

## Cách phân biệt nấm độc và xử lý khi ăn phải nấm độc

Ngộ độc nấm hay gặp ở một số tỉnh khu vực miền núi phía Bắc và khu vực Tây Nguyên, nơi có tập quán thu hái và sử dụng nấm tự nhiên để làm thực phẩm. Ngộ độc do ăn phải nấm độc thường có tỷ lệ tử vong khá cao.

Thời gian vừa qua, Cục an toàn thực phẩm Bộ y tế, phối hợp với các cơ quan truyền thông đã có những chỉ đạo, hướng dẫn, tuyên truyền rộng khắp bằng nhiều hình thức, trong đó có cả bằng tiếng của đồng bào dân tộc thiểu số, về các biện pháp phòng chống ngộ độc nấm độc nhưng các vụ ngộ độc do ăn nấm độc vẫn xảy ra dẫn đến nhiều cái chết thương tâm.

Theo tài liệu của Học viện quân y, ở Việt Nam có khoảng từ 50 đến 100 loài nấm độc khác nhau, các loài nấm này được người dân vùng cao thường xuyên sử dụng làm thức ăn. Vì thế, ngộ độc nấm hay xảy ra ở những khu vực này. Hầu hết ngộ độc nấm chỉ xảy ra khi ăn các nấm hoang dại, thường mọc vào mùa xuân và hè ở các vùng rừng núi. Loại nấm độc nhất là nấm lục (hay nấm độc xanh đen), có màu sắc hấp dẫn nhất, ngộ độc nặng nề, diễn biến ngộ độc không thể lường trước được và tỷ lệ tử vong rất cao, nhiều gia đình đã bị xóa sổ khi ăn nhầm phải loại nấm này. Khi đã ăn nhầm phải nấm độc, tùy theo từng loại nấm người ăn sẽ bị ngộ độc sớm hay muộn.

Nhóm nấm độc có triệu chứng ngộ độc xuất hiện sớm trước 6 giờ sau khi ăn, thậm chí sau 30 phút đến 1 giờ có biểu hiện: tăng tiết nước bọt, nôn, buồn nôn, tiêu chảy, đồng tử co (loại nấm có độc tố muscarin). Triệu chứng ngộ độc xuất hiện chỉ sau ăn 30 phút với nôn, đỏ mắt, đau đầu, mệt, co giật (giống ngộ độc disulfiram), triệu chứng có thể kéo dài vài ngày, độc tố nấm là coprine. Độc tố nấm là psilocybin thường gây ra ảo giác, giãn đồng tử, kích thích dạ dày, ruột, đau bụng, sốt, co giật. Các loại nấm này ít khi gây tử vong, nếu được điều trị kịp thời.

Nhóm nấm độc có triệu chứng ngộ độc xuất hiện muộn (sau 6 giờ ăn), loại này rất độc và tỷ lệ tử vong cao. Loại nấm có độc tố là amatoxin, monomethylhydrazine, các triệu chứng xuất hiện muộn sau ăn từ 6 - 12 giờ, bao gồm: nôn, buồn nôn, đau thắt bụng từng cơn, tiêu chảy, yếu cơ, co giật, viêm gan, tan huyết... tỷ lệ tử vong cao 20 - 50%. Loại nấm có độc tố là allenic norleucine (*Amanita smithiana*) và độc tố là orellanine (nấm *Cortinarius rellanus*...) triệu chứng xuất hiện muộn sau 1 ngày đến 6 ngày sau khi ăn nấm, bao gồm: tiểu ít, vô niệu, suy ống thận cấp.

Khi phát hiện ăn nhầm phải nấm độc cần phải nhanh chóng thực hiện các biện pháp sơ cứu dưới đây:

- Gây nôn: ngay sau khi có các biểu hiện của ngộ độc nấm cần gây nôn bằng phương pháp cơ học. Cho uống thật nhiều nước, tốt nhất là dùng oresol.

- Uống than hoạt: liều 1 g/kg cân nặng người bệnh. Nhanh chóng đưa người bệnh đến cơ sở y tế gần nhất. Nếu người bệnh hôn mê, co giật: cho người

bệnh nấm nghiêng. Nếu người bệnh thở yếu, ngừng thở: hà hơi thổi ngạt hoặc hô hấp nhân tạo bằng các phương tiện cấp cứu tại chỗ.

- Không tự về nhà trong 1 - 2 ngày đầu, kể cả khi các biểu hiện ngộ độc ban đầu đã hết. Ngộ độc nấm loại biểu hiện muộn cần được điều trị tại các cơ sở y tế có phương tiện hồi sức tích cực tốt (thường tuyến tỉnh trở lên). Để phòng tránh ngộ độc nấm, dẫn đến những cái chết thương tâm, người dân tuyệt đối không sử dụng nấm độc hoặc các loại nấm chưa xác định rõ là nấm lành hay nấm độc làm thức ăn.

Cần phải phân biệt nấm độc và nấm thường trước khi hái hoặc sử dụng như sau:

- Không ăn nấm có màu sắc sặc sỡ, có mùi thơm hấp dẫn vì nấm này thường là nấm độc.

- Không ăn các loại nấm hoang dại lúc còn non, vì lúc còn non chúng rất giống nhau (giống cúc áo), khó phân biệt.

- Không ăn loại nấm khi cắt, vết cắt có rỉ ra chất trắng như sữa.

- Không ăn nấm quá già, nấm có nghi ngờ, không rõ nguồn gốc...

- Quan sát thật kỹ trước khi hái nấm hoặc trước khi sử dụng nấm vì có những loại nấm độc giống nấm ăn (nấm tròng), rất khó phát hiện nhưng khi quan sát kỹ sẽ thấy gốc có bao và có vòng cổ.

**ThS. PHẠM THỊ NGỌC**

<http://www.khoahocphothong.com.vn/cach-phan-biet-nam-doc-va-xu-ly-khi-an-phai-nam-doc-56605.html>