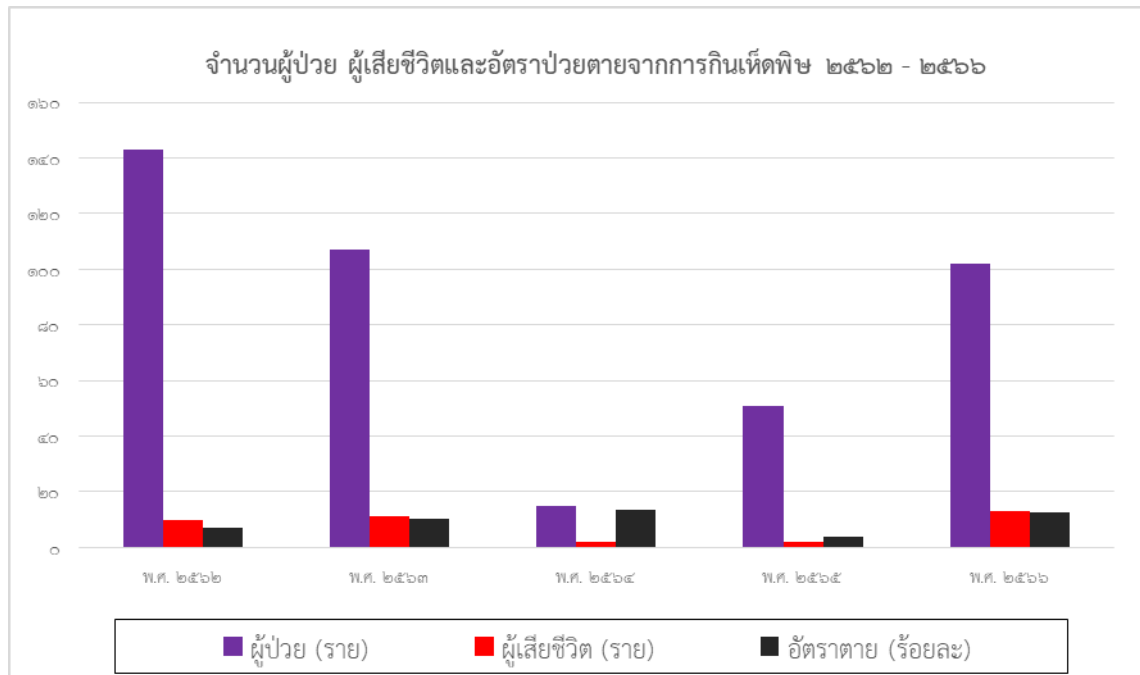


ฤดูฝน ระวัง “เห็ดพิษ” แม้กินเพียงนิด....เสี่ยงเสียชีวิตได้

ในช่วงฤดูฝนของทุกปี เป็นเวลาที่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเห็ดหลายชนิดตามธรรมชาติ ทั้งเห็ดกินได้และเห็ดมีพิษซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม การดูด้วยตาเปล่าไม่สามารถแยก ความเป็นพิษของเห็ดได้แน่นอน จากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์คนจำนวนไม่น้อยเก็บเห็ดพิษหรือซื้อเห็ดรวมที่มี เห็ดพิษปะปนมากิน จึงทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยตั้งแต่เล็กน้อยจนรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตเนื่องจากจากกินเห็ด ที่มีพิษร้ายแรง ซึ่งปีนี้แนวโน้มสถานการณ์การเจ็บป่วยและเสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ต่อเนื่องและคาดการณ์ว่าจะสูงกว่าช่วง ๔ ปีที่ผ่านมา รายละเอียดดังกราฟ



สถานการณ์โรคอาหารเป็นพิษจากการกินเห็ดพิษ

ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ พบผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษร่วมกันทั้งหมด ๒๗ เหตุการณ์ มีจำนวน ผู้ป่วยรวม ๑๐๒ ราย ต่ำสุด ๑ ราย สูงสุด ๙ ราย (เฉลี่ย ๓.๗๘ ราย ค่ามัธยฐาน ๓ ราย) ผู้ป่วย เสียชีวิต รวม ๑๓ ราย (คิดเป็นอัตราป่วยตายน้อยละ ๑๒.๗๕) จำนวนผู้ป่วยเสียชีวิตอยู่ระหว่าง ๑ - ๓ ราย ในแต่ละเหตุการณ์ผู้ป่วยมีอายุดำสุด ๔ ปี สูงสุด ๘๔ ปี (เฉลี่ย ๔๖ ปี ค่ามัธยฐาน ๔๗ ปี) และผู้ป่วย เสียชีวิตอายุดำสุด ๒๘ ปี สูงสุด ๘๑ ปี (เฉลี่ย ๕๔ ปี ค่ามัธยฐาน ๕๕ ปี) โดยเหตุการณ์แรกเกิดตั้งแต่ปลาย เดือนเมษายน ๒๕๖๖ ซึ่งเริ่มมีฝนประปราย เมื่อเข้าสู่ฤดูฝนตั้งแต่เดือนพฤษภาคม - ปัจจุบัน พบเหตุการณ์ ระบาดเพิ่มสูงขึ้นในหลายจังหวัดโดยเฉพาะในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตสูงกว่า ภาคอื่นๆ รายละเอียดดังตาราง

