ระวัง! กิน "เห็ด" หน้าฝนเสี่ยงพิษ

ขณะนี้สภาพอากาศที่มีฝนตกและกำลังจะเข้าสู่ฤดูฝน จึงขอเตือนให้ประชาชนระมัดระวังการกินเห็ดที่เก็บจากป่า ประเทศไทยพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตจากการบริโภคเห็ดพิษทุกปี โดยจากรายงานเฝ้าระวังพบว่า ในรอบ 10 ปี ตั้งแต่ พ.ศ.2547-2556 พบผู้ป่วยเฉลี่ย 1,300-1,381 รายต่อปี ส่วนจำนวนผู้เสียชีวิตพบตั้งแต่ 10 ราย ไปจนถึงสูงสุด 24 ราย ในปี 2555



สำหรับจังหวัดจันทบุรีพบผู้ป่วยพบผู้ป่วยจากการบริโภคเห็ดพิษปีละ 10-20 รายเช่นกัน และมักพบในช่วงเดือนพฤษภาคม-มิถุนายน เพราะเริ่มเข้าสู่ฤดูฝน และจะมีเห็ดป่ามาก โดยเฉพาะเห็ดสีสวยๆ รวมไปถึงเห็ดตูมๆ โดยพวกนี้จะแยกยากว่ากินได้หรือไม่ได้



เห็ดพิษที่พบบ่อยๆ คือ "เห็ดระโงกหิน" หรือเรียกว่าเห็ดระงาก เห็ดไข่ตายซาก เห็ดไข่เปิด มีลักษณะสีขาวถึงขาวนวล มีวงแหวนที่ลำต้น ปัญหาอยู่ที่การแยกเห็ดระโงกหินค่อนข้างยาก โดยเฉพาะเห็ดระโงกที่กินได้ คือ ขอบหมวกมักจะเป็นริ้วคล้ายรอยหวี มีกลิ่นหอมและก้านดอกกลวง

ส่วนเห็ดระโงกหินที่เป็นพิษ กลางดอกหมวกจะนูนขึ้นเล็กน้อย ก้านดอกตัน มีกลิ่นเอียนและกลิ่นค่อนข้างแรงเมื่อดอกแก่ มีทั้งแบบดอกสีเหลืองอ่อน สีเขียวอ่อน สีเทาอ่อน และสีขาว โดยเห็ดระโงกหินมีสารพิษ 2 ชนิด คือ อะฟลาทอกซิน และฟาโลทอกซิน สารเหล่านี้ทำลายระบบทางเดินอาหาร ตับ ไต สมอง ระบบเลือด ระบบหายใจ ทำให้เสียชีวิตได้ใน 4-10 ชั่วโมง ที่สำคัญอย่ารับประทานเห็ดร่วมกับการดื่มเหล้าเด็ดขาด เพราะจะยิ่งกระตุ้นให้พิษกระจายเข้าสู่ร่างกายเร็วขึ้น

“ผู้ป่วยที่กินเห็ดพิษส่วนใหญ่ เกิดจากความมั่นใจว่าเป็นเห็ดไม่มีพิษ เพราะมีลักษณะคล้ายคลึงกับเห็ดกินได้ โดยเฉพาะขณะเห็ดยังดอกตูม วิธีสังเกตเห็ดที่ควรหลีกเลี่ยงไม่เก็บมากินคือ เห็ดที่มีสีน้ำตาล เห็ดที่ปลอกหุ้มโคน เห็ดที่มีวงแหวนใต้หมวก เห็ดที่มีโคนอวบใหญ่ เห็ดที่มีปุ่มปม เห็ดที่มีหมวกสีขาว เห็ดที่มีหมวกเห็ดเป็นรูป ๆ แทนที่จะเป็นช่อง ๆ คล้ายครีบปลา เห็ดตูมที่มีเนื้อในสีขาว เห็ดที่ขึ้นที่มูลสัตว์หรือใกล้มูลสัตว์ ที่สำคัญคือไม่ควรเก็บหรือซื้อหาเห็ดป่าที่ไม่รู้จักมาปรุงอาหารกินเพื่อ ความปลอดภัย”

****

งานระบาดวิทยา กลุ่มงานควบคุมโรค
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดจันทบุรี
โทร. 039311166 ต่อ 306