

อาหารเป็นพิษ จากเห็ดพิษ

สำนักโรคติดต่อทั่วไป

กรมควบคุมโรค

ประเทศไทยอยู่ในเขตร้อนและชื้น จึงมีเห็ดเกิดขึ้นมากมาย และมีหลายชนิดที่มีพิษ ปัญหาสำคัญคือ ทั้งผู้ป่วยและผู้รักษายังไม่รู้จักเห็ดพิษทั้งหมด เพราะนอกจากเห็ดพิษจะมีหลายชนิดแล้ว ในเห็ดพิษชนิดเดียวกัน อาจจะมีสารชีวพิษไม่เหมือนกัน และเห็ดที่ไม่มีพิษแต่ไปงอกในบริเวณซึ่งมีสารพิษอยู่ในดิน อาจทำให้เกิดอันตรายได้ในบางกรณี ขึ้นอยู่กับสารนั้นเป็นอะไร และมีพิษรุนแรงมากน้อยเพียงไหน ในประเทศไทยทั่วทุกภาค มีเห็ดที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ และรับประทานได้ เช่น เห็ดโคน เห็ดจุน เห็ดไข่ห่าน เห็ดเผาะ เห็ดหูหนู เห็ดตับเต่าบางชนิดและเห็ดลม เป็นต้น เห็ดกลุ่มนี้มีรสชาติอร่อย และมีราคาแพง ไม่เคยมีรายงานการป่วยด้วยการบริโภคเห็ดกลุ่มนี้ ส่วนเห็ดที่รับประทานไม่ได้เนื่องจากมีพิษมีหลายชนิดเช่นกัน ได้แก่ เห็ดตับเต่าบางชนิด เห็ดระโงกหิน เห็ดสมองวัว เห็ดน้ำหมึก เห็ดหิ่งห้อย เห็ดเกลือดาว นอกจากเห็ดไม่มีพิษและเห็ดมีพิษแล้ว บางชนิดยังจัดเป็นเห็ดพิษกลุ่มหายาก (ยาเสพติด) เช่น เห็ดขี้ควาย เห็ดขี้วัว เป็นต้น

จากรายงานการเฝ้าระวังโรค กรมควบคุมโรค พบมีผู้ป่วย และเสียชีวิตจากการรับประทานเห็ดพิษทุกปี ส่วนใหญ่ ในช่วงต้นฤดูฝน ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม จนถึงเดือนพฤศจิกายน ซึ่งพบว่า รับประทานเห็ดที่ขึ้นเองในป่า สวน ไร่ หรือเห็ดที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ เมื่อพิจารณาสถิติโรค รายภาค พบว่าส่วนมากพบที่ ภาคเหนือ และตะวันออกเฉียงเหนือ จากวิถีชีวิตชาวบ้านที่อาศัยอยู่ตามชนบทนอกจากจะทำนาแล้วยังมีการหารายได้หลังจากว่างเว้น การทำไร่ นา คือการเก็บเห็ดป่าขาย ดังนั้นผู้ที่เก็บเห็ดมาขายหรือนำมาปรุงเป็นอาหารจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้และมีความชำนาญ และที่สำคัญจะต้องเป็นคนในพื้นที่เท่านั้นจึงจะมีความปลอดภัยที่จะนำเห็ดนั้นมารับประทาน



