



# هفته پیشگیری از مسمومیت ها

گردآوری: خانم دکتر عاطفه مختارپور  
کارشناس اداره نظارت بر دارو و فراورده های بیولوژیک  
معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی نیشابور



## مسمومیت با قارچ های سمی

با شروع فصل بهار و بروز شرایط مساعد در رشد قارچهای خودرو، همه ساله در ابتدای سال متاسفانه با موجی از مسمومیت های اتفاقی ناشی از مصرف خوراکی قارچهای خودرو و سمی روبرو هستیم. آمار بدست آمده از دانشگاه های علوم پزشکی کشور نشان می دهد در نیمه نخست سال ۱۴۰۱ بالغ بر ۳۰۰ مورد مراجعه به بیمارستان در اثر مسمومیت با قارچهای خودرو و سمی بوده است.



۱- از مصرف قارچ های خودرو مخصوصا قارچهایی که در کنار تنه درختان (علی الخصوص درختان خشک شده) می رویند و یا قارچ های فله ای جمع آوری شده توسط افراد بومی، خودداری کنید. برای حفظ سلامت خود و خانواده تان تنها قارچ هایی را که توسط مراکز مجاز و در بسته بندی های دارای مجوز می باشند، خریداری و مصرف نمایید.

۲- مصرف قارچ ها توسط پرندگان و سایر جانوران اهلی و وحشی، نشان دهنده غیرسمی بودن قارچ برای انسان نمی باشند.

۳- برخی از سموم موجود در قارچ های سمی، مقاوم به گرما بوده و فرآیندهای آماده سازی غذا مانند: کباب کردن، آب پز کردن، سرخ کردن، بخار پز کردن قادر به تخریب کامل مواد سمی موجود در آن نمی باشد.

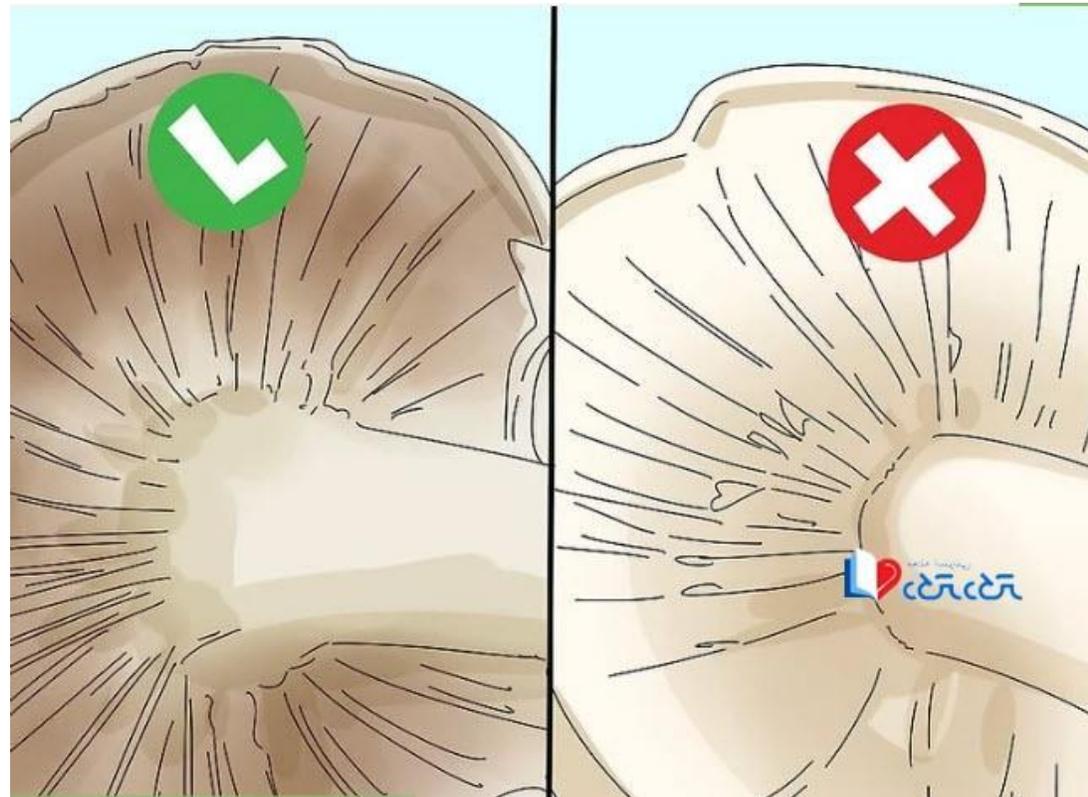


۴- برخی از روش ها و معیارهای سنتی مانند: تغییر رنگ قاشق نقره در اثر تماس با قارچ، یا وجود حشرات در اطراف قارچ و محل رویش قارچ معیار علمی و صحیحی برای تشخیص عدم سمیت قارچ در همه موارد نیست

۵- شناسایی انواع خوراکی قارچ از انواع سمی تنها بر اساس خصوصیات ظاهری مانند شکل، رنگ، بو، قوام و مزه مشکل بوده و تنها توسط متخصصان و کارشناسان مجرب قارچ شناسی و گیاه شناسی امکان پذیر است. بنابراین به توصیه های برخی از افراد در تشخیص انواع سمی از انواع خوراکی قارچ توجه نکنید.



