

บทรายการวิทยุ เพื่อเผยแพร่ทางหอกระจายข่าว  
เรื่อง “เห็ดพิษ”  
โดย สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา  
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

1.ทำไมช่วงนี้ จึงมีผู้ป่วย และผู้เสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษ

ช่วงนี้เป็นช่วงหน้าฝน ทำให้มีทั้งเห็ดป่า และเห็ดขึ้นเองตามธรรมชาติ มีทั้งเห็ดที่กินได้และเห็ดพิษ ลักษณะของเห็ดดูจากภายนอกใกล้เคียงกันมาก แยกได้ยาก ทำให้คนเข้าใจผิด

เมื่อนำไปแกงรวมกัน หรือนำไปถวายพระ ทำให้ป่วย และเสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษเป็นประจำทุกปี

ดังนั้น หากไม่แน่ใจว่าเห็ดที่หามาได้นั้นจะมีพิษหรือไม่ ก็ไม่ควรนำมากิน

2.ลักษณะของเห็ดพิษเป็นอย่างไร

เห็ดพิษหลายชนิดที่มีลักษณะคล้ายกับเห็ดที่กินได้ ซึ่งพบว่าเป็นสาเหตุทำให้เสียชีวิตที่พบบ่อยที่สุด ได้แก่

1.เห็ดระโงกขาว (ไม่มีพิษ) มีความคล้ายคลึงกับเห็ดระโงกหิน (มีพิษ) ลักษณะที่ต่างกันคือ เห็ดระโงกหิน รอบขอบหมวกไม่มีรอยขีด ผิวก้านเรียบหรือมีขนเล็กน้อย ถูหุ้มโคนรูปถ้วยแนบติดกับโคนก้าน เมื่อผ่าก้านดูจะมีลักษณะตัน

2.เห็ดถ่านใหญ่ (ไม่มีพิษ) คล้ายกับเห็ดถ่านเลือด (มีพิษ) ลักษณะที่ต่างกันคือ เห็ดถ่านเลือดมีขนาดดอกที่เล็กกว่า และมีน้ำยางสีแดงส้ม

3.เห็ดโคน (ไม่มีพิษ) คล้ายกับเห็ดหมวกจีน (มีพิษ) ลักษณะที่ต่างกันคือ บนหมวกของเห็ดหมวกจีนจะมีปุ่มนูน ผิวหมวกเห็ดหยาบเป็นริ้ว

3.อาการของผู้ป่วยเมื่อกินเห็ดพิษ

เมื่อกินเห็ดพิษเข้าไป ผู้ป่วยจะมีอาการตั้งแต่เร็วเป็นนาที จนถึงใช้เวลาหลายชั่วโมง อาการของผู้ป่วยแตกต่างกัน เช่น วิงเวียน อาเจียนปวดท้อง ถ่ายเหลว บางรายอาจมีอาการรุนแรง เช่น ไตวาย ตับวาย และเสียชีวิตในที่สุด

4.การช่วยเหลือผู้ป่วยที่กินเห็ดพิษ ทำได้อย่างไร

วิธีการช่วยเหลือเบื้องต้น สำหรับผู้ป่วยที่กินเห็ดพิษ มีดังนี้

1.ให้กินผงถ่านคาร์บอนผสมกับน้ำ เพื่อช่วยดูดซับพิษ และจิบน้ำเพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป  
2.รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด พร้อมแจ้งประวัติการกินเห็ดให้เจ้าหน้าที่ทราบ นำตัวอย่างเห็ดที่เหลือ หรือภาพถ่ายเห็ดที่กินไปด้วย

3.ควรแจ้งผู้ที่กินเห็ดจากแหล่งเดียวกันให้สังเกตอาการ

## 5. ย้ำเตือนเรื่องการกินเห็ด

สุดท้ายนี้ ขอเน้นย้ำว่า ขอให้เก็บเห็ด หรือซื้อเห็ดจากแหล่งที่รู้จัก อย่าเก็บหรือกินเห็ดป่า หรือเห็ดที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ เนื่องจากไม่สามารถทราบได้ว่าเป็นเห็ดมีพิษหรือไม่ และอย่ากินเห็ดดิบพร้อมกับดื่มเหล้า เพราะอาจทำให้เกิดพิษได้ นอกจากนี้เห็ดพิษหลายชนิดไม่สามารถทำลายพิษได้ด้วยความร้อน ดังนั้น “เห็ด ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน”

โดย กลุ่มสื่อสารความเสี่ยงโรคและภัยสุขภาพ  
สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา  
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข  
โทร. 044-212900 ต่อ 305

“กรมควบคุมโรคห่วงใย อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี”