

เตลีนิวส์

ฉบับที่ 19,611 วันจันทร์ที่ 23 มิถุนายน พ.ศ. 2546 หน้า 12

แนะนำการระวังในการบริโภคเห็ดป่า

ช่วงนี้เป็นช่วงต้นฤดูฝนและเป็นช่วงที่เห็ดป่าออกเป็นจำนวนมาก ชาวบ้านมักเก็บมากินหรือขายในตลาดชนบท โดยเฉพาะภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือซึ่งนิยมกินเห็ดป่ากันมาก เห็ดป่าบางชนิดก็รับประทานได้แต่บางชนิดก็รับประทานไม่ได้ บางชนิดมีพิษถึงตาย ดังนั้น การเก็บเห็ดป่าที่ไม่รู้จักมารับประทานจึงไม่ควรทำ ควรเลือกรับประทานแต่เห็ดที่รู้จักเท่านั้น เนื่องจากความเป็นพิษของเห็ดบางชนิดเป็นพิษที่รุนแรงอาจจะแสดงอาการภายในระยะเวลา 8-12 ชั่วโมงหลังรับประทาน บางชนิดทำให้เกิดอาการอาเจียน มีนเมา ใจสั่น เวียนศีรษะ อ่อนเพลียหรืออาจท้องร่วงภายในเวลา 30-60 นาที พิษของเห็ดจะเข้าไปทำลายระบบประสาท ตับ ไต และทำลายประสาทตา เห็ดที่พบเป็นประจำในฤดูฝน ได้แก่ เห็ดรังกาเห็ดปลวกฟาง เห็ดขี้ควาย การช่วยเหลือผู้ป่วยจากกรณีรับประทานเห็ดพิษก่อนที่จะนำส่งโรงพยาบาล ให้ผู้ป่วยอาเจียนเพื่อป้องกันไม่ให้พิษแล่นไปสู่กระแสเลือดได้ โดยการให้ผู้ป่วยรับประทานน้ำมันละหุ่ง 1 ช้อนโต๊ะ หรือน้ำเกลือ 1 ช้อนโต๊ะ (ในกรณีผู้ใหญ่) ถ้าเป็นเด็กควรรับประทาน 1 ช้อนชา

ข้อควรระวังในการรับประทานเห็ดป่า ได้แก่ ไม่รับประทานเห็ดที่มีสีสวย มีกลิ่นหอมฉุน เห็ดที่มีวงแหวน เห็ดที่ยังคัมไม่สุก อย่าเก็บเห็ดอ่อนหรือดอกตูมมารับประทาน เนื่องจากเห็ดในระยะนี้ยังไม่สามารถแยกได้ว่าเป็นเห็ดชนิดใด หลีกเลี่ยงการรับประทานเห็ดที่เมื่อผ่าแล้วเปลี่ยนสีหรือมีน้ำขุ่นซึมออกมากล้นสีน้ำมัน

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่สำนักงานเกษตรจังหวัด สำนักงานเกษตรอำเภอ หรือศูนย์บริการและถ่ายทอดเทคโนโลยีการเกษตรประจำตำบลใกล้บ้านเวลาราชการ.