

“吃菌季”到来,省一院急诊内科副主任医师王福平提醒 吃菌中毒先催吐再尽快就医

云南常见毒菌(毒蘑菇)
不采摘 不收购 不加工 不食用 2022 版(一)

“省食品安全办提示您:不采摘、不买卖、不食用不熟悉、高风险的野生菌……”当云南人收到这样一条预警提示短信,意味着一年一度的“吃菌季”正式开启。

然而,食用野生菌中毒的新闻随之而来频上热搜:“吃完菌子被人追着满山跑”“狗吃菌后抓小人”……

如何防范安全风险 哪些野生菌最致命

云南被誉为“野生菌王国”,拥有至少 2753 种野生菌资源,其中可食用的有 900 余种,有毒的多达 200 余种,占全国毒菌种类的一半以上。复杂的地形地貌和丰富的雨热条件,孕育了得天独厚的野生菌资源,也带来了识别与食用上的挑战。

“尤其以鹅膏属菌类最为致命。”中国科学院昆明植物研究所研究员杨祝良介绍,这类菌中既有著名食用菌,也有剧毒品种,仅云南就分布有 6 种剧毒鹅膏,常生长于松林、栎树林中,因外形酷似可食菌,极易被误采误食。“国外 90% 的蘑菇中毒死亡事件由鹅膏属导致,我国也高达 70.5%。”

云南省第一人民医院急诊内科副主任医师王福平表示,野生菌中毒临床上主要可分为胃肠型、神经精神型、肝损型、溶血型、横纹肌溶解型等。其中以胃肠道症状最为常见,表现为恶心、呕吐、腹泻等。

“一些致死性中毒患者早期也呈现胃肠型症状,极易被误判为普通肠炎。”王福平说,近日一名 84 岁老人因误食鹅膏菌出现严重肝损伤,所幸送医及时,通过“人工肝+胆道引流”清除毒素才转危为安,而与其同餐的两人,因食用量过大,尚未送医便已不幸身亡。

“熟了就能吃”? 吃菌的这些误区要纠正

专家指出,以色彩、有无汁、断面是否变色或生虫来判



中国科学院昆明植物研究所 云南省真菌多样性与绿色发展重点实验室 制作

断野生菌是否有毒缺乏科学依据。经验不能替代科学,误信“偏方”甚至会导致致命。

“许多毒蘑菇外形与可食用菌极其相似,光凭外观根本无法准确判断。”杨祝良介绍,例如中毒案例中高发的亚稀褶红菇,与被称为“火炭菌”的密褶红菇外形几乎一致,极易混淆,已造成多起死亡事件。

近年来,还有人出于猎奇心理,故意食用带致幻毒素的牛肝菌类。王福平指出,致幻类中毒属神经精神型毒素反应,不仅可能引发幻觉幻听,还可能导致行为失控、跌落伤害等极端事件。“有患者曾在地铁上试图强行打开车门,所幸被家属拉住未造成严重后果。”

“毒素不会因为高温就完全消失”“熟了就能吃”的观念同样错误。部分毒素如牛肝菌中的致幻成分可被高温破坏,但像鹅膏毒素即使彻底煮熟仍有剧毒。

“还有一个误区是吃‘杂菌’。”王福平说,不同种类菌子混合烹饪,如果掺杂其中一两两种毒菌,不仅难以辨别是哪一种菌致毒,也会加重病情,增加治疗难度。

如何买得安心 吃得放心、救得及时

防范中毒,最关键的是从源头做起。“不认识的、不熟悉的、不易分辨的菌子,绝不能食用。”杨祝良说,“‘头上戴帽,腰间系裙,脚上穿鞋’的野生菌一定不要吃。”

相较于自采,选择正规市场购买更为安全。云南木水花野生菌交易中心是专业的野生菌交易市场,交易中心市场部主管翟占世介绍,为防范毒菌流入市场,市场专设专家团队负责辨识毒菌,强化商户分拣培训,同时与商户联合开展科普教育,向游客和网购者讲解烹饪方法和安全注意事项。

“顾客最常问的就是菌子能不能下酒、炒多久才安全。”从事菌类买卖多年的商户朱丽蓉说,在直播售卖时,他们会特别注明有风险的菌子,如见手青、红葱牛肝菌等,并反复告知顾客烹饪方式,“即使是相对安全的牛肝菌,也建议少量多次,不宜暴食,同时不建议饮酒”。

进食野生菌后出现不适要考虑到有中毒的可能性,及时到医

院救治至关重要。

王福平建议,第一步是立即催吐——大量饮用温开水或稀盐水,用汤勺或手指刺激咽喉部催吐,减少毒素吸收。随后务必尽快就医,同时保留剩余菌样或拍照,便于医生判断毒素类型并采取针对性治疗。“食用剧毒菌中毒常有‘假愈期’,早期症状缓解不代表脱险,仍可能在 2 至 3 日后出现肝肾衰竭等并发症。”王福平说。

云南省疾控中心营养与食品卫生所所长刘志涛介绍,近年来云南持续强化预警体系建设和公众科普,全省设立 1877 家食源性疾病预防监测医院,建立 31 家主动监测哨点,做到乡镇(社区)全覆盖,实现风险早发现、早干预。2024 年,全省野生菌中毒死亡人数降至 11 人,为近十年来最低水平。

“我们还编制了云南常见野生食用菌名录和云南野生毒菌图鉴,并在今年创新建立了野生菌中毒风险分级机制,将中毒事件数据、公众知晓度、救治能力等指标纳入动态评估,精准推动防控工作。”刘志涛说。

新华社记者 赵珮然、岳冉冉、王贤思

湖南一家六口 误食毒蘑菇 5 岁男童不幸去世

因为吃了自采的毒蘑菇,湖南永州祁阳市付先生一家六口住进医院 ICU。6 月 10 日,记者获悉,付先生 5 岁的儿子因中毒太深,已经于 9 日不幸去世。

据此前报道,5 月 29 日晚餐时,付先生一家人吃了在山上自采的蘑菇,到了次日凌晨,付先生和他的外公、外婆、母亲、妻子、儿子六口人均出现呕吐和拉肚子的症状,医生说是吃蘑菇中毒,六人都住进了 ICU。付先生的一名亲属告诉记者,一家人误食的是灰花纹鹅膏菌,毒性很强。

付先生 5 岁的儿子刚到医院时,还对爸爸说:“爸爸,我很好,别担心我。”但上述亲属说,孩子中毒太深,肝脏受损严重,医院后来下达了病危通知书,需要马上找到肝源进行移植。他们发布信息后,社会爱心人士进行了捐助。

6 月 10 日,付先生的上述亲属告诉记者,孩子因肝脏严重受损,没能等到肝移植手术,已于 9 日不幸离世。5 个中毒的大人在接受救治后均已脱险,除付先生的妻子还要在医院观察几天外,另外 4 人都出院了。

此前,付先生在病床上接受媒体采访时曾表示,他很后悔去捡蘑菇,他本来已经答应这个暑假带孩子去看海。

据极目新闻



付先生一家所吃的蘑菇
受访者供图