

## Erste Hilfe bei Pilzvergiftungen

- ▶ Die Symptome einer Pilzvergiftung treten je nach Art der genossenen 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 Rhizinusöl 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?



# info Pilze

Dieser Falter soll Sie keinesfalls dazu ermutigen, Pilze zu sammeln, die Sie nicht genau kennen. Er soll Sie, im Gegenteil, auf die zahlreichen Verwechslungsgefahren von Speise- und Giftpilzen hinweisen. 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.



Rettung Notruf

# 144

## 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 haupt-

sächlich 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.

## Schwermetalle und Radioaktivität in Pilzen

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 sporentragenden Teile (Lamellen oder Röhren = "das Futter") 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. Stark belastet mit Cäsium waren Reifpilz, Semmelstoppelpilz und Maronenröhrling, eine mittlere Belastung wiesen Eierschwammerl sowie Steinpilz auf und gering belastet war der Parasol. 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!**

## Pilze im Internet

- <http://www.mykonet.ch>
- <http://www.wien.gv.at/ma59/pilze>
- <http://www.pilzepilze.de>
- <http://private.addcom.de/Pilze/Pilze.htm>
- <http://www.pilzfinder.de>
- <http://www.pilzgalerie.de>

Wir danken dem ehemaligen Leiter des Amtes für Lebensmittelaufsicht und Märkte sowie Leiter der Pilzberatungsstelle des Magistrats Graz, Herrn Direktor I.R. Harald Kahr, für die fachliche Beratung bei der Erstellung dieses Falters.

## Pilzberatung in Graz

**MAGISTRAT GRAZ -**  
Gesundheitsamt/Lebensmittelanliegenheiten  
Lagergasse 132, 8020 Graz. Telefon: (0316) / 872-3260

Landesmuseum JOANNEUM GesmbH, Botanik,  
Raubergasse 10, 8010 Graz. Telefon: (0316) / 8017-9752



**Sicherheits- Informationszentrum**  
[www.sichere.steiermark.at](http://www.sichere.steiermark.at)  
[www.siz.cc](http://www.siz.cc)



**Grüner Knollenblätterpilz**  
(*Amanita phalloides*)  
bevorzugt Laubwälder,  
**tödlich giftig!!!**



**Keegelhütiger Knollenblätterpilz**  
(*Amanita muscaria*)  
Laub- und Nadelwälder  
**tödlich giftig!**



**Fliegenpilz**  
(*Amanita muscaria*)  
Laub- und Nadelwälder  
**giftig!**  
enthält ein Nervengift



**Pantherpilz**  
(*Amanita pantherina*)  
Laub- und Nadelwälder  
**sehr giftig!**  
enthält ein Nervengift



**Grünelichter Täubling**  
(*Russula vesperis*)  
bevorzugt Laubwälder,  
sehr guter, mild  
schmeckender Speisepilz



**Arns-Champignon**  
(*Agaricus arvensis*)  
Wiesen, Weiden,  
Waldänder  
sehr guter Speisepilz



**Kaiserling**  
(*Amanita caesarea*)  
Laubwälder, wärmeliebend  
essbar  
selten und schenswert



**Perlpilz**  
(*Amanita trusscens*)  
Laub- und Nadelwälder  
nemaals roh verzehren!



**Krischoter Spei-Täubling**  
(*Russula emetica*)  
bevorzugt Nadelwälder  
**giftig**  
schärft schmeckend



**Birken-Reizker**  
(*Lactarius torminosus*)  
Birkenbegleiter  
**giftig**  
schärft schmeckend



**Karbol-Champignon**  
(*Agaricus kantoderma*)  
Gärten, Parks, Waldänder  
**giftig!**



**Fleischrötlicher Schrimpling**  
(*Lepista niveolea*)  
Parkanlagen, Laubtäume  
**lebensbedrohend giftig!**



**Apfel-Täubling**  
(*Russula paludosa*)  
bevorzugt Nadelwälder  
(Kiefern), mild  
schmeckender Speisepilz



**Edel-Reizker**  
(*Lactarius deliciosus*)  
Kiefernbegleiter  
guter Speisepilz



**Arns-Champignon**  
(*Agaricus arvensis*)  
Wiesen, Weiden,  
Waldänder  
sehr guter Speisepilz



**Parasol-Fleisen-Schrimpling**  
(*Macropodia proceal*)  
Wiesen, Laub- und Nadelwälder, guter Speisepilz



**Riesens-Röhrling**  
(*Eriophora sinuata*)  
unter Laubbäumen  
**sehr giftig!**



**Grauer Falten-Fröhling**  
(*Coprinus atramentarius*)  
Gärten, Parks, Wiesen  
bedingt essbar (kein Alkohol)



**Ziegenroter Risspilz**  
(*Phocybe partularia*)  
In Laubwäldern, Parks  
**sehr giftig!**



**Kahler Krempling**  
(*Paxillus involutus*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
**sehr giftig!**  
bewirkt Allergien



**Schild-Röhrling**  
(*Entoloma clypeatum*)  
in Obstgärten  
Vorsicht!!! Spritzmittel  
gut gekocht essbar



**Schopf-Fröhling**  
(*Coprinus cornutus*)  
Wiesen, Weigänder,  
Ruderalflächen  
jung essbar



**Mai-Pilz, Mai-Ritterling**  
(*Calocybe gambosa*)  
Parks, Wäldchungen  
guter Speisepilz,  
Mehrgemuch



**Kuhnmau, Großer Schrimpling**  
(*Gomphidius glutinosus*)  
in Fichtnwäldern  
guter Speisepilz, schleimig



**Lila Dickkub**  
(*Cortinarius traganus*)  
in Nadelwäldern  
**giftig**



**Grünblättriger Schwefelkopf**  
(*Hyphonia fasciculata*)  
büschelig an Laub- u.  
Nadelholz, **giftig!**



**Gallen-Röhrling**  
(*Tricholoma felis*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
ungenießbar weil sehr bitter



**Satanpilz**  
(*Boletus satanas*)  
Laubwälder, bei Buchen,  
Mögen-Darmstörungen,  
**giftig!**



**Reifpilz, Ziganer**  
(*Rozites caperatus*)  
in Fichtnwäldern  
guter Speisepilz



**Stockschwämmchen**  
(*Kuehneromyces mutabilis*), büschelig an  
Laub- u. Nadelholz  
guter Speisepilz



**Steinpilz, Herrenpilz**  
(*Boletus edulis*)  
in Nadelwäldern  
sehr guter Speisepilz



**Flockensteiliger Hexenröhrling**  
(*Boletus erythropus*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
gekocht ein guter Speisepilz



**Schön- (Dickkub-) Röhrling**  
(*Boletus calopus*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
ungenießbar, weil bitter



**Kartoffel-Bovist**  
(*Scleroderma citrinum*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
**giftig!**



**Frühlings-Lorchel**  
(*Gyromitra esculenta*)  
in Kiefernwäldern  
**sehr giftig!**



**Dreifarbige Koralle**  
(*Fenaria ferosa*)  
unter Laubbäumen  
(Buchen!) **giftig**  
Verdauungsstörungen



**Reißus-Röhrling**  
(*Kercomus carysater*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
essbar, für Mischgerichte



**Flechtenstäubling**  
(*Lycoperdon perlatum*)  
in Laub- und Nadelwäldern  
essbar solange weiß



**Speise-Morchel**  
(*Morchella esculenta*)  
in Laubwäldern, Gärten  
geschätzter Speisepilz



**Sehr giftig!  
Lebensgefahr!**