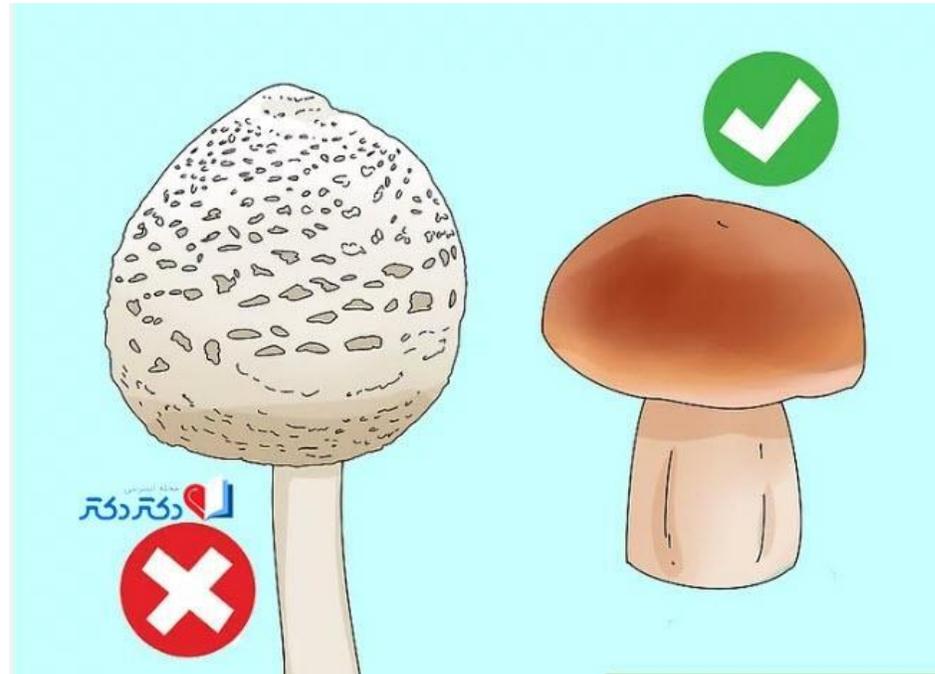
۱- قارچ‌هایی را انتخاب کنید که هاگدان سفید رنگ نداشته باشند



۲- قارچ‌هایی را انتخاب کنید که کلاهک و یا ساقه‌ی قرمز رنگ نداشته باشند



۳- به دنبال قارچ‌هایی بدون فلس روی کلاهک باشید



۳- دنبال قارچ‌هایی فاقد حلقه روی ساقه باشید



هیچ آزمایشی نمی‌تواند با قطعیت به شما بگوید که قارچی که در طبیعت می‌بینید، خوراکی است یا خیر. پس فرض کنید که همه‌ی قارچ‌های وحشی، سمی هستند و قارچ مورد نیاز خود را از فروشگاه‌های مواد غذایی تهیه کنید.



۶- در صورت بروز علائم و نشانه های گوارشی (تهوع، استفراغ و اسهال) به صورت تاخیری (۱۲-۵ ساعت پس از مصرف خوراکی قارچهای خودرو)، هر چه سریعتر بیمار را به مرکز درمانی تخصصی مسمومیت ها منتقل کنید. در مواردی که علائم گوارشی بصورت تاخیری (با فاصله بیش از ۶ ساعت از مصرف قارچ خودرو) رخ دهد این دسته از قارچها سمیت به مراتب بیشتری دارند و در سالهای گذشته منجر به نارسایی حاد کبدی و مرگ تعدادی از هموطنانمان شده است..



**علائم  
مسمومیت**

زودرس  
۴ تا ۲۴ ساعت

حالت تهوع و استفراغ

دل پیچه

سر درد و سر گیجه

قرمز شدن و تغییر حرارت پوست صورت

تپش قلب و تعریق

گاهی علائم مغزی مانند توهم، خواب آلودگی، تشنج و یا بی قراری با آن همراه می شود.



