

บทความพิเศษ เรื่อง : เห็ดป่าหน้าฝน...ควรระวัง มิ จะนั้นถึงตาย!!!



บทความพิเศษ เรื่อง : เห็ดป่าหน้าฝน...ควรระวัง มิจะนั้นถึงตาย!!!

โลกเราสมัยนี้มีความเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ก่อนนี้ไม่นานยังบ่นๆกับเรื่องภัยแล้งกันอยู่เลย แผลอับเดียว
ตอนนี้ทางเหนือแถบจังหวัด อุตรดิตถ์ พิษณุโลก น้ำท่วมหนักอย่างไม่เคยเจอมาก่อนในรอบ 20 ปี ทำให้อาคาร
ร้านค้า ทุ่งนา เรือกสวนเสียหายเป็น 1,000 ไร่

แต่ในวิกฤติก็ยังมียโอกาสเสมอ เพราะเมื่อเข้าสู่หน้าฝนก็จะมีอาชีพหนึ่งที่สามารถสร้างรายได้เป็นอย่างดีเป็นกอบเป็นกำ นั่นก็คือ
อาชีพเก็บเห็ดป่ามาขายแข่งกับเห็ดบ้านนั่นเอง ซึ่งราคาดันนั้นก็เรียกว่าเห็นน้ำ เห็นเนื้อ มากกว่าเห็ดฟาร์มเห็ดบ้าน
อย่างชัดเจน โดยเฉพาะเห็ดเผาะและเห็ดถอบ ที่กิโลกรัมละเกือบ 1,000 บาท นอกจากจะมีคนเก็บเห็ดป่ามาขาย
แล้ว ก็ยังมีชาวบ้านที่ไปเก็บเห็ดมาบริโภคกันเองในครัวเรือน ถึงแม้ว่าจะมีการเตือนให้ระวังทั้งทางสถานีวิทยุ
ต่างๆ เช่น วิทยุ มก.บางเขน รวมถึงในเว็บไซต์ www.thaigreenagro.com หรือสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ แต่ก็ยังมีชาวบ้าน
ที่กินเห็ดพิษ เห็ดเมา ถึงขั้นเข้าโรงพยาบาล ที่แพทย์ช่วยชีวิตไว้ได้ทันทีก็ไป แต่บางรายก็เสียชีวิตเนื่องจากทานเห็ด
ที่มีพิษร้ายแรงเข้าไป ซึ่งก็เป็นเรื่องที่น่าเสียดาย

ดังนั้นเราทำความรู้จักกับเห็ดทั้งที่มีพิษและไม่มีพิษ รวมถึงวิธีการตรวจสอบเบื้องต้นก่อนจะนำมารับประทาน
ก่อนอื่นจะขอแยกชนิดและตระกูลเห็ดอย่างคร่าวๆดังนี้ สำหรับตระกูลเห็ดนั้นมีมากมายหลายชนิด เชื่อกันว่าเห็ดรา
ทั้งหมดนั้นมีกว่า 1,500,000 ชนิด ที่มีการวิเคราะห์วิจัยแล้วก็ประมาณ 100,000 ชนิด (ดำเกิง ป๋องพาล , 2545)
และท่านอาจารย์ตีพร้อม ไชยวงศ์เกียรติ ได้เคยบรรยายในชนิดที่แบ่งออกมาเป็นราชั้นต่ำอยู่ประมาณ 70,000 ชนิด
เป็นเห็ด (ราชั้นสูง) 30,000 ชนิด ในจำนวนนี้จะมีเห็ดเบือ เห็ดเมาอยู่ประมาณ 300 ชนิด และที่เป็น “เห็ดพิษ” กิน
แล้วตายอยู่ประมาณ 3 ชนิด ซึ่งจะเป็นกลุ่ม เฮลเวลล่า (Helvella) และกลุ่ม อะมานิตา (Amanita) ซึ่งชาวบ้านจะ
เรียกว่าเห็ดระโงกหิน มีสีสันฉูดฉาด มีเกิร์ต มีวงแหวน มีปลอกและตีนตัน (โคนอวบแน่น) เนื่องด้วยชนิดของเห็ดที่
มีอยู่เป็นจำนวนมากนี้เอง จึงทำให้ยังไม่มียกวิชาการที่ชำนาญท่านใดที่จะสามารถพิสูจน์ได้อย่างชัดเจนทั้งหมดว่า
เห็ดชนิดไหนกินได้ และกินไม่ได้ ทำให้ต้องมีการเตือนภัยกันอยู่เป็นประจำทุกปี เพื่อมิให้ชาวบ้านรับประทานเห็ดที่
เป็นอันตราย ซึ่งอาจจะทำให้เกิดโศกนาฏกรรมที่ยิ่งใหญ่ได้ ดังนั้นวันนี้จึงขอแนะนำเบื้องต้นในเรื่องของการเก็บและ
รับประทานเห็ด โดยมีหลักและวิธีการเบื้องต้นดังนี้

