# เห็ดพิษ (Mushroom poisoning)

กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

**เห็ดพิษ (Mushroom poisoning)** พบมากช่วงเดือนพฤษภาคมถึงพฤศจิกายน โดยเฉพาะภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ เห็ดหลายชนิดขึ้นเองตามธรรมชาติในป่า สวน ไร่ ทั้งรับประทานได้และรับประทานไม่ได้ ซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม จึงเกิดความเข้าใจผิด และนำเห็ดพิษมารับประทาน ส่งผลให้พบผู้ป่วยและเสียชีวิตมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี ดังนั้น **ควรหลีกเลี่ยงการกินเห็ดที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่าเป็นเห็ดพิษ**

## ตัวอย่าง ภาพเห็ดพิษและเห็ดกินได้

### เห็ดพิษ

### เห็ดกินได้

ภาพจาก : คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มกร. ล้านนา จ. น่าน

## ปัจจัยเสี่ยงในการบริโภคเห็ด

1. กินร่วมกับแอลกอฮอล์ ทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมึก

2. การกินเห็ดที่ไม่รู้จัก หรือไม่แน่ใจว่า กินได้หรือไม่

3. กินดิบทำให้เกิดพิษ เช่น เห็ดน้ำหมาก

4. การต้มเห็ดรวมกับ ข้าวสาร หัวหอม และเครื่องเงิน แล้วไม่เปลี่ยนสีแสดงว่าเป็นเห็ดกินได้ **เป็นความเชื่อที่ผิด**

การสังเกต เห็ดระโงกขาว (กินได้) เห็ดระโงกหิน (มีพิษร้ายแรง แม้กินเพียงดอกเดียว ความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้)

## อาการหลังรับประทานเห็ดพิษ

### เห็ดมีพิษไม่รุนแรง

คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เกิดภายในไม่กี่นาทีแต่ไม่เกิน 4 ชั่วโมง ส่วนใหญ่หายเองได้เมื่อได้รับการรักษา

### เห็ดมีพิษรุนแรง

ตับวาย ไตวาย ชักรุนแรงต่อเนื่อง หมดสติ และเสียชีวิตได้ เกิดอาการ 4 ชั่วโมงขึ้นไปหลังรับประทานเห็ด

## การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

ลดการดูดซึมพิษ โดยให้ดื่มผงถ่านกัมมันต์ 50 g. ละลายน้ำเปล่า (ผงถ่านกัมมันต์ 1 g. ต่อน้ำหนักตัวผู้ป่วย 1 kg.) *ถ่านหุงต้มไม่สามารถใช้ได้

รีบพบแพทย์โดยเร็ว และนำเห็ดที่เหลือจากการรับประทานไปด้วย

โดยทั่วไปไม่แนะนำกระตุ้นให้อาเจียน การอาเจียนมากเกินไปจะทำให้ความดันต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติ และเสี่ยงต่อการติดเชื้อจากการใช้ไข่ขาวและเกิดบาดแผลในคอจากการล้วงคอ (เพราะพิษจากเห็ดทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว)


อ้างอิง:
1. กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
2. ศูนย์พิษวิทยาศิริราช โรงพยาบาลศิริราช
3. สมาคมพิษวิทยาคลินิก
4. ศูนย์พิษวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี
5. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
6. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา จ.น่าน

กระทรวงสาธารณสุข
MINISTRY OF PUBLIC HEALTH
กรมควบคุมโรค
กองโรคติดต่อทั่วไป

# หน้าฝนระวัง "เห็ดพิษ" ใส่ใจสักนิด ก่อน "ขิต" ไม่รู้ตัว

**อาการ** คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว ในรายที่ได้รับพิษจากเห็ดระโงกหิน จะมีอาการรุนแรง ทำให้ตับวาย และตายในที่สุด

**การป้องกัน**

"เห็ด ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน"

## การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

กินผงถ่านกัมมันต์ (ถ้ามี) เพื่อดูดซับพิษและจิบน้ำเพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด พร้อมแจ้งประวัติการกินเห็ดและนำตัวอย่างเห็ดที่เหลือหรือภาพถ่ายเห็ดไปด้วย แจ้งผู้กินเห็ดร่วมกันให้สังเกตอาการ

**ไม่แนะนำ** กระตุ้นให้อาเจียน จะเกิดการสำลัก ติดเชื้อจากการกินไข่ขาวดิบ ที่ปนเปื้อน เกิดบาดแผลในคอและช่องปาก จากการล้วงคอ ความดันโลหิตต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติจากการอาเจียนที่มากเกินไป เพราะพิษของเห็ดทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว

### เห็ดไข่ห่านขาว หรือเห็ดระโงกขาว (กินได้)

### เห็ดระโงกหิน หรือเห็ดไข่ตายซาก (มีพิษถึงตาย)

*การต้มให้สุกไม่ทำลายพิษ*

เปรียบเทียบ เห็ดระโงกขาว (กินได้) เห็ดระโงกหิน (มีพิษร้ายแรงแม้กินเพียงดอกเดียว ความร้อนไม่สามารถทำลายพิษได้)

https://ddc.moph.go.th/dcd/
https://www.facebook.com/moph.dcd/

ที่มา: กลุ่มงานโครงการตามพระราชดำริ และโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ
ออกแบบโดย: กลุ่มช่วยอำนวยการ กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค