

Проверьте грибы на радиацию

Наступила прекрасная пора сбора грибов. Большинство людей употребляют их в разных видах и активно заготавливают. Грибы являются уникальным природным продуктом. Они обладают хорошими вкусовыми качествами и высокой питательностью. В них содержатся белки, жиры, углеводы, витамины, ферменты и другие биологически активные вещества. Вместе с тем, следует помнить об осторожном подходе к употреблению грибов детьми. Изначально пищеварительная система ребенка недостаточно развита, поэтому она не способна полноценно переваривать «взрослую» пищу. Грибы по праву считаются тяжелым в усвоении продуктом даже для взрослых. Поэтому на вопрос, с какого возраста можно давать грибы детям, ответ будет очевиден — малышам в возрасте до 7 лет данный продукт категорически противопоказан. В более старшем возрасте можно предлагать ребенку блюда с тщательно измельченными грибами и лучше, чтобы это были вешенки или шампиньоны.

Собирая грибы в лесу или покупая их на рынке мы не всегда задумываемся о том, безопасны ли они в радиационном отношении. Любителям грибов надо помнить о существующей опасности для здоровья при их употреблении в пищу. Большинство видов грибов даже на относительно «чистых территориях» способны накапливать радионуклиды в количествах, опасных для здоровья, что периодически подтверждают лабораторные исследования. Мицелий, питающий плодовое тело грибов, расположен у различных грибов в разных слоях почвы, поэтому их накопительная способность радионуклидов отличается.

Содержание радионуклидов в грибах зависит от многих факторов: видовой принадлежности грибов, свойствами почвы, особенностями водного режима, плотности радиоактивного загрязнения почв, погодными и другими условиями произрастания. Исходя из этого, грибы разделены по их накопительной способности 4 группы:

Аккумуляторы: гриб польский, свинушка, масленок, моховик желто-бурый, горькушка. В плодовых телах этих грибов даже при загрязнении почв, близких к фоновому значению (0,1-0,2 Ки/км²), содержание цезия-137 может превышать допустимый уровень. Поэтому сбор этих грибов не рекомендуется.

Сильнонакапливающие: грузди, волнушка розовая, зеленка, сыроежки. Собирать грибы этой группы допускается при плотности

загрязнения почв до 1 Ки/км.кв с обязательным радиометрическим контролем.

Средненакапливающие: лисички настоящие, рядовка, белый гриб, подберезовик, подосиновик.

Слабонакапливающие: опенок осенний, гриб-зонтик пестрый, шампиньон, вешенка.

Собирать рекомендуется грибы, отнесенные к группам слабо и средне накапливающих радионуклиды при плотности загрязнения почв до 2 Ки/кв.км. Но все же, независимо от того к какой группе относятся грибы, и где вы их собирали употреблять их можно только после радиометрического контроля.

Надо отметить, что многие виды технологической и кулинарной обработки грибов позволяют снизить содержание в них радионуклидов. Чтобы уменьшить содержание радионуклидов в свежих грибах нужно после очистки отварить их в течение 30-60 минут в соленой воде с добавлением уксуса или лимонной кислоты, сливая отвар каждые 15 минут (менять воду 2-4 раза). Конечно, содержание питательных веществ после длительного отваривания снижается. В шляпках грибов, радионуклидов накапливается больше, чем в ножках. Обращаем внимание, что при сушке грибов содержание радионуклидов не уменьшается, поэтому сушить можно только грибы, соответствующие допустимым уровням содержания радионуклидов. Необходимо помнить, что покупать грибы можно только в местах санкционированной торговли, где они подвергаются обязательному радиационному контролю. При покупке грибов на рынках следует потребовать у продавца специальный талон, подтверждающий радиационную безопасность лесной продукции. Очень опасно и не рекомендуется приобретение грибов у людей, торгующих на улице и вдоль автострад, как правило, эта продукция не проверяется на радиоактивное загрязнение. Если тихая охота велась вдоль трасс, то собранные грибы могут содержать кроме радионуклидов тяжелые металлы и другие загрязнители. Если вы все-таки не удержались от такой покупки, проверьте приобретенные вами грибы в ближайшей лаборатории радиационного контроля.

Радиометрические исследования на содержание цезия-137 можно сделать бесплатно в отделении радиологических исследований Могилевского зонального центра гигиены и эпидемиологии по адресу город Могилев, ул. Лазаренко, 66, каб.43. Объем пробы должен составлять не менее 1 литра (1 кг). Телефон для справок 28-36-00. А также эти исследования можно провести в других аккредитованных лабораториях (УЗ «Могилевский областной центр гигиены и эпидемиологии и ОЗ», Могилевский лесхоз, Могилевский центр стандартизации, метрологии и сертификации, облветлаборатория, лаборатория ветсанэкспертизы Центрального рынка и др.)