รูปที่ 1 การขายเห็ดที่พบเห็นได้ทั่วไปแถวภาคเหนือ และตะวันออกเฉียงเหนือ

การป้องกันอันตรายจากเห็ดพิษ

1. ควรรู้จักและจดจำเห็ดพิษที่สำคัญ ซึ่งมีพิษรุนแรงถึงตายได้ แล้วหลีกเลี่ยงการรับประทานเห็ดพิษเหล่านี้ เห็ดพิษนั้นคือ เห็ดระโงกพิษ ที่สำคัญมีอยู่ 3 ชนิด คือ *Amanita phalloides* (รูปที่ 2), *Amanita verna* (รูปที่ 3) และ *Amanita virosa* (รูปที่ 4) ซึ่งมีชื่อตามภาษาท้องถิ่น คือเห็ดระโงกหิน เห็ดระงาก หรือเห็ดสะงาก และเห็ดไข่ตายซาก รูปร่างทั่วไปคล้ายกับเห็ดระโงกที่รับประทานได้ แต่มีข้อแตกต่างที่สำคัญคือ เห็ดระโงกที่รับประทานได้ ขอบหมวกมักจะเป็นริ้วคล้ายรอยหวี มีกลิ่นหอมและก้านดอกกลวง ส่วนเห็ดระโงกที่เป็นพิษดังกล่าว กลางดอกหมวกจะนูนขึ้นเล็กน้อยโดยเฉพาะปลอกหุ้มโคน จะยึดติดกับก้านดอก ก้านดอกตัน หรือเป็นรูปที่ไส้กลางเล็กน้อย มีกลิ่นเอียนและกลิ่นค่อนข้างแรงเมื่อดอกแก่ มักเกิดแยกจากกลุ่มเห็ดที่รับประทานได้ มีทั้งแบบดอกสีเหลืองอ่อน สีเขียวอ่อน สีเทาอ่อน และสีขาว



รูปที่ 2 แสดงเห็ดชนิด

Amanita phalloides



รูปที่ 3 แสดงเห็ดชนิด

Amanita verna



รูปที่ 4 แสดงเห็ดชนิด

Amanita virosa

2. พิษชนิดอื่นที่พิษไม่รุนแรงถึงตาย แต่จะทำให้ผู้ป่วยเสียเวลาและค่าใช้จ่ายในการรักษา หรือถ้าผู้ป่วยมีโรคแทรก ก็อาจทำให้เสียชีวิตได้ เห็ดชนิดนี้จะมีอยู่แต่ละท้องถิ่นแตกต่างกัน ฉะนั้นจึงควรรู้จักจดจำเห็ดมีพิษประเภทนี้ด้วย เช่น เห็ดพิษ ที่ภาษาท้องถิ่นทางอีสานเรียกว่า เห็ดเพ็งข้าวก่ำ (*Boletus santanas*) เห็ดคันจ้องหรือเห็ดเขียงร่ม(*Coprinus atramentarius*) และเห็ดหมากหม่าย (คล้ายเห็ดโคน) เป็นต้น

3. อย่ารับประทานเห็ดที่สงสัยไม่รู้จักและไม่แน่ใจ ควรรับประทานเฉพาะเห็ดที่แน่ใจเท่านั้น

4. ถ้าจำเป็นต้องรับประทานเห็ดที่ยังไม่แน่ใจ ควรชิมเพียงเล็กน้อยเพื่อดูอาการเสียก่อน ซึ่งถ้าเห็ดนั้นเป็นพิษ ก็จะแก้ไขได้ง่ายขึ้น

5. การรับประทานอาหารที่ประกอบด้วยเห็ด ควรจะรับประทานแต่พอควร อย่ารับประทานจนอิ่มมากเกินไป เพราะเห็ดเป็นอาหารที่ย่อยยาก อาจจะทำให้ผู้มีระบบย่อยอาหารที่อ่อนแอเกิดอาการอาหารเป็นพิษได้

6. การปรุงอาหารที่ประกอบขึ้นด้วยเห็ด ต้องระมัดระวัง คัดเห็ดที่เน่าเสียออก เพราะเห็ดที่เน่าเสียจะทำให้เกิดอาการอาหารเป็นพิษได้เช่นกัน

7. อย่ารับประทานอาหารที่ปรุงขึ้น สุก ๆ ดิบ ๆ หรือเห็ดดิบดอง เพราะเห็ดบางชนิดยังจะมีพิษอย่างอ่อนเหลืออยู่ ผู้รับประทานจะไม่รู้สึกตัวว่ามีพิษ จนเมื่อรับประทานหลายครั้งก็สะสมพิษมากขึ้นและเป็นพิษร้ายแรงถึงกับเสียชีวิตได้ในภายหลัง