**علائم  
مسمومیت**

دیررس  
روزها و هفته ها

مسمومیت کبدی

نارسایی کلیوی

مشکلات تنفسی

آسیب های مغزی: تشنج ، توهم

کما

مرگ



۷- انتقال سریع بیمار مسموم به یک مرکز درمانی تخصصی مسمومیت ها امکان درمان موفقیت آمیز را افزایش می دهد و هرگونه تاخیر در این امر سبب افزایش احتمال شکست درمان و حتی مرگ بیمار می شود. بنابراین با مشاهده علائم و نشانه های بالینی اولیه به ویژه از نوع تاخیری در فردی با سابقه مصرف خوراکی قارچ خودرو، از هرگونه خوددرمانی و درمان علامتی پرهیز نموده و بیمار را در اسرع وقت به بیمارستان منتقل نمایید

فرد مسموم را مجبور به استفراغ و تخلیه معده کرد تا قارچ های سمی باقی مانده خارج شوند و از این طریق، از ورود سم بیشتر به بدن پیشگیری نمود.



۸- در صورت امکان، نمونه باقی مانده قارچ مصرف شده توسط بیمار را برای شناسایی کادر پزشکی در بیمارستان به همراه داشته باشید.



**مسمومیت با  
سم بوتولیزم**

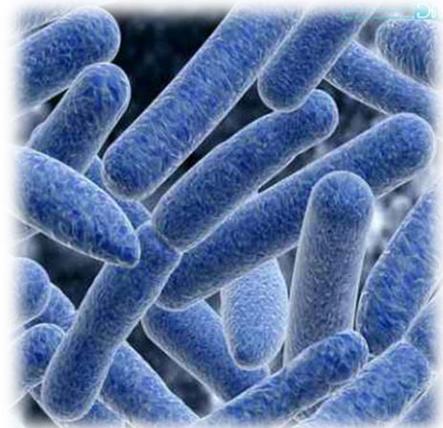
آیا می دانید نوعی از مسمومیت غذایی موسوم به " بوتولیسم " از  
کشنده ترین انواع مسمومیت ها به شمار می رود؟

BOTULISM

## مسمومیت با سم بوتولسم

بیماری بوتولیسم یک اختلال عصبی حاد است که به واسطه نوروتوکسین تولید شده توسط باکتری کلستریدیوم بوتولینوم ایجاد می شود. این سم غیر قابل برگشت، به غشای پیش سیناپسی اتصالات عصبی عضلانی و اتونوم محیطی متصل می شود. اتصال سم سبب آزاد شدن استیل کولین می شود که میتواند منجر به ضعف، فلج و از کارافتادگی و اغلب حبس تنفسی شود

باکتری مضر در محیط کم اکسیژن پیشرفت و تولید سم می کند، مانند غذاهای کنسرو شده . غذاهای خانگی کنسرو شده ، مانند سبزیجات و گوشت، معمولا منبع نوع غذایی است و در اثر خوردن غذاهایی که در تهیه آنها حرارت کمی بکار رفته و بعد از تهیه سم بوتولینوم در آنها ایجاد شده و سپس به هنگام مصرف حرارت کمی دیده اند ، ایجاد می شود .



غذاهایی که معمولا در معرض مسمومیت با توکسین قرار دارند، عبارت‌اند از:

سبزیجاتی که خانگی کنسرو می‌شوند

کنسرو لوبیا و ماهی

ماهی‌های خام یا دودی

سوسیس و کالیاس

عسل

شریت ذرت

کشک خام و پنیر محلی



احتمال ابتلا به  
بوتولیسم

## توصیه ها

۱- مطمئن باشید که از تکنیک مناسب برای کنسرو کردن غذاها در منزل استفاده می کنید و هر گونه میکروب بوتولیسم در غذا نابود شده است. این غذاها را استریل کرده با فشار پز در ۲۵۰ درجه فارنهایت برای حداقل ۳۰ دقیقه. همچنین به مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه قبل از سرو آنها این غذاها را بجوشانید

BOTULISM

## توصیه ها

۲- از خوردن غذاهای آماده اگر قوطی آنها ورم کرده و یا اگر بوی مانده می دهد خودداری کنید.

BOTULISM

## توصیه ها

۳- برای کاهش خطر بوتولیسم اطفال ، از دادن عسل یا شربت ذرت به آنها خودداری کنید ، حتی در مقدار رقیق آن به بچه های زیر سن یک سالگی.

BOTULISM

**علائم  
مسمومیت**

تار شدن دید، یا دو تا دیدن

افتادن پلک‌های چشم

خشک شدن دهان

اختلال در تکلم

مشکل در قورت دادن غذا یا مایعات

یبوست

ضعف دست‌ها یا پاها، که نهایتاً ممکن است به فلج نیز بیانجامد.



