



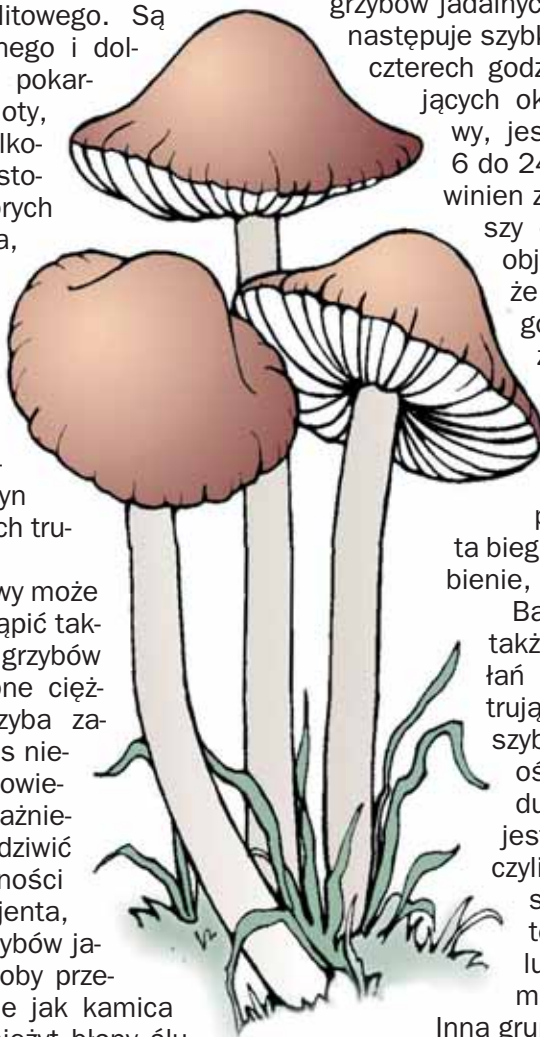
Z lek. med. Ewą Szymczuk, kierownikiem Szpitalnego Oddziału Ratunkowego w Szpitalu Wolskim im. dr Anny Gostyńskiej rozmawia Halina Guzowska.

Grzyby: jedz, ale uważaj

Sezon grzybobrania w pełni. Przekonanie o tym, że doskonale znamy się na grzybach, może okazać się złudne. Jakie wczesne niepożądane objawy po zjedzeniu grzybów powinny wzbudzić nasz niepokój?

- Spożycie grzybów, zarówno jadalnych, jak i tych uznawanych za trujące, manifestuje się początkowo bardzo podobnymi objawami nieżytu żołądkowo-jelitowego. Są to objawy ze strony górnego i dolnego odcinka przewodu pokarmowego: nudności, wymioty, bóle brzucha, często kolikowe, z silnym parciem na stolec, i biegunka – w niektórych przypadkach bardzo obfita, wodnista. Objawy te są mało charakterystyczne, związane z oddziaływaniem samych grzybów, także tych jadalnych, i zanieczyszczeń, które w nich mogły powstać, oraz działaniem toksyn znajdujących się w grzybach trujących.

Nieżyt żołądkowo-jelitowy może – jak zaznaczyłam – wystąpić także w przypadku spożycia grzybów jadalnych ponieważ są one ciężkostrawne. Struktura grzyba zawiera chitynę – aminokwas niestrawny dla przewodu człowieka, wywołujący jego podrażnienie. Stąd nie należy się dziwić jeśli bóle brzucha, nudności i wymioty wystąpią u pacjenta, który spożył zbyt dużo grzybów jadalnych, a cierpi na choroby przewodu pokarmowego, takie jak kamica pęcherzyka żółciowego, nieżyt błony śluzowej żołądka czy owrzodzenie dwunastnicy. Człowiek zupełnie zdrowy, po spożyciu dużej ilości grzybów, okraszonych jeszcze cebulą, czy tłustym boczkem, także może mieć te same



objawy. Bo – podkreślam po raz kolejny – **grzyby są ciężkostrawne.**

Często też takie objawy wywołać mogą grzyby stare, źle przechowywane, robaczywe, zanieczyszczone bakteriami, hodowane blisko pól uprawnych – ze względu na znajdujące się w nich toksyny pleśni, środki ochrony roślin, czy metale ciężkie.

Jakie objawy powinny nas skłonić do tego, by bezwzględnie i szybko zgłosić się do szpitala?

- Wcale nie jest to takie łatwe do rozstrzygnięcia. Należy przede wszystkim pamiętać o tym, że nieżyt żołądkowo-jelitowy po spożyciu grzybów jadalnych, ale np. w dużych ilościach, następuje szybko: od kilkudziesięciu minut do czterech godzin. W przypadku grzybów trujących okres latencji, czyli bezobjawowy, jest znacznie dłuższy i trwa od 6 do 24 godzin. I ten sygnał późny powinien zawsze niepokoić. Jednak krótszy okres, w którym pojawiły się objawy, wcale nie musi oznaczać, że nie zjedliśmy grzyba trującego. Zatem bezwzględnie należy zgłosić się do szpitala wtedy, gdy ten nieżyt żołądkowo-jelitowy nie jest zespołem objawów jednorazowych a powtarzających się, tj. występują wielokrotne wymioty i obfita biegunka, szybkie zmęczenie, osłabienie, zaburzenia świadomości.

Bardzo charakterystyczna jest także niechęć do jakichkolwiek działań ratunkowych. Niektóre grzyby trujące wywołują też w stosunkowo szybkim czasie zmiany w układzie ośrodkowo-nerwowym ze względu na zawarte w nich toksyny: jest to tzw. zespół atropinowy czyli rozszerzenie źrenic, suchość skóry, wysoka gorączka, gwałtowne pobudzenie, agresja i halucynacje (po spożyciu muchomora czerwonego i plamistego).

Inna grupa grzybów – strzępiaki lejkówki i borowiki szatańskie – wywołują z kolei objawy muskarynowe, czyli wręcz przeciwne: chory jest osłabiony, ospały, z obfitym ślinotokiem, wąskimi źrenicami, biegunką i wymiotami.



⚡ Do jakich niepożądanych zmian w organizmie może prowadzić spożycie trujących grzybów i jak można im zapobiec?

- Najbardziej groźne dla życia, powodujące zejścia śmiertelne, są grzyby tzw. cytotoksyczne, czyli te które doprowadzają do uszkodzeń komórek narządów, m.in. wątroby i nerek. One są bardzo podstępne, bowiem objawy nieżytu żołądkowo-jelitowego występują bardzo późno.

Kiedy pacjent zgłasza się do szpitala, możemy od razu, dzięki badaniom, zaobserwować np. zaburzenia elektrolitowe, ale nie widzimy cech uszkodzenia narządów, bo one pojawiają się dopiero w 2-3 dobie. I tu bardzo istotny jest wywiad – pacjent powinien mocno sygnalizować spożycie potrawy z grzybami, a jeśli w domu pojawiły się np. wymioty – zabezpieczyć taki materiał do analizy, która zostanie wykonana w szpitalu. Rozpoznanie zatrucia



grzybami polega bowiem na stwierdzeniu obecności fragmentów grzyba w materiale biologicznym pacjenta, m.in. w wymiocinach, popłuczykach żołądka, czy nawet znalezionych w trakcie badań endoskopowych.

Narządy, które są predysponowane do uszkodzenia przez toksyny grzybów cytotoksycznych, to komórki ścian jelita cienkiego, które są niszczone, a to umożliwia przeniknięcie toksyn dalej do komórek wątroby i ich uszkodzenie. I to właśnie śmierć komórek wątrobowych jest podstawową przyczyną zgonu pacjenta. Uszkodzeniu ulegają jednocześnie nerki, śledziona, serce i mózg.

⚡ Czy dzieci są w większym niebezpieczeństwie niż dorośli?

- Tak, przede wszystkim dziecko, nieświadome zagrożenia, chętnie sięgnie po ładnie wyglądający grzyb, zje go i nie przyzna się do tego rodzicom. Trzeba zatem w sezonie grzybowym bardzo uważać na najmłodszych, by nawet nie dotykali grzybów. Po drugie, dziecko, zjadając trujący grzyb, otrzymuje taką samą dawkę toksyn jak dorosły, ale rozkłada się ona na mniejszą masę ciała – jest więc groźniejsza dla życia. Objawy u dziecka pojawiają się o wiele wcześniej, bo organizm szybciej metabolizuje te toksyny, szybciej dochodzi do uszkodzenia narządowego. Jeśli zatem zatruje się cała rodzina, to dziecko będzie miało objawy najwcześniej.

⚡ A czy prawdą jest, że wywar nie jest tak toksyczny jak sam grzyb?

- Grzyb zawsze jest trujący, w trakcie gotowania te toksyny przedostają się do wywaru, choć w nim mają one mniejszą koncentrację. Nigdy jednak wywar nie jest pozbawiony tych toksyn.

⚡ Grzyby suszymy, marynujemy, a potem sięgamy po nie, np. na święta. Czy w takiej postaci są groźniejsze niż świeże?

- Grzyb suszony czy marynowany jest tak samo trujący i zdarzają się przypadki zatrucia poza tzw. sezonem grzybiarskim, np. w okresie okołoswiątecznym. Mniej się o tym mówi i pisze, bo są to zazwyczaj pojedyncze zdarzenia. Klinicznie są one identyczne z tymi, które występują jesienią.

⚡ Dziękuję za rozmowę.

PAMIĘTAJ! TO WAŻNE

Wybierając się na grzyby, zbierajmy tylko te, które są dobrze znane. Pod żadnym pretekstem nie wkładajmy do koszyka nieznanych grzybów blaszkowatych, ponieważ to właśnie one powodują nieodwracalne zmiany narządowe i w konsekwencji zgon.