8. ผู้ที่รู้ตัวเองว่าเป็นโรคภูมิแพ้เกี่ยวกับเห็ดบางชนิด หรือกับเห็ดทั้งหมด ซึ่งถ้ารับประทานเห็ดเข้าไปแล้ว จะทำให้เกิดอาการบวม หรืออาหารเป็นพิษ จึงควรระมัดระวัง รับประทานเฉพาะเห็ดที่รับประทานได้โดยไม่แพ้ หรือหลีกเลี่ยงจากการรับประทานเห็ด

9. ระมัดระวังอย่ารับประทานเห็ดพร้อมกับดื่มสุรา (แอลกอฮอล์) เพราะเห็ดบางชนิดจะเกิดพิษทันที ถ้าหากดื่มสุราหลังจากรับประทานเห็ดแล้วภายใน 48 ชั่วโมง เช่น เห็ด *Coprinus atramentarius* แม้แต่เห็ดพิษอื่นทั่วไป หากดื่มสุราเข้าไปด้วย ก็จะเป็นการช่วยให้พิษกระจายได้รวดเร็วและรุนแรงขึ้นอีก

การทดสอบเห็ดพิษแบบชาวบ้าน ซึ่งมีหลายวิธี แต่ไม่ได้ผล 100% ดังนั้น การทดสอบอาจมีการผิดพลาด ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้บริโภคได้ ดังนั้น **จงบริโภคเห็ดที่เคยบริโภคแล้วไม่เกิดอันตรายเท่านั้น เป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันอันตรายจากการบริโภคเห็ด**

คำแนะนำเกี่ยวกับการเก็บเห็ดป่า มีดังนี้

1. การจำแนกชนิดต้องมั่นใจจริง ๆ ว่ารู้จักเห็ดชนิดนั้น ๆ หนังสือคู่มือจำแนกชนิดเห็ดอาจช่วยได้ แต่ไม่ควรพึ่งโดยไม่มีผู้รู้จริงไปด้วย และอย่าทดลองเพราะไม่คุ้มค่า
 2. เวลาเก็บเห็ดต้องเก็บให้ครบทุกส่วน โดยขูดให้ลึก เพราะหากเด็ดแต่ด้านบนแล้ว ลักษณะจำเพาะบางอย่าง เช่นกระเปาะ (Volva cap) ซึ่งอยู่ติดกับดิน และใช้บ่งบอกชนิดของเห็ดพิษร้ายตระกูล *Amanita* นั้น จะไม่ติดขึ้นมาด้วย ทำให้จำแนกชนิดผิดพลาดได้
 3. เก็บแต่เห็ดที่มีรูปร่างลักษณะสมบูรณ์เท่านั้น หลีกเลี้ยงเห็ดที่อ่อนเกินไป ลักษณะต่าง ๆ ที่ใช้จำแนกชนิดยังไม่เจริญพอหลีกเลี้ยงเห็ดที่แก่หรือเริ่มเน่าเปื่อย เพราะเห็ดดี ๆ เมื่อแก่อาจมีการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีจนทำให้มีพิษอย่างอ่อนได้
 4. เวลาเก็บให้แยกชนิดเป็นชั้น โดยนำกระดาษรองในตะกร้า เพื่อป้องกันการปนเปื้อน หากเก็บเห็ดพิษปะปนมา
 5. อย่าเก็บเห็ดภายหลังพายุฝนใหม่ ๆ มีเห็ดบางชนิดที่สีบนหมวกอาจถูกชะล้างให้จางลงได้
 6. เก็บเห็ดมาแล้วให้นำมาปรุงอาหารเลย ไม่ควรเก็บไว้นาน เพราะเห็ดจะเน่าเสียเร็ว หรืออาจแช่ตู้เย็นไว้ได้
 7. ห้ามกินเห็ดดิบ ๆ โดยเด็ดขาด
 8. เห็ดที่ไม่เคยกิน ควรกินแต่เพียงเล็กน้อยในครั้งแรก เห็ดที่ไม่เป็นพิษสำหรับคนอื่นอาจทำให้เรามีอาการแพ้ได้
 9. ไม่ควรเก็บเห็ดที่ขึ้นใกล้โรงงานสารเคมี สนามกอล์ฟ หรือข้างถนน เนื่องจากเห็ดและเชื้อรามีคุณสมบัติดูดซับสารพิษต่าง ๆ สะสมไว้ในตัวไว้มาก รวมถึงโลหะหนัก
- การเกิดภาวะเห็ดเป็นพิษ บ่อยครั้งเกิดจากการมั่นใจมากเกินไป คิดว่าเห็ดพิษเป็นเห็ดไม่มีพิษ เนื่องจากการดูรูปร่างผิดไปดังกล่าว การบ่งชี้ชนิดของเห็ดโดยรูปร่างภายนอกแล้ว บางครั้งแม้ผู้เชี่ยวชาญก็ยังแยกแยะชนิดไม่ได้ ต้องอาศัยวิธีตรวจ spore print หรือการตรวจทางห้องปฏิบัติการอื่น ๆ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข ได้แนะนำวิธีหลีกเลี่ยงการบริโภคเห็ดที่มีพิษ โดยดูลักษณะภายนอก

