

# 路边的野蘑菇不要采

## 什么是野生蘑菇？

蘑菇或蕈菌一般泛指肉眼可见、能徒手采摘的大型真菌，为长出地面的肉质或胶质的子实体。多由菌盖、菌环、菌柄和菌托等组成，以菌盖最为明显。



菌盖形状呈伞型、钟型、斗笠型、球型或半球型、扇型、漏斗型等各式各样，颜色也是多种多样。比如：



红菇



迪氏邦孔菌

野生蘑菇广泛分布于全国各地，生长环境呈多样性，能生长绿色植物的地方几乎都可以找到，以草原、树林地带最为多见。蘑菇一年四季都可生长，以6-9月最多，特别是雨后。

## 什么是毒蘑菇？

毒蘑菇又称毒蕈或毒菌，是指人食用后出现中毒症状的大型真菌。目前，我国已报道的毒蘑菇种类达400多种，其中含剧毒可对人有致死危险的蘑菇有40多种。蘑菇中毒根据临床表现主要分为8种类型：胃肠炎型、急性肝损害型、神经精神型、溶血型、光敏性皮炎型、急性肾损害型、横纹肌溶解型和混合型。

## 怎么样鉴别有毒蘑菇？

鉴别野生毒蘑菇是否有毒目前没有简单易行的鉴别方法，预防毒蘑菇中毒的根本办法就是不采摘、不销售、不食用野生蘑菇。

以下是几种常见的错误认识：

 **颜色鲜艳的蘑菇有毒，不可食用；色彩不鲜艳的无毒。**

从色彩判断蘑菇是否有毒无科学依据。部分色彩不鲜艳、长相不好看的野生蘑菇也是有毒的，如灰色的灰花纹鹅膏、拟灰花纹鹅膏和白色的致命鹅膏就为剧毒种类；而鸡油菌和一些颜色鲜艳的红菇种类却是美味的食用菌。



致命鹅膏（剧毒）



鸡油菌（可食用）

**✘于银器、大蒜、生姜等同煮会变黑的种类有毒。**

这种说法也是毫无科学依据，因为毒蘑菇和银器、大蒜、生姜接触不会产生反应。

**✘掰开蘑菇有乳汁或变色的有毒。**

这种说法也是无科学依据的。有的毒蘑菇的确具有分泌物或受伤变色的特点，但一些多汁蘑菇受伤后，也会有乳汁分泌和颜色变化，它们是无毒的，如多汁乳菇。

**✘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。



被虫啃食的致命鹅膏（有毒）



正被蛞蝓食用硫磺绉孔菌（有毒）

**✘晒干的蘑菇无毒**

毒蘑菇里面的毒素十分复杂，具体的成分并不十分明确，水洗和晒干不能保证去掉所有的毒素，因此干的野生蘑



菇同样可以导致中毒。

## 咱们东北有哪些常见毒蘑菇？

### 东北地区常见毒蘑菇

勿采食 勿加工 勿收售



## 怎样预防毒蘑菇中毒？

- 不采摘不食用野生蘑菇或来源不明的蘑菇。
- 不在路边摊贩购买蘑菇。对于市场上售卖的野生蘑菇，尤其是没吃过或不认识的野生蘑菇也不能放松警惕。
- 集体聚餐、餐饮服务、民俗旅游等尽量不要加工食用野生蘑菇。
- 不轻信民间或网传的一些没有科学依据的毒蘑菇鉴别方法。

## 毒蘑菇中毒如何自救？

**催吐：**在中毒者神志清楚的情况下尽快催吐。可用手指抠咽部或用器具压迫舌根部即可引起呕吐。可反复多次，尽量把胃内食物呕吐出来，以减少毒素吸收。



**立即就医：**中毒后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。



摘自“大连市疾病预防控制中心微信公众平台”

疾控处供稿