

# Zatrucia grzybami - objawy i zapobieganie

**Zatrucia grzybami możesz uniknąć, jeżeli:**

- Zachowaj rozsagę i będziesz zjadał tylko gatunki dobrze ci znane.
- Ze ściółki będziesz wyjmował całe owocniki, zwracając również uwagę na trzon, który zawiera ważne charakterystyczne cechy umożliwiające odróżnienie gatunków trujących od jadalnych.
- Przy zbieraniu grzybów obejrzyj dokładnie cały owocnik i ustalisz przynależność gatunku do grzyba, a w przypadku wątpliwych danych okaz wyrzucisz.
- Nie będziesz zbierał owocników małych, u których nie wykształciły się jeszcze cechy danego gatunku.
- Będziesz pamiętał, że większość grzybów trujących to grzyby blaszkowe, a muchomory mają blaszki białe.
- Nie będziesz zbierał olszówek i innych grzybów szkodliwych dla zdrowia, powodujących zaburzenia żołądkowo-jelitowe.
- Nie będziesz przechowywał potraw z grzybów nawet w lodówce, pamiętając, że psują się one łatwo i szybko i powstają w nich substancje trujące.

Wszystkie zatrucia grzybami objawiają się bólami głowy, brzucha, nudnościami, wymiotami i biegunką. W razie zaobserwowania takich objawów, zgłoś się natychmiast do lekarza! Nie stosuj żadnych zabiegów na własną rękę, gdyż opóźnia to twój kontakt z lekarzem i może być przyczyną pogorszenia się stanu zdrowia. Nie wierz, że może to „przejść” lub że coś ci pomoże, bowiem tylko lekarz może ustalić właściwe leczenie.

Oberzyny grzybów, resztki niespożytych potraw lub wymiociny



mogą stanowić ważny materiał do ustalenia przyczyny zatrucia i przyspieszyć zastosoowanie właściwego leczenia. Dostarczone lekarzowi, który przekaże wszystko do analizy mikrobiologicznej.

## Rady dla zbieraczy grzybów

### Grzyby należy:

- ✦ zbierać do przewidywanych koszy lub tubianek, nigdy do plastikowych woreczków, gdyż ulegają zaparzeniu (w wyniku czego powstają nawet w gatunkach jadalnych substancje trujące),
- ✦ zbierać rano, gdyż w dzień są nagrzane i podatne na zaparzenie,
- ✦ przed włożeniem do koszy należy je dokładnie oczyścić i obejrzeć,
- ✦ zbierać tylko zdrowe okazy i te, które osiągnęły właściwą wielkość.

### Nie należy:

- ✦ zbierać grzybów w czasie deszczu, gdyż nasiąknięte wodą łatwo się psują,
- ✦ rozkopywać ściółki, bowiem niszczy się grzybnie, która w następnym roku nie będzie już owocować,
- ✦ jeść zbyt dużej ilości grzybów, są one ciężkostrawne i nawet jadalne mogą zaszkodzić,
- ✦ podawać potraw z grzybów małym dzieciom, osobom starszym i chorym.

## KOMUNIKAT

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Ostrzeszowie informuje, że porady grzybowe udzielane są od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 9.00 (biuro nr 1).

Państwowy  
Powiatowy  
Inspektor Sanitarny  
w Ostrzeszowie

# SZMACIAK GAŁĘZISTY w ostrzeszowskich lasach

Pani Czesława Mazurowska, mieszkanka Ostrzeszowa, w lesie przy źródle znalazła rzadko spotykanego grzyba - to SZMACIAK GAŁĘZISTY, zwany też kozią brodą lub siedzeniem sosnowym. Jest to grzyb jadalny, a ponieważ rzadko w Polsce spotykany, zatem warto poświęcić mu parę zdań.

Ten gatunek, ze względu na wygląd nazywany jest też leśnym kalafiosem, ma gruby, wrośnięty w ziemię trzon, z którego wyrastają listkowate, kędzierzawe, połączone ze sobą gałązki. Grzyby tego gatunku wyglądem przypominają kulistą gąbkę morską, która w zarysie jest regularna i osiąga średnicę 10-15 centymetrów. Waga tego grzyba bywa zróżnicowana, ale zdarzają się czasem okazy, które osiągają ciężar 7 kilogramów! Grzyb ten jest w zasadzie pasoży-



tem sosny, więc rozwija się na korzeniach tego drzewa, a czasem na ściętym pniu. Znajdziemy go w lesie od połowy sierpnia do końca października. W naszym kraju jest to gatunek rzadko spotykany, a jego badzwo okazałe owocniki występują zawsze pojedynczo. Przez 24 lata

był objęty ochroną prawną, ale od 2014 r. można już go legalnie zbierać.

Do spożycia nadają się tylko młode owocniki, są bowiem łykowate i niesmaczne. Grzyb tego gatunku doskonale nadaje się do zapiekania w panierce, a także do suszenia. Podobno najsmakniejszym dniem z jego dodatkami są flaczki grzybowe. Wadą szmaciaka gałęzistego jest to, że jego rozgałęzienia często są pełne ziarenek piachu i leśnych paprochów, zatem przed jego przyrządzeniem należy go starannie oczyścić.