ลักษณะของเห็ดที่ควรหลีกเลี่ยงไม่ควรเก็บมาบริโภค

- เห็ดที่เป็นสีน้ำตาล เห็ดที่มีหมวกเห็ดสีขาว
- เห็ดที่มีปลอกหุ้มโคน เห็ดที่มีวงแหวนใต้หมวก
- เห็ดที่มีโคนอวบใหญ่ เห็ดที่มีปุ่มปม
- เห็ดที่มีหมวกเห็ดเป็นรูปๆ แทนที่จะเป็นช่องๆ คล้ายครีบบล้า
- เห็ดที่มีลักษณะคล้ายสมองหรืออานม้า บางชนิดต้มแล้วกินได้ แต่บางชนิดมีพิษร้ายแรง
- เห็ดตุ่มที่มีเนื้อในสีขาว เห็ดที่ขึ้นที่มูลสัตว์หรือใกล้มูลสัตว์

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่รับประทานเห็ดพิษ

อาการพิษของเห็ดจะแสดงอาการหลังรับประทานแล้วหลายชั่วโมง ซึ่งพิษมักจะกระจายไปมาก ดังนั้นจึงจำเป็นต้องรู้จักวิธีปฐมพยาบาล แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาล เพื่อทำการรักษาโดยรีบด่วนการปฐมพยาบาลนั้นที่สำคัญที่สุด ทำให้ผู้ป่วยอาเจียนเอาเศษอาหารที่ตกค้างออกมาให้มาก และทำการช่วยดูดพิษจากผู้ป่วยโดยวิธีใช้น้ำอุ่นผสมผงถ่าน activated charcoal และดื่ม 2 แก้ว โดยแก้วแรกให้ล้วงคอให้อาเจียนออกมาเสียก่อนแล้วจึงดื่มแก้วที่ 2 แล้วล้วงคอให้อาเจียนออกมาอีกครั้ง จึงนำส่งแพทย์พร้อมกับตัวอย่างเห็ดพิษหากยังเหลืออยู่ หากผู้ป่วยอาเจียนออกยาก ให้ใช้เกลือแกง 3 ช้อนชาผสมน้ำอุ่นดื่มจะทำให้อาเจียนได้ง่ายขึ้น แต่วิธีนี้ห้ามใช้กับเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี อนึ่ง ห้ามล้างท้องด้วยการสวนทวารหนักโดยพลະการ วิธีนี้ต้องให้แพทย์เป็นผู้วินิจฉัยเท่านั้น เพราะจะเป็นอันตราย ต่อผู้ป่วยหากร่างกายขาดน้ำ หลังจากปฐมพยาบาลผู้ป่วยแล้ว ให้รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยด่วนพร้อมกับตัวอย่างเห็ดพิษ (หากยังเหลืออยู่) หรืออาจจะทำการปฐมพยาบาลผู้ป่วยในระหว่างนำส่งโรงพยาบาลเลยก็ได้

