

PHÂN BIỆT NẤM LÀNH, NẤM ĐỘC

Ngộ độc nấm chỉ xảy ra khi ăn các nấm mọc hoang dại, thường vào mùa xuân và hè và ở các vùng rừng núi. Loại nấm độc nhất là nấm lục (hay nấm độc xanh đen), có hình thức hấp dẫn nhất, ngộ độc nặng nề, diễn biến ngộ độc không thể lường trước được và là nguyên nhân tử vong của hầu hết các trường hợp ngộ độc nấm xảy ra hàng năm ở nước ta.



Theo dõi sức khỏe nạn nhân bị ngộ độc nấm tại Trung tâm Chống độc, Bệnh viện Bạch Mai. Ảnh: TM

Phân biệt nấm độc

Để phân biệt được nấm ăn được và nấm độc thì có nhiều kinh nghiệm cùng với các cơ sở nghiên cứu: Không ăn nấm sặc sỡ, có mùi hắc, không ăn nấm quá non hay quá già, không ăn nấm có chảy sữa... Tuy nhiên có rất nhiều trường hợp ngoại lệ, như có nấm độc có màu sắc và hình dạng giống nấm thường. Vì thế rất khó để có thể nhận biết được nấm an toàn và nấm độc nếu không có đủ kinh nghiệm và kiến thức, và lời khuyên tốt nhất là hãy coi tất cả nấm ở trong rừng là nấm độc và không nên ăn. Dưới đây là một số loại nấm độc nhưng có hình dạng giống nấm thường:

Nấm đen nhạt: Còn gọi là nấm xanh đen, nấm bùi. Loại này quả nấm thường có màu xanh ôliu hay xanh đen, phiến nấm màu trắng, cuống và vòng màu trắng, chân cuống nấm phình dạng củ. Thịt nấm mềm màu trắng, khi non có mùi thơm ngọt, già thì có mùi khó chịu. Nấm thường mọc đơn độc hoặc thành cụm ở trên mặt đất rừng hoặc bãi cỏ. Đây là loại nấm cực độc, chỉ khoảng 30g nấm (một miếng nhỏ bằng ngón tay út) cũng đủ giết chết một người trưởng thành.



Nấm đen nhạt

Nấm tán trắng: Quả nấm màu trắng, đôi khi ở giữa có màu vàng bản, bề mặt khi thời tiết khô thì nhẵn bóng, khi trời ẩm thì ướt và dính. Phần nấm màu trắng, đường kính khoảng 5 - 10cm, cuống và vòng cũng màu trắng, chân phình dạng củ. Loại này hay mọc ở ven rừng, ven đường hoặc trên bãi cỏ. Loại này cũng rất độc và đặc biệt là hình thức rất dễ khiến người ta nhầm. Đã có nhiều người ăn và tử vong vì loại nấm này.



Nấm tán trắng

Nấm đỏ: Quả nấm có màu đỏ rực hay đỏ cam, màu sắc có thể nhạt dần sau mưa, có phủ những vảy màu trắng, đường kính từ 10 - 15cm, cuống và vòng màu trắng hoặc vàng, chân phình dạng củ, thịt nấm trắng không có mùi vị đặc biệt. Nấm mọc đơn độc hoặc thành cụm. Loại nấm này trông rất đẹp còn được gọi là nấm bay, nấm vũ trụ, có nơi còn gọi là nấm ruồi vì dùng làm bả diệt ruồi.



