

หน้าฝนระวัง "เห็ดพิษ" ใส่ใจสักนิด ก่อน "ฮิต" ไม่รู้ตัว

อาการ คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว
ในรายที่ได้รับพิษจากเห็ดระโงกหิน จะมีอาการรุนแรง
ทำให้ตับวาย และตายในที่สุด



การป้องกัน

"เห็ด ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน"



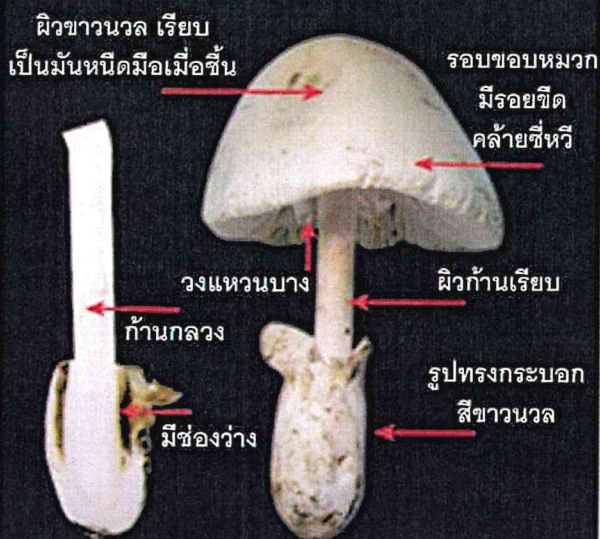
การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

กินผงถ่านกัมมันต์ (ถ้ามี) เพื่อดูดซับพิษและจับน้ำ
เพื่อชะดเชยของเหลวที่เสียไป รีบไปสถานพยาบาล
ใกล้บ้านให้เร็วที่สุด พร้อมแจ้งประวัติการกินเห็ด
และนำตัวอย่างเห็ดที่เหลือหรือภาพถ่ายเห็ดไปด้วย
แจ้งผู้กินเห็ดร่วมกันให้สังเกตอาการ

ไม่แนะนำ กระตุ้นให้อาเจียน
จะเกิดการสำลัก ติดเชื้อจากการกินไข่ขาวดิบ
ที่ปนเปื้อน เกิดบาดแผลในคอและช่องปาก
จากการล้วงคอ ความดันโลหิตต่ำหรือระดับ
เกลือแร่ผิดปกติจากการอาเจียนที่มากเกินไป
เพราะพิษของเห็ดทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว



เห็ดไข่ห่านขาว หรือเห็ดระโงกขาว (กินได้)



เห็ดระโงกหิน หรือเห็ดไข่ตายซาก (มีพิษถึงตาย)



การต้มให้สุกไม่ทำลายพิษ

เปรียบเทียบ เห็ดระโงกขาว (กินได้) เห็ดระโงกหิน (มีพิษร้ายแรงแม้กินเพียงดอกเดียว ความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้)





เห็ดพิษ (Mushroom poisoning)



เห็ดพิษ (Mushroom poisoning) พบมากช่วงเดือนพฤษภาคมถึงพฤศจิกายน โดยเฉพาะภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ เห็ดหลายชนิดขึ้นเองตามธรรมชาติในป่า สวน ไร่ ทั้งรับประทานได้และรับประทานไม่ได้ ซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม จึงเกิดความเข้าใจผิด และนำเห็ดพิษมารับประทาน ส่งผลให้พบผู้ป่วยและเสียชีวิตมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี ดังนั้น ควรหลีกเลี่ยงการกินเห็ดที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่าเป็นเห็ดพิษ