การรักษาผู้ป่วยที่บริโภคเห็ดพิษ

การรักษาผู้ป่วยจากการบริโภคเห็ดพิษ โดยปกติจะกระทำหลังจากที่ให้การปฐมพยาบาลผู้ป่วย และจะรักษาตามลักษณะอาการของสารพิษที่ได้รับ ทั้งนี้จะเป็นการตัดสินใจของแพทย์ผู้รักษาอย่างไรก็ตาม แนวทางการรักษาต่อไปนี้จะ เป็นหัวข้อแนะนำซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการช่วยตัดสินใจได้ง่ายขึ้น

1. สารพิษพวก Amanitin และ Helvellic acid

1.1 หลังจากการปฐมพยาบาล โดยการล้วงคอให้ผู้ป่วยอาเจียนแล้ว ให้ล้างกระเพาะ (Gastric lavage) โดยใช้ น้ำสุก 1 – 2 ลิตร ผสม activated charcoal (ผงถ่าน) ดื่มและทำ Colonic lavage เพื่อไม่ให้มีเศษอาหารเหลืออยู่ในระบบทางเดินอาหาร

1.2 การรักษาเสริมเพื่อช่วยฟื้นฟูปatient (Supportive treatment) ให้กลูโคส (Glucose N.S.S) ทางเส้นเลือดดำ จากนั้นให้ methionine และวิตามินบำรุงตับบางครั้ง อาจใช้ thioctic acid (Alpha-lipoic acid) ผสมกับกลูโคส หรือน้ำเกลือเข้าทางเส้นเลือดดำ 300-500 มิลลิกรัมต่อวัน (50-150 มิลลิกรัมทุก 6 ชั่วโมง) จะช่วยรักษาตับและไตดีขึ้น

1.3 การใช้ Antitaphalloid serum ใช้ในฝรั่งเศสเรียกว่า antidote

1.4 การถ่ายพิษในกระเพาะออกโดยวิธี Hemodialysis บางแห่งใช้ Penicillin-G (250 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมต่อวัน) ร่วมกับ Choramphenicol และ Sulphamethoxazole ซึ่งจะช่วยขับถ่ายสารพิษพวก อะมานิติน

2. สารพิษ Muscarine

ทำการปฐมพยาบาลดังกล่าวในข้อ 1 แล้วใช้วิธี Antidote โดยฉีด atropine sulfate เข้าหลอดเลือดดำ โดยฉีดครั้งละ 0.5 - 1.0 มิลลิกรัม ถ้าจำเป็นอาจฉีดทุกครึ่งชั่วโมง ถ้าเป็นเด็กใช้เพียง 0.05 มิลลิกรัม

3. สารพิษ Gyromitrin

พบในเห็ดสกุล *Gyromitra* หลังจากการปฐมพยาบาลในข้อ 1 แล้ว ให้เพิ่มวิตามิน B6 ขนาด 250 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัมต่อวัน (ให้ครั้งละ 25 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ทางหลอดเลือดดำ)

ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเห็ดพิษ

เห็ดพิษในประเทศไทย จำแนกตามสารพิษ โดยสมาคมนักวิจัยและเพาะเห็ดแห่งประเทศไทย ได้จัดจำแนกเห็ดพิษ ที่สำรวจพบแยกตามกลุ่มสารพิษออกเป็น 7 กลุ่ม

