

"ประชาสัมพันธ์ การเฝ้าระวังการเจ็บป่วยจากการกินเห็ด";

วิธีการเฝ้าระวังการสังเกตเห็ดพิษ

หมวกเห็ดมีปุ่มปม มีสีน้ำตาลหรือสีสนิมขนาดเล็ก มีกลิ่นค่อนข้างแรงเมื่อดอกแก่ มีวงแหวนใต้หมวก ขึ้นอยู่ใกล้มูลสัตว์

ภูมิปัญญาพื้นบ้านภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในการใช้น้ำคั้นใบย่านางในแกงเห็ด ช่วยลดความเป็นพิษในเห็ดได้เนื่องจากย่านางเป็นสมุนไพรในกลุ่มช่วยล้างพิษ

วิธีสังเกตเฝ้าระวังการกินเห็ดพิษ

หากมีอาการผิดปกติหลังกินเห็ด เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เป็นต้นควรรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้าน และนำตัวอย่างเห็ดที่เหลือหรือรูปถ่ายเห็ดไปสถานพยาบาลเพื่อประเมินชนิดของพิษที่ได้รับ

การป้องกันการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ

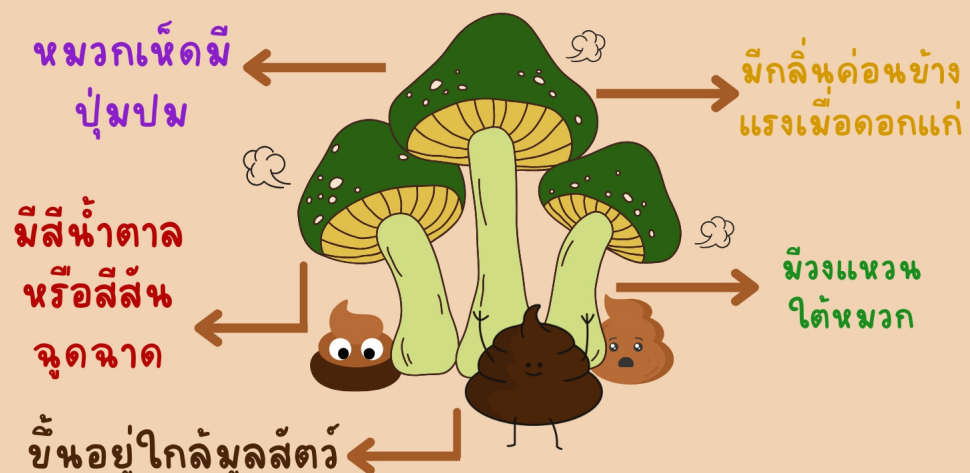
1. ไม่เก็บหรือกินเห็ดที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่ากินได้
2. ไม่เก็บเห็ดที่อยู่ในระยะอ่อนมากเกินไป เช่น ระยะเป็นตุ่มหรือตุ่มที่มีรูปร่างคล้ายไข่อาจจะไม่สามารถแยกเห็ดกินได้และเห็ดพิษออกจากกัน
3. ไม่กินเห็ดดิบโดยไม่ปรุงให้สุกก่อนกินทำให้เกิดพิษได้ เช่น เห็ดน้ำหมาก เป็นต้น
4. ไม่กินเห็ดร่วมกับแอลกอฮอล์ เช่น เห็ดหิงห้อย เห็ดน้ำหมากหรือเห็ด

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

- 1.หลังจากกินเห็ดไม่เกิน 4 ชั่วโมง เช่น คลื่นไส้ อาเจียนถ่ายเหลวเพียงเล็กน้อย ไม่มีอาการหน้ามืดจะเป็นลมให้กินผงถ่านกัมมันต์เพื่อดูดซับพิษ และ ค่อยๆจิบน้ำเพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป
- 2.หากเวลาผ่านไป 1 ชั่วโมงยังไม่ดีขึ้นให้รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด
- 3.ไม่แนะนำการกระตุ้นให้อาเจียน อาจทำให้เกิดการติดเชื้อ เกิดบาดแผลในคอ



วิธีการ ในการสังเกตเห็ดพิษ



เห็ดพิษมี
ปฏิกิริยา

มีอาการอ่อนเพลีย
แรงเมื่อดอกแก่

มีวิสัยทัศน์
หรือสีสันท
จุดขาด

มีวงแหวน
ใต้หมวก

ขึ้นอยู่ใกล้มูลสัตว์

ภูมิปัญญาพื้นบ้าน

ในการใช้น้ำคั้นใบย่านางในแกงเห็ด ช่วยลดความเป็นพิษ
ในเห็ดได้เนื่องจากย่านางเป็นสมุนไพรในกลุ่มช่วยล้างพิษ



เห็ดโคน

ตัวอย่างเห็ดป่า
ที่กินได้และรู้จักกันดี
ในประเทศไทยเช่น

เห็ดระโงกขาว

เห็ดขอน

องค์การบริหารส่วนตำบลบ่อกระดาน



วิธี สังเกตอาการกินเห็ดพิษ

หากมีอาการผิดปกติหลังกินเห็ด

เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เป็นต้นควรรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้าน และนำตัวอย่างเห็ดที่กินหรือรูปถ่ายเห็ดไปสถานพยาบาลเพื่อประเมินชนิดของพิษที่ได้รับ

การป้องกันการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ

1. ไม่เก็บหรือกินเห็ดที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่ากินได้
2. ไม่เก็บเห็ดที่อยู่ในระยะอ่อนมากเกินไป เช่น ระยะเป็นตุ่มหรือตุ่มที่มีรูปร่างคล้ายไข่ อาจไม่สามารถแยกเห็ดกินได้และเห็ดพิษออกจากกัน
3. ไม่กินเห็ดดิบโดยไม่ปรุงให้สุกก่อนกินทำให้เกิดพิษได้เช่น เห็ดน้ำหมาก เป็นต้น
4. ไม่กินเห็ดร่วมกับแอลกอฮอล์ เช่น เห็ดหนึ่งน้อย เห็ดน้ำหมากหรือเห็ด

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1. หลังจากกินเห็ดไม่เกิน 4 ชั่วโมง เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลวเพียงเล็กน้อย ไม่มีอาการหนักมีดจะเป็นลม ให้กินผงถ่านกัมมันต์เพื่อดูดซับพิษ และ ดื่มน้ำ จิบน้ำเพื่อชะเชยของเหลวที่เสียไป
2. หากเวลาผ่านไป 1 ชั่วโมงยังไม่ดีขึ้นให้รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด
3. ไม่แนะนำให้การกระตุ้นให้อาเจียน อาจทำให้เกิดการติดเชื้อ เกิดบาดแผลในคอ



องค์การบริหารส่วนตำบลบ่อกระดาน