụng dữ dội, vã mồ hôi, ....

- Để phòng chống ngộ độc do nấm độc, Chi cục An toàn vệ sinh thực phẩm An Giang khuyến cáo:

- + Chỉ hái nấm khi biết chắc chắn là ăn được;
- + Tuyệt đối không được ăn nấm lạ;
- + Không ăn thử nấm, dứt khoát loại bỏ nấm khi còn nghi ngờ;
- + Không ăn nấm đã già hoặc nấm bị ôi thiu;
- + Sơ cứu ngay khi có triệu chứng ngộ độc, rồi chuyển đi cấp cứu ở trung tâm y tế gần nhất./.

Phòng TTTT & QL NĐTP – Chi cục An toàn vệ sinh thực phẩm An Giang