

ПАМ'ЯТКА

Грибний сезон 2025: про що слід пам'ятати

Вересень — найбільш урожайний період для збору грибів. Для любителів грибів безпечними є зони, де не велися активні бойові дії, або спеціально облаштовані для відпочинку лісопаркові зони.

Базові правила безпеки під час відвідування лісу:

- ***Перед тим, як планувати похід у ліс, потрібно переконатись, чи відсутня заборона на відвідування лісів у конкретному місці.***
- Завжди зважайте на офіційні попередження та поради місцевої влади.
- Ознайомтеся з прогнозом погоди, виберіть для походу яскравий одяг за сезоном, візьміть із собою воду та перекус.
- Зарядіть перед мандрівкою телефон і візьміть із собою Power Bank.
- Заздалегідь складіть та продумайте маршрут. Бажано дослідити (вивчити) місцевість, якою доведеться пересуватись.
- Повідомте рідних про запланований маршрут і час повернення.
- У лісі рухайтесь виключно протоптаними стежками, уникаючи густих заростей та уважно дивіться під ноги, бо території можуть бути потенційно забруднені вибухонебезпечними предметами, а уламки ракет і дронів, що падають кожного дня в різних місцях Харківщини, можуть містити небезпечні речовини.
- ***Звертайте увагу на попереджувальні знаки або таблички про мінну небезпеку! Пам'ятайте: Стій! Не чіпай! Телефонуй 101!***
- Використовуйте під час прогулянки лісом систему глобального позиціонування GPS, навігаційні додатки або механічний компас (яким потрібно навчитись користуватись заздалегідь).

Основні правила безпеки при збиранні та вживанні грибів:

- Збирайте лише знайомі гриби: не беріть гриби, у яких ви сумніваєтесь, навіть якщо здаються їстівними.
- Не збирайте старі, перезрілі або надто молоді гриби: їх важко ідентифікувати (легко переплутати з отруйними).
- Уникайте місць із потенційною небезпекою: не збирайте гриби поблизу трас, промислових підприємств, радіаційно забруднених територій та під час посухи.
- Не купуйте дикорослі гриби на стихійних ринках: краще купувати гриби в місцях, де вони проходять контроль якості.
- Ретельно перевіряйте гриби: вдома ще раз уважно огляньте всі гриби та викиньте сумнівні.
- Готуйте гриби протягом першої доби після збирання. Вони швидко псуються, тому їх потрібно обробити якомога швидше.

Симптоми отруєння грибами можуть проявитися як через 30 хвилин після споживання, так і через кілька годин або протягом кількох днів: нудота, блювання, болі в животі, діарея, слабкість і запаморочення. У тяжких випадках задуха, підвищення температури тіла, судоми, марення, поява галюцинацій. ***При перших ознаках негайно зверніться за медичною допомогою.*** Одночасно негайно промийте шлунок, пийте багато рідини, зокрема підсолену воду або чай, прийміть сорбенти, дотримуйтеся постільного режиму.

Категорично заборонено вживати алкогольні напої, будь-яку їжу чи молочні та кисломолочні продукти — це може прискорити всмоктування токсинів грибів в організмі.

Не ризикуйте самолікуванням!!! Отруєння грибами дуже важко піддається лікуванню!

Будьте пильними, уважними та обережними.

Пам'ятайте, що жоден гриб не вартий ризику для вашого життя!