



เห็ดพิษ (Mushroom poisoning)



เห็ดพิษ (Mushroom poisoning) พบมากช่วงเดือนพฤษภาคมถึงพฤศจิกายน โดยเฉพาะภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ เห็ดหลายชนิดขึ้นเองตามธรรมชาติในป่า ส่วน ไร่ ทั้งรับประทานได้และรับประทานไม่ได้ ซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม จึงเกิดความเข้าใจผิด และนำเห็ดพิษมารับประทาน ส่งผลให้ผู้ป่วยและเสียชีวิตมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี ดังนั้น **ควรหลีกเลี่ยงการกินเห็ดที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่าเป็นเห็ดพิษ**

ตัวอย่าง ภาพเห็ดพิษและเห็ดกินได้

เห็ดพิษ						เห็ดกินได้					

ภาพจาก : คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มจร. ล้านนา จ. น่าน

ปัจจัยเสี่ยงในการบริโภคเห็ด

1. กินร่วมกับแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมึก
2. การกินเห็ดที่ไม่รู้จัก หรือไม่แน่ใจว่า กินได้หรือไม่
3. กินดิบทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมึก
4. การต้มเห็ดรวมกับ ข้าวสาร ข้าวหอม และ เครื่องเงิน แล้วไม่เปลี่ยนเงินแสดงว่าเป็นเห็ดกินได้ เป็นความเชื่อที่ผิด

เห็ดระโงกหินมีพิษถึงตาย! *ความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้*

วิธีการตรวจสอบเห็ดพิษ (เห็ดระโงกหิน) ในเบื้องต้น โดยการผ่ากึ่งกลางของก้านเห็ด หากมีลักษณะดังนี้ แปลงว่าเป็นเห็ดพิษ และหากมีลักษณะกลวง แปลงว่าเป็นเห็ดกินได้ ดังภาพ

เห็ดระโงกขาว (เห็ดกินได้) ก้านกลวง เห็ดระโงกหิน (เห็ดพิษ) ก้านตัน

อาการหลังรับประทานเห็ดพิษ

เห็ดมีพิษไม่รุนแรง	เห็ดมีพิษรุนแรง
คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เกิดภายในไม่กี่นาทีแต่ไม่เกิน 4 ชั่วโมง ส่วนใหญ่หายเองได้เมื่อได้รับการรักษา	ตับวาย ไตวาย วิกฤตแรงต่อเนื่อง หหมดสติ และเสียชีวิตได้ เกิดอาการ 4 ชั่วโมงขึ้นไป หลังรับประทานเห็ด

ลักษณะของเห็ดที่ควรหลีกเลี่ยง

- หมวกเห็ดมีเกล็ดปุมปม
- มีสีน้ำตาล หรือสีส้มจุดฉาด
- มีขนหรือหนามเล็กๆ บริเวณโคน
- มีกลิ่นค่อนข้างแรง เมื่อออกแดด
- มีวงแหวนใต้หมวก
- เห็ดที่ขึ้นใกล้มูลสัตว์
- ขึ้นในบริเวณที่มีการใช้สารเคมี

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

ลดการดูดซึมพิษ โดยให้ดื่มผงถ่านกัมมันต์ 50 g. ละลายน้ำเปล่า (ผงถ่านกัมมันต์ 1 g. ต่อน้ำหนักตัวผู้ป่วย 1 kg.) *ถ่านหุงต้มไม่สามารถใช้ได้

รีบพบแพทย์โดยเร็ว และนำเห็ดที่เหลือจากการรับประทานไปด้วย

โดยทั่วไปไม่แนะนำให้อาเจียน การอาเจียนมากเกินไปจะทำให้ความดันต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติ และเสี่ยงต่อการติดเชื้อจากการใช้โซดาและเกิดบาดแผลในคอจากการล้วงคอ (เพราะพิษจากเห็ดทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว)

อ้างอิง: 1. กองโรคติดต่อไป กรมควบคุมโรค 2. ศูนย์พิษวิทยาสิรินธร โรงพยาบาลสิรินธร 3. สถาบันพิษวิทยาคลินิก 4. ศูนย์พิษวิทยา โรงพยาบาลราชวิถี 5. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 6. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี จ.ปทุมธานี

หน้าฝนระวัง “เห็ดพิษ” ใส่ใจสักนิด ก่อน “ฮิต” ไม่รู้ตัว

อาการ

คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว
ในรายที่ได้รับพิษจากเห็ดระโงกหิน จะมีอาการรุนแรง
ทำให้ตัววาย และตายในที่สุด



การป้องกัน

“เห็ด ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน”



การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

กินผงถ่านกัมมันต์ (ถ่านมี) เพื่อดูดซับพิษและจับน้ำ
เพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป 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)