1. ไม่ควรรับประทานเห็ดที่มีอายุน้อยเกินไปจนแยกแยะชนิดไม่ได้
2. ไม่ควรรับประทานเห็ดที่แก่จัดเกินไป ฝ่อ เน่ายุบ เสียรูป จนจำไม่ได้ว่าเป็นเห็ดชนิดใด

3. ไม่ควรรับประทานเห็ดที่มีสีจุดฉาด กลิ่นหอมฉุน
4. ไม่ควรรับประทานเห็ดที่หมวกเห็ดมีเกิร์ต ครีบดอกด้านล่างและสปอร์ที่ร่วงหล่นมีสีขาว มีวงแหวน มีปลอก ดินตัน (ลำต้นที่โคนอวบแน่นแข็ง)
5. ไม่ควรรับประทานเห็ดที่มีแมลงหรือหนอนเจาะ ถ้าไม่รู้จักก็ไม่ควรรับประทาน เพราะมีแมลงหรือสัตว์บางชนิดที่รับประทานเห็ดพิษได้

ทั้งหมดนี้ก็ถือว่าเป็นแนวทางที่จะช่วยให้เข้าไปปฏิบัติเบื้องต้นในการรับประทานเห็ด สำหรับวิธีตรวจสอบเห็ดพิษเบื้องต้น แม้จะยังไม่สามารถอาศัยเป็นตำราที่เชื่อถือได้ 100 เปอร์เซ็นต์ แต่ก็ยังมีวิธีในการตรวจสอบและอาจนำมาพิจารณาใช้ได้บ้างโอกาสดังต่อไปนี้

1. นำข้าวสารต้มกับเห็ด ถ้าไม่เป็นพิษข้าวสารจะสุก ถ้าเป็นพิษข้าวสารจะสุก ๆ ดิบ ๆ
2. ใช้ช้อนเงินคนต้มเห็ด ถ้าช้อนเงินกลายเป็นสีดำจะเป็นเห็ดพิษ เพราะเห็ดบางชนิดจะปล่อยซัลไฟด์เมื่อถูกต้ม
3. ใช้ปูนกินหมากป้ายดอกเห็ด ถ้าเป็นเห็ดพิษเห็ดจะกลายเป็นสีดำ
4. ใช้หัวหอมต้มกับเห็ด ถ้าเป็นเห็ดพิษ หัวหอมจะเป็นสีดำ
5. ใช้มือถูเห็ดจนเป็นรอยแผล ถ้าเป็นพิษรอยแผลนั้นจะเป็นสีดำ แต่สำหรับเห็ดแชมปิญอง (Champignon /Button mushroom) เป็นเห็ดที่รับประทานได้ แต่เมื่อเป็นแผลก็จะเป็นสีดำ และเห็ดพิษอินโไซเบ ถ้าถูจะเปลี่ยนจากสีขาวเป็นสีแดงและน้ำตาล
6. ดอกเห็ดที่มีรอยแมลงและสัตว์กัดกิน เห็ดนั้นไม่เป็นพิษ แต่ก็ต้องระวัง !!!! เพราะว่ากระต่ายสามารถกินเห็ดพิษสกุลอะมานิต้า (Amanita) ได้ และหอยทากก็กินเห็ดพิษได้เช่นกัน
7. เห็ดที่เกิดผิดปกติฤดูกาลมักจะเป็นเห็ดพิษ แต่ทุกวันนี้เกษตรกรสามารถที่จะเพาะเห็ดได้ทุกฤดูกาลตามฟาร์มต่างๆ
8. เห็ดพิษจะมีสีจุดฉาด ส่วนเห็ดที่รับประทานได้จะมีสีอ่อนๆ

*** ข้อสังเกต : วิธีตรวจสอบส่วนใหญ่ใช้ไม่ได้กับเห็ดพิษสกุล อมานิตา (Amanita) ดังนั้นจึงไม่ควรกินเห็ดที่ไม่รู้จักเป็นอันขาด เพราะโอกาสในการทดลองอาจจะมีแค่ครั้งเดียว !!!

สำหรับผู้ที่มิข้อสงสัยหรือต้องการคำปรึกษา สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้โดยตรงที่ 02 986 1680-2

สนับสนุนบทความโดยนายมนตรี บุญจรัส

กรรมการผู้จัดการบริษัท ไทยกรีน อะโกร จำกัด (ชมรมเกษตรปลอดสารพิษ)

สอบถามข้อมูลข่าวได้ที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ โทรศัพท์ 0 2000 8499 , 081 732 7889