Gratulacje dla pani Czesławy, która to rzadko spotykane „dziwo natury” wypatrzyła w ostrzeszowskich lasach. A może ktoś z czytelników chciałby pochwalić się również dziwnym grzybem jadalnym, przez siebie znalezionym?

K.J.

## Gdzie obowiązuje zakaz wstępu do lasu?

Nadleśnictwo Antonin informuje, że w związku z masowym występowaniem owadów - boreczników sosnowych, uznanych za szkodniki pierwotne sosny, w dniach 7-30 września br. przeprowadzony zostanie lotniczy zabieg ratowniczy w drzewostanach sosnowych. **Wiąże się to z zakazem wstępu do lasu i zbioru owoców runa leśnego.**

Z informacji, jakie uzyskaliśmy od rzeczownika prasowego Nadleśnictwa Antonin, Malwiny Fikus-

-Skoczylas, w gminie Ostrzeszów chodzi o tereny w okolicy Szklarki Przygodzickiej, tzw. Antoniewa i Folwarku w pobliżu Bledzianowa. Dokładne mapy terenów objętych opryskami w Nadleśnictwie Antonin znajdziemy na stronie Nadleśnictwa Antonin: <https://antonin.poznan.lasy.gov.pl/> **Gdzie zatem można wybrać się na grzyby?** O tym też informują leśnicy z Antonina: „Aktualnie do dyspozycji grzybiarzy

jest blisko 15 tys. ha lasów na terenie naszego nadleśnictwa. Są to: tereny leśnictw Klady i Komorów (czyli lasy w kierunku Chynowy, Przygodziczek, Mikstatu); tereny leśnictw Krupa i Kałkowskie (las w kierunku Bronisławki, Kotowskiego, Chojnika); tereny leśnictw Cieszyn, Mariak, Możdżanów (las w kierunku Szklarki Śląskiej, Janisławic, Sośni, Możdżanowa, Cieszyna, Pawłowa, Kociny).

## ICE-TOM tel. 692 487 413 CHŁODNICTWO-KLIMATYZACJA

- \* Naprawa i montaż urządzeń chłodniczych
- \* Klimatyzacja: pomieszczenia, samochody, maszyny rolnicze i budowlane
- \* Agregaty: chłodnicze, mroźnicze
- \* Budowa komór

[www.ice-tom.com](http://www.ice-tom.com)

Parzynów 47  
63-507 Kobyła Góra  
NIP: 514-027-25-34  
biuro@ice-tom.com



## BIURO OBSŁUGI KLIENTA

[www.doradca.aviva.pl/anowak](http://www.doradca.aviva.pl/anowak)  
ul. Powstańców Wlkp. 12,

Ostrzeszów

tel. kom. 601 554 989

### Oferujemy

- Ubezpieczenia na życie
- Ubezpieczenia szpitalne
- Ubezpieczenia następstwa nieszczęśliwych wypadków
- Ubezpieczenia inwestycyjno-emerytalne
- Ubezpieczenie domów
- Ubezpieczenia podróży
- Fundusze Inwestycyjne
- Ubezpieczenia grupowe

## OKNA Z PCV i AL. DRZWI ZEWN. I WEWN.

GIER-PAUL



- ROLETY ZEWN.
- PARAPETY
- BRAMY GARAZOWE
- ŻALUZJE, ROLETKI, MOSKITIERY

**DOBRE OKNA  
W DOBREJ CENIE**

tel. 600 672 832

Grabów, ul. Kolejowa 30a

## OGRODZENIA PANELOWE, FRONTOWE, SIATKA

✦ montaż i sprzedaż

♦ bramy garażowe ♦ napędy do bram

AS TECHNIC

OSTRZESZÓW, UL. KOŚCIUSZKI 44

TEL: 793 034 101, 535 409 779, E-MAIL: [biuro@as-technic.pl](mailto:biuro@as-technic.pl)



## KUCHENNE - SZAFY ZABUDOWY WNĘŻ OD PROJEKTU DO MONTAŻU



Przyjmę uczniów  
w zawodzie stolarz

P.P.U.H. Meble G. Masztalerz  
ul. Powst. Wlkp. 35c. Ostrzeszów  
SKLEP FIRMOWY  
tel. 662 528 599,  
[email:grzegorz@meblemasztalerz.pl](mailto:email:grzegorz@meblemasztalerz.pl)

## OKNA I DRZWI

Profil 6 komorowy  
PREZENT do każdego ZAMÓWIENIA  
EKOTECH  
Ostrzeszów  
ul. Graniczna 24  
tel. 62 597 13 91  
kom. 609 132 132

## BIURO ATELIN PROJEKTOWE

Kompleksowa obsługa inwestycji budowlanych:

- projekty budowlane,
- kierownik budowy,
- inspektor nadzoru,
- załatwianie wszystkich spraw urzędowych.



tel. 663-216-073

[biuro@atelin.pl](mailto:biuro@atelin.pl)

[www.atelin.pl](http://www.atelin.pl)

**OKNA  
DRZWI  
PARAPETY  
ROLETY  
ŻALUZJE-ROLETKI  
DORUCHÓW  
ul. Krzywa 2  
603 537 624**