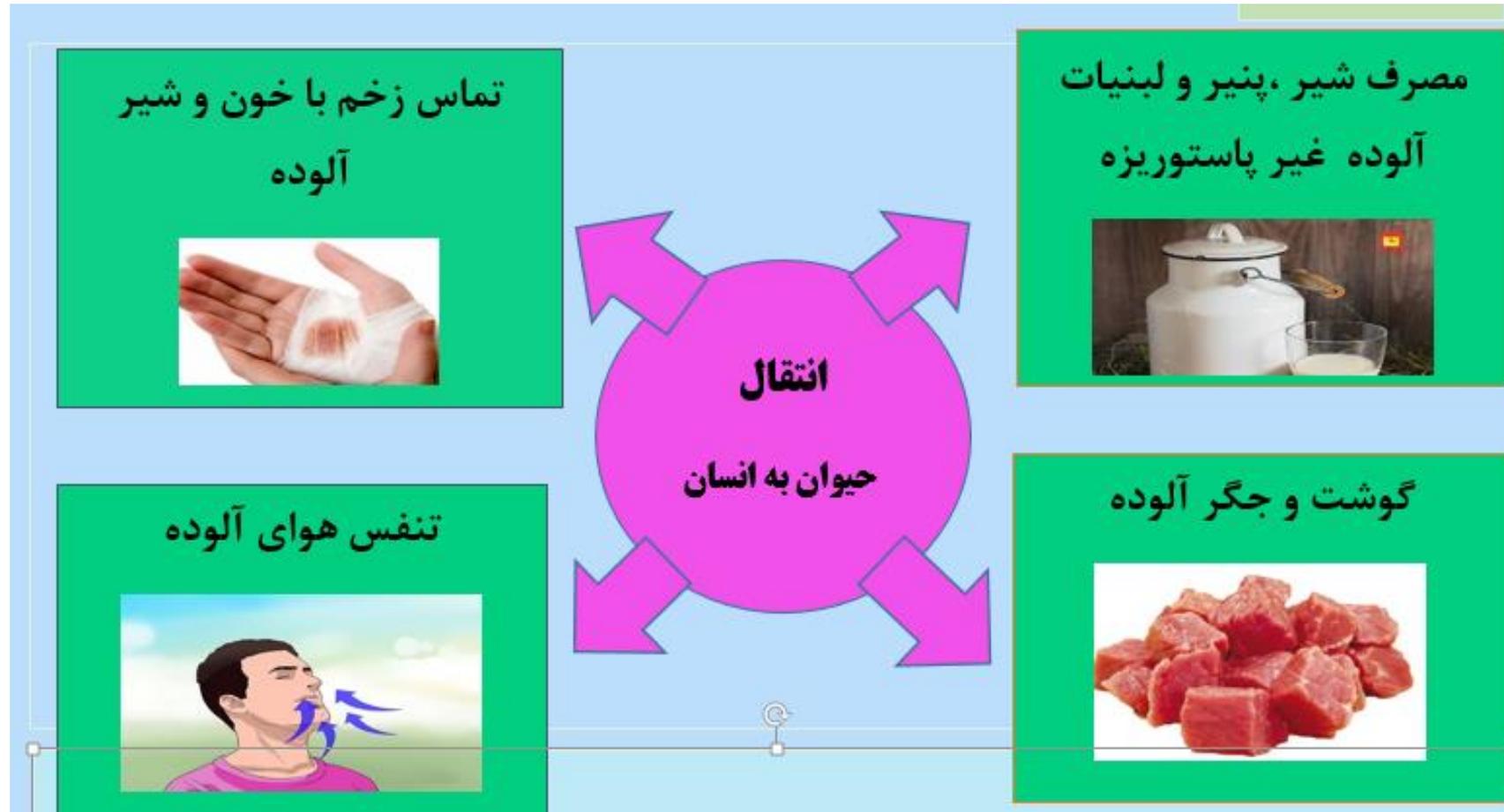
**علائم  
مسمومیت**

تأخیری  
۱۲ تا ۲۴ ساعت

اگر تنها چند ساعت از خوردن غذای مسموم گذشته باشد، باید بیمار را وادار به استفراغ کرد.



## چگونه تب مالت نگیریم !!!



## چگونه تب مالت نگیریم !!!

هنگام دوشیدن شیر  
دستکش



پنیر به مدت 3 ماه در  
آب نمک نگهداری شود



جوشاندن شیر تازه به مدت  
5 دقیقه



استفاده از ماسک در محیط  
دام



راه های  
پیشگیری

پختن کامل گوشت و جگر



**تهیه کننده: خانم دکتر عاطفه مختارپور**

**کارشناس اداره نظارت بر دارو و فرآورده های بیولوژیک معاونت غذا و دارو نیشابور**

**دریافت جدیدترین مطالب آموزشی در حوزه سلامت از طریق:**

<https://vcfda.num.s.ac.ir/>

**سایت معاونت غذا و دارو نیشابور :**

**صفحات اطلاع رسانی معاونت غذا و دارو نیشابور در فضای مجازی: @num.sifda**