

## **ERSTE HILFE bei PILZVERGIFTUNGEN:**

- ❖ Die Symptome einer Pilzvergiftung treten je nach Art der gegessenen Pilze nach wenigen Minuten bis zu mehreren Stunden auf.
- ❖ Oft sind die ersten Anzeichen: Übelkeit, Benommenheit, Gleichgewichtsstörungen, Halsbrennen, Brechreiz und Erbrechen, Durchfall und Fieberschübe.
- ❖ Bei Verdacht auf eine Pilzvergiftung muss sofort ein Arzt gerufen oder die unverzügliche Einlieferung in ein Krankenhaus veranlasst werden.
- ❖ Rettung Notruf 144
- ❖ Man sollte sich niemals selbst ans Steuer eines Autos setzen, denn bei vielen Pilzvergiftungen kann es zu Ohnmachtsanfällen kommen.
- ❖ Wenn der/die Vergiftete ansprechbar ist, sollte durch mechanische Reize (Finger in den Hals) oder Trinken von lauwarmem Salzwasser Erbrechen ausgelöst werden.
- ❖ Keinesfalls Alkohol, Milch oder Rizinusöl verabreichen!
- ❖ Nach Möglichkeit alle Pilzreste, das Erbrochene und auch eine Stuhlprobe aufbewahren.
- ❖ Fachleute können daraus Rückschlüsse auf die gegessenen Giftpilze ziehen und so eine rasche Therapie möglich machen.
- ❖ Der/die Vergiftete muss, wenn es noch möglich ist, genau befragt werden:
  - Wo wurden die Pilze gefunden?
  - Wie haben sie ausgesehen?
  - Wie wurden sie aufbewahrt?
  - Was glaubt der/die Erkrankte, gegessen zu haben?
  - Wann wurde welche Menge gegessen?
  - Wie wurde die Mahlzeit zubereitet?
  - Was wurde dazu getrunken?
  - Welche Krankheitssymptome gab es bereits?
  - Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen wurden bereits durchgeführt?

## Schwermetalle und Radioaktivität:

Pilze speichern mehr Schwermetalle als Gemüse. Die Schwermetalle werden durch das **Pilzgeflecht** aus den **Böden** aufgenommen und in den **Stielen und Hüten** unterschiedlich abgelagert. Die höchsten Konzentrationen weisen die Sporen tragenden Teile (Lamellen oder Röhren) auf.

Die Schwermetalle sind entweder natürlich vorhanden (z.B. Erzlagerstätten) oder durch **Umweltverschmutzung** (Abgase des Kfz-Verkehrs, Industrieabgase, Klärschlamm Düngung) in die Böden gelangt.



**Sehr schädlich für den menschlichen Genuss sind Blei, Cadmium, Quecksilber und Thallium!**

Gesundheitlich bedenkliche Konzentrationen bei Pilzen, **ausgenommen Zuchtpilze:**



**Quecksilber:** alle Champignons, Steinpilz, Maipilz, Rötleritterling, Parasol, Reifpilz



**Cadmium:** alle Champignons, manche Ritterlinge, Steinpilz, alle Täublinge, Perlpilz, Maronenröhrling



**Blei:** verschiedene Champignonarten, Parasol, Perlpilz, Steinpilz, Eierschwammerl.

Die Verstrahlung von Pilzen durch **radioaktive Stoffe**, vor allem durch das **Cäsium**, ist von vielerlei Faktoren abhängig und war nach dem Reaktorunfall von Tschernobyl im Jahr 1986 sehr unterschiedlich. **Heute** ist die radioaktive Belastung so weit zurückgegangen, dass der Verzehr üblicher Mengen von Pilzen als unbedenklich angesehen werden kann.

Um den Körper nicht unnötig mit zusätzlichen Schwermetallen und radioaktivem Cäsium zu belasten, sollte nach einer **Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation WHO** bei regelmäßigem Verzehr von Wildpilzen der Verbrauch auf **250 Gramm pro Woche** eingeschränkt werden!


