

Szabályok Javaslatok A gombagyűjtés etikája

Forrás:Gécziné Nagy Mária ,Hegyessy Gábor:Gombák zemplénből nem csak zemplénieknek (2021) ISBN (978-615-01-1926-7) Kőszeginé Tóth Judit (16-17 oldal)

1. A szerkesztőség erdőben vagy rosszul meghatározott gomba esetén nem vállal felelősséget.
2. A meghatározott gombát minden képpen mutassuk meg szakellenőrnek .
3. A gombák az időjárásnak megfelelően más tulajdonságokkal is rendelkezhetnek.
4. Az erdőben ismeretlen gombát ne gyűjtsünk.
5. A gomba termőteste teljes egészében gyűjtsük a szakellenőr számára.
6. Gombát csak félreeső helyen távol az úttestől szedjük mivel a gombák könnyen felveszik a nehézfémeket
7. Mielőtt elindulunk a gombász kosarunkkal, olvassuk el az érvényben lévő jogszabályok Tájékozódjunk a törvényekből, rendeletekből, hogy azon az élőhelyen ahol gombázni szeretnénk ki a tulajdonos és hol, hogyan, mennyi gombát gyűjthetünk.
8. Aki gombát akar gyűjteni, az legelsőnek a gyilkos galócát ismerje meg
9. A gomba gyűjtéshez mindig kosarat vagy papírtáskát, dobozt és sohasem nejlon zacskót használjunk! A gombák termőestei a műanyagzacskóban ugyanis befüllednek, ezáltal könnyen romlanak, továbbá összetörhetnek és felismerhetetlenné válnak.
10. Fogyasztásra csak olyan gombát gyűjtsünk, amit már, mint étkezési gombát jól ismerünk
11. A mérgező vagy étkezésre alkalmatlan gombát hagyjuk érintetlenül.
12. A gomba kíméletes és szakszerű kiemeléséhez csavarjuk ki a tönkjét a talajból, aljzatból.
13. Ne taroljuk le a helyszínt! Védjük a micéliumot a kiszáradástól azzal, hogy a keletkező mélyedést avarral befedjük. A gondos gyűjtő nem hagy maga után semmi nyomot, az erdő tiszta marad mögötte.
14. Amennyiben határozás, új faj megismerése céljára gyűjtünk, azt különítsük el a fogyasztásra szánt fajoktól, a tönkjével együtt emeljük ki, mert sokszor a határozó bélyegeket épp a tönkalján találhatók, mint pl. a bocskor, burokmaradvány, elszíneződés.

15. Célszerű már a szedéskor megtisztítani a gombát a rátapadt levéltől, talajtól egyéb szennyeződéstől, ügyeljünk arra, hogy a határozóbélyegek ne károsodjanak.
16. A nagyon fiatal vagy öreg gombát nehéz határozni, ezért ne gyűjtsük. A kukacos, rágott, penészes, fagyott vagy ázott példányokat ne fogyasszuk, ételmérgezést, gyomorrontást, gombaundort okozhatnak. Ezek maradjanak a termő helyükön, így spórák millióit tudják szétszórni, biztosítva új micélium hálózatok fejlődését.
17. Az ismeretlen vagy éppen általunk nem ehetőnek, vagy mérgezőnek ismert fajokat szintén hagyjuk a termőhelyen, ne lökjük fel, tapossuk össze őket, hiszen pl. sok rovarnak, egyéb állatoknak szolgálnak bújóhely, táplálékul. Másrészt ezek a gombák hozzátartoznak az erdőképhez, fontos szerepük van a természet körforgásában. De az is lehetséges, hogy más gombagyűjtő éppen ezeket a gombákat keresi határozás, kutatás céljából
18. A gombák között vannak védett és veszélyeztetett fajok, amelyeket élőhelyükkel együtt kell védenünk. Általános ajánlás, hogy csak a leggyakoribb ehető fajokat gyűjtsük. A ritka gombafajok feltétlenül kíméljük. Ne legyünk telhetetlenek, csak a saját (vagy a családi) szükségletre elegendő mennyiséget gyűjtsünk
19. Gyűjthetünk határozásra, tanulmányi vagy tudományos célra gombát. Ehhez elegendő néhány termőtest, amelyet elővigyázatosan húzzuk ki a talajból, és különítsük el egymástól. Ne tisztogassuk, ügyeljünk a határozó bélyegekre és lehetőség szerint jegyezzük fel az élőhely jellemzőit esetleg GPS-koordinátáit.
20. A természetben való tartózkodás, gombagyűjtés során keletkezett szemetünket vigyünk magunkkal és lehetőség szerint a szelektív hulladékgyűjtőbe dobjuk. Jó példát is mutathatunk, ha a mások által szétszórta szemetet eltakarítjuk az erdőből.
21. Aki nem vizsgázott gombaszakértő, az soha ne készítsen úgy el gombás ételt, hogy előtte nem ellenőriztette. Piacokon, gombavizsgáló helyeken ellenőriztethetjük, amit gyűjtöttünk. A NÉBIH honlapján megtaláljuk a "Nyilvántartott szakellenőrök" listájában azoknak a szakellenőröknek az elérhetőségét, akikhez vihetjük a gombaszámkányunkat. Ismerőstől, szomszédától ne fogadjunk el gombát. Az ellenőrzéskor a teljes gombagyűjtemény minket fajokra elkülönítve mutassuk be. Külön szedjük az általunk ismert és étkezésre szánt fajokat.
22. Csak a kifogástalanul ellenőrzött vagy meghatározott gomba véd meg a gombamérgezéstől. A gyilkos galócát minden kezdőnek ismerni kell. Léteznek a lemezes gombák között más mérgezők is. Ezek hatása a belső szervek

vagy az idegrendszer zavarán alapul. A kezdő először csak a csöves gombákat (vargányákat) gyűjtsenek. A közöttük előforduló mérgező gombáknak nincs halálos hatásuk és könnyebb a felismerésük is.

23. A mérgezés első jeleinél (rosszullét, hányás, hasmenés) rögtön orvost kell hívni!
24. Idegen tájakon és országokban legyünk óvatosak a gombák étkezési célra való gyűjtésében. Itt Ugyanis gyakran olyan fajok is nőhetnek, amelyek meglehetősen hasonlítanak a mi hazai gyűjtési körzetünkben található fajokhoz, de mérgezőek. A gombamérgezések statisztikája is azt mutatja, hogy a gombamérgezést szenvedett személyek több mint fele nem helyi lakos volt. Főleg olyanok, akik üzleti úton, útközben vagy a szabadságon tartózkodnak az adott helyen és mindent gyűjtenek.

Gomba mérgezés esetén

Forrás:Gécziné Nagy Mária ,Hegyessy Gábor:Gombák zemplénből nem csak zemplénieknek (2021) ISBN (978-615-01-1926-7) Kőszeginé Tóth Judit (19 oldal)

Mit tegyünk gombamérgezések esetén?

A valódi gombamérgezések tünetei az elfogyasztott gombafaj toxintartalma szerint néhány perctől több óráig terjedően lépnek fel. Amennyiben az első tünetek jelentkezésekor gombamérgezés gyanúja felmerül, rögtön orvost kell felkeresni. Ha a tünetek a gombaelfogyasztás követően 6-40 óra múlva jelentkeznek, életveszélyes mérgezést jelentenek, és azonnal kórházba kell szállítani az illetőt. A gomba meghatározásához minden gomba maradékot, tisztítási hulladékot, hányadékot vagy székletet meg kell őrizni.

Az orvos megérkezéséig elsősegélyben kell részesíteni a mérgezett személyt. A beteget észlelő köteles tudásának megfelelő mértékű beavatkozást adni, ami életmentő lehet. Ezért fontos, hogy az elsősegélynyújtó határozott fellépésű legyen.

Első lépés a beteg hánytatása. A hányadékból mintavétel az orvos vagy a kórház számára. A hánytatás általában nem okoz gondot, mert leggyakoribb tünete a hányás.