ตัวอย่าง ภาพเห็ดพิษและเห็ดกินได้

เห็ดพิษ					เห็ดกินได้					
เห็ดโคนส้ม	เห็ดระโงกหิน	เห็ดกระดิงดินดิน	เห็ดขี้ควาย	เห็ดดอกกล้วยแห้ง	เห็ดแดงกุหลาบ	เห็ดระโงกขาว	เห็ดไข่เน่า	เห็ดก่อ	เห็ดถุด	เห็ดตีนเต่า
เห็ดข่า	เห็ดมันปูใหญ่	เห็ดโง้งสี			เห็ดฟางหนู	เห็ดข้าวเหนียว	เห็ดน้ำแป้ง	เห็ดเหาะ (ไม่ปราก)		
เห็ดดอกกระถิน	เห็ดเหาะ (ปราก)	เห็ดคล้ายเห็ดโคน	เห็ดขี้วัว	เห็ดแดงก้านแดง	เห็ดจัน	เห็ดโคน	เห็ดโคนฟ้าน	เห็ดมันปู	เห็ดหล่นกระเจียว	

ภาพจาก : คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มจร. ล้านนา จ. น่าน

ปัจจัยเสี่ยงในการบริโภคเห็ด

- กินร่วมกับแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมึก
- การกินเห็ดที่ไม่รู้จัก หรือไม่แน่ใจว่า กินได้หรือไม่
- กินดิบทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมึก
- การต้มเห็ดรวมกับ ข้าวสาร ข้าวหอม และเครื่องเงิน แล้วไม่ปลีบล้างแล้วรับประทานได้ เป็นความเชื่อที่ผิด

เห็ดไข่ห่านขาว หรือเห็ดระโงกขาว (กินได้)

มีสีขาวนวล เรียบ เป็นมันเหนียวเมื่อขึ้น รอบขอบหมวก มีรอยขีด คล้ายขี้หนู รังแหวนบาง ผิวเรียบหรือ มีริ้วเล็กน้อย รังแหวนบางไม่มียอยขีด ก้านกลวง มีร่องว่าง รูปทรงกระบอก สีขาวนวล

เห็ดระโงกหิน หรือเห็ดไข่ตายซาก (มีพิษร้ายแรง)

ผิวเรียบเป็นมันเล็กน้อยหรือด้าน รอบขอบหมวกไม่มีรอยขีด รังแหวนบาง ผิวเรียบหรือ มีริ้วเล็กน้อย ก้านตัน และโคนเป็น กระเปาะ รูปทรงแปดเหลี่ยม รูปทรงแปดเหลี่ยมกับโคนก้าน

การต้มให้สุกไม่ทำลายพิษ

อาการหลังรับประทานเห็ดพิษ

เห็ดมีพิษไม่รุนแรง

คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เกิดภายในไม่กี่นาทีแต่ไม่เกิน 4 ชั่วโมง ส่วนใหญ่หายเองได้เมื่อได้รับการรักษา

เห็ดมีพิษรุนแรง

ตับวาย ไตวาย ชักรุนแรงต่อเนื่อง หดสติ และเสียชีวิตได้ เกิดอาการ 4 ชั่วโมงขึ้นไป หลังรับประทานเห็ด

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

ลดการดูดซึมพิษ โดยให้ดื่มน้ำอุ่น 500-1000 มล. ละลายน้ำเปล่า (ผงถ่านกัมมันต์ 1 g. ต่อน้ำหนักตัวผู้ป่วย 1 kg.) * ถ่านหุงต้มไม่สามารถใช้ได้

รีบพบแพทย์โดยเร็ว และนำเห็ดที่เหลือจากการรับประทานไปด้วย

โดยทั่วไปไม่แนะนำให้อาเจียน การอาเจียนมากเกินไปจะทำให้ความดันต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติ และเสี่ยงต่อการติดเชื้อจากการใช้ยาและเกิดบาดแผลในคอจากการล้วงคอ (เพราะพิษจากเห็ดทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว)

การสังเกต เห็ดระโงกขาว (กินได้) เห็ดระโงกหิน (มีพิษร้ายแรง) แม้กินเพียงดอกเดียว ความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้

อ้างอิง: 1. กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค 2. ศูนย์พิษวิทยา รพ.รามาธิบดี 3. สมาคมพิษวิทยาไทย 4. ศูนย์พิษวิทยา รพ.รามาธิบดี 5. นารักษ์บัณฑิตเภสัชศาสตร์ 6. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี จ. น่าน