จำนวนเหตุการณ์ ผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษจำแนกรายจังหวัด ปี พ.ศ. ๒๕๖๖

จังหวัด	จำนวนเหตุการณ์	ผู้ป่วย	ผู้เสียชีวิต	อัตราป่วยตาย
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ				
อำนาจเจริญ	๔	๕	๒	๔๐
ยโสธร	๓	๙	๓	๓๓
สกลนคร	๒	๖	๑	๑๗
บุรีรัมย์	๒	๘	๑	๑๓

จังหวัด	จำนวนเหตุการณ์	ผู้ป่วย	ผู้เสียชีวิต	อัตราป่วยตาย
มหาสารคาม	๓	๑๑	๑	๙
เลย	๒	๑๐	๕	๕
ชัยภูมิ	๑	๕	๐	๐
กาฬสินธุ์	๑	๓	๐	๐
รวม	๑๘	๕๗	๑๓	๒๓
ภาคใต้				
สงขลา	๑	๘	๐	๐
ตรัง	๑	๗	๐	๐
นราธิวาส	๑	๗	๐	๐
พัทลุง	๑	๓	๐	๐
กระบี่	๑	๒	๐	๐
รวม	๕	๒๗	๐	๐
ภาคตะวันออก				
สระแก้ว	๑	๖	๐	๐
ระยอง	๑	๓	๐	๐
รวม	๒	๙	๐	๐
ภาคกลาง				
สระบุรี	๑	๗	๐	๐
ภาคเหนือ				
เชียงราย	๑	๒	๐	๐
รวมทั้งประเทศ	๒๗	๑๐๒	๑๓	๑๒.๗๕

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ

๑. การกินเห็ดป่าที่ไม่แน่ใจ หรือไม่รู้จักว่าเป็นเห็ดชนิดใด เนื่องจากเห็ดกินได้และเห็ดพิษหลายชนิดมีลักษณะเหมือนกันมากแยกจากกันได้ยากหากไม่มีความชำนาญ จากเหตุการณ์พบว่าส่วนใหญ่ผู้ป่วยเก็บเห็ดด้วยตนเองจากป่าหรือสวนแถวบ้านหรือพื้นที่ซึ่งเคยเก็บเห็ดมากินเป็นประจำ (ร้อยละ ๗๓.๐๘) การเก็บเห็ดในที่เดิมไม่ปลอดภัยเสมอไปเนื่องจากสปอร์ของเห็ดสามารถลอยไปตกได้ไกลจึงพบเห็ดพิษได้ทุกที่แม้ที่ยังไม่เคยเกิดมาก่อน รองลงมาคือมีเพื่อนบ้านเก็บจากป่าแล้วนำมาแบ่งให้ (ร้อยละ ๑๕.๓๘) และซื้อจากตลาดหรือเพื่อนบ้านเก็บมาขาย (ร้อยละ ๑๑.๕๔)

๒. การเก็บหรือซื้อเห็ดรวมโดยไม่มีการนำมาแยกอีกครั้งก่อนปรุงประกอบอาหาร (ร้อยละ ๖๕.๓๘) เห็ดหลายชนิดมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม หากไม่พิจารณาให้ถี่ถ้วนหรือไม่มีความชำนาญ อาจมีเห็ดพิษปะปนมาด้วย

๓. การกินเห็ดร่วมกับดื่มสุรา (ร้อยละ ๑๑.๕๔) เห็ดบางชนิดกินได้ เช่น เห็ดน้ำหมึก แต่เมื่อกินเห็ดร่วมกับดื่มสุรา จะทำให้มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน หน้าแดง ความดันโลหิตต่ำได้

ระยะเวลาที่ผู้ป่วยเริ่มมีอาการหลังกินเห็ดมีตั้งแต่นานเป็นนาที่จนถึงหลายชั่วโมง โดยผู้ป่วยมีอาการตั้งแต่เล็กน้อย ได้แก่ วิงเวียน อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว จนถึงอาการรุนแรงไตวาย ตับวายและเสียชีวิตในที่สุด จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปีนี้ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการและลักษณะของเห็ดรวมถึงอาการแสดง