Amennyiben magától nem hány a beteg garatizgatással vagy langyos sós víz itatásával lehet meghánytatni. Ezután keserűsöt, orvosi széntablettát kell beadni vízben vagy teában

A betegen kívül, a gombából fogyasztó, még tünetmentes személyeket is fel kell kutatni és lehetőség szerint meghánytatni.

Amennyiben a beteg sokat hányt vagy erős hasmenése volt, gondoskodni kell a bőséges folyadékpótlásról (cukros és sós víz vagy tea)

Az elsősegélynyújtónak a helyszínen kell maradnia az orvos vagy a mentő megérkezéséig. Eszméletlen beteget nem szabad hánytatni vagy itatni! Úgy kell elhelyezni, hogy a nyálát, váladékát ne tudja lenyelni, légúťjai állandóan szabadok legyenek

Amennyiben a szabályoknak, javaslatnak megfelelően, kellő gondossággal gyűjtjük és használjuk fel a gombákat, akkor egészséges táplálékkal bővíthetjük étlapunkat. Kalóriaszegény, kiváló aromájú, létfontosságú esszenciális aminosavakat tartalmaz, magas rosttartalma miatt jó hatással van a bélműködésre. A legújabb tudományos kutatások is alátámasztják, hogy számos, vadon termő gomba gyógyhatású anyagokat tartalmaz.

Ne hidjük el:

Forrás: Gécziné Nagy Mária, Hegyessy Gábor: Gombák zemplénből nem csak zemplénieknek (2021) ISBN (978-615-01-1926-7) Bélfenyeéri Gábor
Kőszeginé Tóth Judit (20)

Ne higgyük el!

Tévhit, hogy:

- Ha mérgező gombából készült az étel, akkor az ezüstkanál megfeketedik
- Ehető a gomba, ha csiga vagy más állat fogyasztott belőle.
- a mérges gombák feltűnő színűek, csípősek, rossz ízűek és szagúak.
- az a gomba mérgező, amelyiknek elszíneződik a húsa, elvágáskor megkékül. Nem igaz, mert pl. a halálosan mérgező gyilkos galóca elvágás után is fehér marad.
- forrázással, főzéssel minden gomba méregtelenített, a méreganyag eltávolítható

- ha fedő nélküli edényben főzzük a mérgező gombát, akkor elpárolog a méreg
- az ehető gomba mérgezővé válhat, ha elpusztult állat teteme felett termett.
- ha állattal megetetjük a gombás ételt, akkor megállapíthatjuk, hogy ehető-e
- fákon élő gombák mind ehetőek
- ha lehúzzuk a gomba kalapjának a bőrét, nem lesz mérgező.
- a mérgező gombától megváltozik a hagyma és a petrezselyem színe
- a mérgező gomba szomszédságában növe ehető gomba is fogyasztásra alkalmatlanná válik
- mindegyik kellemes ízű és illatú gomba ehető.
- a penészes gombát, ha megmossuk, akkor ehető lesz
- az eső a mérgező gomba mérgét az ehetőre mossa.
- minden csiperke ehető
- az a gomba, ami régen ehető volt, az mindig ehető.
- akik jól ismerik a gombákat, soha nem tévesztik össze az ehető és a mérgező fajokat.
- a tej hatásos gombamérgezés esetén
- ehető gomba is mérgezővé válik, ha mérgező növény közelében nő, mert abból mérgező anyagot vesznek fel
- attól lesz mérgező a gomba, ha mérges rovar, bogár mássza meg
- minden gomba ehető vagy mérgező.
- ha nem tudok szakellenőrhöz menni, elég, ha lefotózom a gombáimat és megmutatom gombázós Facebook csoportokban, ott majd a hozzáértők beazonosítják.
- ha egyforma gombákat szedek, elég egyet elvinni a szakellenőrhöz, hogy azonosítsa.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.netflix.NGP.DeadCellsReturnToCastlevania>