Nấm đỏ

Biểu hiện ngộ độc nấm

Ngộ độc nấm gồm có biểu hiện sớm và muộn. Biểu hiện sớm thường xuất hiện sau khi ăn từ 30 phút đến 2 giờ, tối đa là 6 giờ và biểu hiện muộn xuất hiện sau khi ăn từ 6 đến 40 giờ, trung bình 12 giờ. Mức độ ngộ độc tùy thuộc vào các loại nấm. Dấu hiệu ngộ độc thường xuất hiện sau khi ăn nấm 20 - 30 phút. Nạn nhân thấy nôn nao, khó chịu, có khi đau bụng dữ dội hoặc nôn ra máu, đi ngoài nhiều lần, phân có mùi hôi tanh; người mệt nhừ, lạnh toát, có khi nổi mẩn đỏ; nếu nặng thì co giật, hôn mê. Các triệu chứng xuất hiện càng chậm thì mức độ ngộ độc càng nặng, có thể nguy hiểm đến tính mạng

Sơ cứu khi bị ngộ độc nấm

Khi có người có biểu hiện ngộ độc nấm cần nhanh chóng gây nôn (bằng biện pháp cơ học): Trong vòng vài giờ sau ăn nấm (tốt nhất trong giờ đầu tiên) nếu bệnh nhân là người trên 2 tuổi, tỉnh táo, chưa nôn nhiều. Cho bệnh nhân uống nước và gây nôn.

Uống than hoạt: Liều 1g/kg cân nặng người bệnh. Cho người bệnh uống đủ nước, tốt nhất là dùng oresol. Nhanh chóng đưa người bệnh đến cơ sở y tế gần nhất.

Nếu người bệnh hôn mê, co giật: Cho người bệnh nằm nghiêng. Nếu người bệnh thở yếu, ngừng thở: Hà hơi thổi ngạt hoặc hô hấp nhân tạo bằng các phương tiện cấp cứu có tại chỗ. Khi đã được điều trị tại cơ sở y tế không tự về nhà trong 1 - 2 ngày đầu kể cả khi các biểu hiện ngộ độc ban đầu đã hết.

Ngộ độc nấm loại biểu hiện muộn cần được điều trị tại các cơ sở y tế có phương tiện hồi sức tích cực tốt (thường tuyến tỉnh trở lên).

Phòng ngừa ngộ độc nấm

Để phòng ngừa ngộ độc nấm, không ăn nấm có màu sắc sặc sỡ, có mùi thơm hấp dẫn vì nấm này thường là nấm độc; không ăn các loại nấm hoang dại lúc còn non, vì lúc còn non chúng rất giống nhau (giống cúc áo), khó phân biệt; không ăn loại nấm khi cắt, vết cắt có rỉ ra chất trắng như sữa; không ăn nấm quá già, nấm có nghi ngờ, không rõ địa chỉ...

Cũng có những loại nấm độc giống nấm ăn (nấm trổng), rất khó phát hiện nhưng nếu quan sát kỹ sẽ thấy gốc có bao và có vòng cổ.

Ngộ độc nấm rất nguy hiểm vì có thể gây tử vong hoặc nặng thì gây tiêu hủy hồng cầu, bạch cầu, tế bào thần kinh, tế bào gan..., chỉ cần vài nấm độc lẫn trong món ăn cũng có thể gây ngộ độc, thậm chí làm chết người. Do đó, biện pháp phòng tránh ngộ độc nấm trở nên rất quan trọng. Mọi người khi muốn ăn nấm cần tuân theo các nguyên tắc sau đây: Chỉ ăn nấm khi biết chắc chắn đây là loại nấm ăn được, còn không biết thì tuyệt đối không được ăn. Ở các địa phương miền núi, khi ăn nấm nên hỏi rõ những người thực sự có kinh nghiệm để nhận biết nấm độc.

Nếu có điều kiện nên cho chó, mèo hay gà ăn thử nấm nếu thấy chúng có biểu hiện lạ hoặc bị chết thì tuyệt đối không ăn nấm. Không nên hái nấm quá non, khi chưa xòe mũ nấm, vì chưa thấy hết đặc điểm cấu tạo của nấm để xác định được rõ loài độc hay không. Các địa phương cần thường xuyên tuyên truyền tổ chức tuyên truyền để bà con có ý thức phòng ngừa ngộ độc nấm.

Nguồn: www.suckhoedoisong.vn