ของผู้ป่วย พบเหตุที่มีพิษร้ายแรง ทำลายเซลล์ตับ ได้แก่ เกิดระงอกหินหรือเหตุไขตายซากซึ่งชาวบ้านมักเข้าใจผิดว่าเป็นเหตุไขท่อนหรือเหตุระงอกขาว เหตุที่ทำลายระบบกล้ามเนื้อ ได้แก่ เหตุถ่านเลือด ซึ่งมีรูปร่างลักษณะคล้ายเหตุถ่านใหญ่มากแยกไม่ได้ด้วยรูปร่างลักษณะที่เห็นด้วยตา เหตุถ่านเลือดมีพิษร้ายแรงทำให้กล้ามเนื้ออ่อนแรงถึงตายได้ เหตุที่มีฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง ได้แก่ เหตุหมวกจีน และเหตุที่กินร่วมกับเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์จะมีผลต่อระบบประสาท เช่น เหตุหิงห้อย เหตุน้ำหมึก เป็นต้น

****** หากมีอาการผิดปกติหลังกินเหตุ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เป็นต้น ควรรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านและนำตัวอย่างเหตุที่เหลือหรือรูปถ่ายเหตุไปสถานพยาบาลเพื่อประเมินชนิดของพิษที่ได้รับ พร้อมแจ้งผู้รับประทานเหตุร่วมกันให้สังเกตอาการและรีบไปสถานพยาบาลเพื่อรับการตรวจประเมินเช่นกัน**

การป้องกันการเจ็บป่วยจากการกินเหตุพิษ ยึดหลัก “เหตุ ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน”

๑. ไม่เก็บหรือกินเหตุที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่ากินได้

๒. ไม่เก็บเหตุที่อยู่ในระยะอ่อนมากิน เช่น ระยะเป็นตุ่มหรือตุ่มที่มีรูปร่างคล้ายไขอาจจะไม่สามารถแยกเหตุกินได้และเหตุพิษออกจากกัน เนื่องจากมีลักษณะคล้ายกันมากจนไม่สามารถแยกได้ด้วยตาเปล่า

๓. ไม่กินเหตุดิบโดยไม่ปรุงให้สุกก่อนกินทำให้เกิดพิษได้ เช่น เหตุน้ำหมาก เป็นต้น

๔. ไม่กินเหตุร่วมกับแอลกอฮอล์ เช่น เหตุหิงห้อย เหตุน้ำหมึกหรือเหตุถั่วที่ขึ้นตามธรรมชาติ

ความเชื่อผิดๆ ในการตรวจสอบเหตุพิษ

การแยกเหตุกินได้กับเหตุพิษ บางคนมีความเชื่อว่า เมื่อนำเหตุไปต้มรวมกับข้าวสารหรือหอมแดง หากข้าวหรือหอมแดงไม่เปลี่ยนสีแสดงว่าเป็นเหตุกินได้ หรือหากนำเครื่องเงินไปจุ่มในหม้อต้มเหตุแล้วเครื่องเงินไม่ดำแสดงว่ากินได้ หรือเหตุที่มีรอยสัตว์กัดแทะเป็นเหตุกินได้ เหล่านี้ล้วนเป็นความเชื่อที่ผิด

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

แนวทางการปฐมพยาบาลที่บ้าน เมื่อกินเหตุแล้วมีอาการผิดปกติ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว ควรปฏิบัติดังนี้

๑. หากมั่นใจว่ากินเหตุเพียงชนิดเดียวและมีอาการผิดปกติเพียงเล็กน้อยหลังจากกินเหตุไม่เกิน ๔ ชั่วโมง เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลวเพียงเล็กน้อย ไม่มีอาการหน้ามืดเหมือนจะเป็นลม ไม่เพสีย ให้กินผงถ่านกัมมันต์เพื่อดูดซับพิษและสังเกตอาการที่บ้าน ค่อยๆ จิบน้ำเพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป หากเวลาผ่านไป ๑ ชั่วโมง ยังมีอาการมากขึ้นให้รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้าน

๒. เน้นการรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด เพื่อรับการประเมินและการดูแลรักษาเบื้องต้น

๓. ไม่แนะนำการกระตุ้นให้อาเจียน เนื่องจากจะทำให้เกิดความล่าช้าในการไปสถานพยาบาล และอาจทำให้เกิดการติดเชื้อจากการกินไข่ขาวดิบที่มีการปนเปื้อน เกิดบาดแผลในคอและช่องปากจากการล้วงคอด้วยนิ้วที่ไม่สะอาดหรือเล็บยาว ความดันต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติจากการอาเจียนที่มากเกินไปเนื่องจากพิษจากเหตุทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว

๔. ลดการดูดซึมพิษเหตุด้วยผงถ่านกัมมันต์ ให้รับกินในปริมาณ ๕๐ กรัม สามารถกินได้เท่าที่มีและไม่ควรทำให้เสียเวลา อาจกินมาระหว่างเดินทางไปสถานพยาบาล