## **Pilzgenuss:**

Als Nahrungsmittel sind Pilze nicht besonders geeignet, sie dienen schon eher als Zusatznahrung. Pilze liefern für den Körper **Eiweiß**, etwas Kohlenhydrate, verschiedene **Vitamine** (D, B1, B2, A, C) und **Mineralstoffe** (Kalium, Phosphor, Mangan, Eisen).

Doch **hauptsächlich** bestehen **Pilze** aus **Wasser und Rohfaser** (unverdauliches Chitin oder Zellulose). Daher sind Pilze **als Rohkost**, bis auf ganz wenige Ausnahmen, **völlig ungeeignet** und auch als Kinder- und Krankenkost nicht zu empfehlen!

Beliebt ist die **Würzkraft** mancher Pilze durch die vorhandenen, sehr unterschiedlichen Geschmacksstoffe.

## Regeln für die Pilzsuche und Zubereitung:

- ❖ Nur eine gute Kenntnis der Pilze schützt vor Giftpilzen. Es gibt keine allgemein gültigen Faustregeln! Es ist auch ein Irrtum, zu glauben, dass ein von Tieren angefressener Pilz auch für Menschen genießbar ist!  
Deshalb: Die wichtigsten Giftpilze sollte man genau kennen!
  - ❖ Überhaupt sollen nur jene Pilzarten für den Genuss mitgenommen werden, die man eindeutig kennt. Durch verschiedene Entwicklungsstadien, trockenes oder feuchtes Wetter und unterschiedliche Standorte können Pilze allerdings sehr verändert aussehen.
  - ❖ Gesammelt werden sollen nur gesunde, frische und vollständige Pilzfruchtkörper. In alten oder stark madigen Pilzen können schon Eiweiß-Zersetzungsprozesse stattfinden, durch die normalerweise gut bekömmliche Pilze giftig werden können.
  - ❖ Pilze sollten nicht im Plastiksackerl transportiert werden: durch den Luftabschluss kommt es rasch zur Fäulnis und dadurch zur Bildung von Giftstoffen!
  - ❖ Gut geeignet zum Sammeln sind ein Papiersack, ein Korb o.ä.
  - ❖ Pilze sollten gleich verarbeitet oder nur kurze Zeit im Kühlschrank aufbewahrt werden.
  - ❖ Pilzgerichte wenn möglich nicht aufwärmen.- Ausnahme: Gleich nach der Zubereitung eingefrorene Pilzspeisen.
  - ❖ Im Zweifelsfalle hilft die Pilzberatungsstelle, nicht eindeutig erkannte Pilze zu bestimmen. Dazu soll der ganze Fruchtkörper vorhanden sein.
-  Auch bei ausführlichen Beschreibungen und besten Abbildungen dürfen unbekannte Pilze niemals nur nach diesen Angaben selbst bestimmt und als vermeintliche Speisepilze verwendet werden. Nur ein **qualifizierter Pilzberater** kann einen nicht bekannten Pilz mit so hoher Sicherheit identifizieren, dass dieser gegebenenfalls als Speisepilz verwendet werden darf.

# PILZBERATUNG

**Kostenlose** Begutachtung der Pilze und Beratung bezüglich Genusstauglichkeit.

Mo - Fr 7.30 - 9 Uhr  
Neues Rathaus, 1. Stock, Zi. 1043

Vergiftungsnotruf: **01/4064343**

## KONTAKT

**Gesundheitsamt der Stadt Linz**  
Lebensmittelaufsicht und Stadthygiene  
Neues Rathaus, Hauptstraße 1-5  
A-4041 Linz

Tel: +43(0)732/7070-2581  
Fax: +43(0)732/7070-2583  
e-mail: [lebensmittelaufsicht@mag.linz.at](mailto:lebensmittelaufsicht@mag.linz.at)  
Web: [www.linz.at](http://www.linz.at)