 <p><i>Amanita virosa</i></p>	<p>1. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Cyclopeptides อะมาท็อกซิน (Amatoxins) และ ฟาโลท็อกซิน (Phallotoxins) เป็นสารพิษทำลายเซลล์ของตับไต ระบบทางเดินอาหารระบบเลือดระบบหายใจ และระบบสมองทำให้เสียชีวิตได้ นับได้ว่าเป็นสารพิษในเห็ดที่ร้ายแรงที่สุดผู้ป่วยถึงแก่ชีวิตภายใน 4-10 ชั่วโมง</p> <p>เห็ดหลายชนิดในสกุล <i>Amanita</i> สกุล <i>Galerina</i> และสกุล <i>Lepiota</i> จัดเป็นเห็ดพิษในกลุ่มนี้ ในประเทศมีอยู่ 2 ชนิด คือ</p> <p>1.1 <i>Amanita verna</i> (Bull. ex.fr.) Vitt ชื่อพื้นเมือง เห็ดระโงกหิน เห็ดไข่ตายซาก (ซาก) เห็ดชนิดนี้มีสีขาวล้วน เมื่อยังอ่อนมีเปลือกหุ้มสีขาวคล้ายเปลือกไข่ด้านบนสีน้ำตาลออกเมื่อเห็ดเจริญโตขึ้น</p> <p>1.2 <i>Amanita virosa</i> Secr. ชื่อพื้นเมือง เห็ดระโงกหินเห็ดไข่ตายซาก เช่นกันรูปร่างและสีของเห็ดเหมือนชนิดแรกต่างที่ <i>A. virosa</i> มีขนหยาบบนก้านและสปอร์ค่อนข้างกลมขนาด 8-10 ไมโครเมตร เห็ดชนิดนี้จะพบมากกว่าชนิดแรก</p>
 <p><i>Gyromitra esculenta</i></p>	<p>2. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Monomethylhydrazine</p> <p>เห็ดมีชื่อว่า Gyromitrin สารพิษนี้ทำให้คนถึงแก่ความตายถ้ารับประทานเห็ดดิบและน้ำต้มเห็ด เป็นสารพิษเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร ระบบประสาทและทำลายเซลล์ตับด้วย สารพิษในกลุ่มนี้พบในเห็ดสกุล <i>Gyromitra</i> ทั้งหมด ในประเทศไทยมีรายงาน อยู่ 1 ชนิด คือ <i>Gyromitra esculenta</i> ชื่อพื้นเมือง เห็ดสมองวัว ซึ่งเป็นเห็ดราในกลุ่ม Ascomycetes เพื่อความปลอดภัยไม่ควรรับประทานเห็ดดิบและน้ำต้มเห็ด แต่เมื่อต้มสุกแล้วรับประทานเนื้อได้ เห็ดชนิดที่กล่าวมาแล้วพบในป่าทางภาคเหนือ</p>



เห็ดหมึก

3. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Coprine สารพิษในกลุ่มนี้มีผลต่อระบบ

ประสาทต่อเมื่อรับประทานร่วมกับเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์ สารพิษในกลุ่มนี้มีอยู่ในเห็ดชนิดเดียวคือ *Coprinus atramentarius* (Bull.) Fr. ชื่อพื้นเมือง เห็ดทิ้งห้อย เห็ดน้ำหมึก หรือเห็ดตัวชอบขึ้นอยู่บนอินทรีย์วัตถุเช่นกองเปลือกถั่วเหลือง เกิดดอกเป็นกลุ่มใหญ่ เพื่อความปลอดภัยห้ามดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หลังรับประทานเห็ด เพราะสารพิษทำให้มีม้ามจนหมดสติได้ แต่จะหายเป็นปกติภายในเวลา 3-4 ชั่วโมง[†]

*Amanita muscaria*

4. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Muscarine

สารพิษในกลุ่มนี้มีผลต่อระบบประสาททำให้ผู้รับประทานมีอาการเพื่อคลั่งเคลิบเคลิ้มหมดสติอยู่เป็นเวลานาน ไม่มีผลทางสมอง คนป่วยไม่ถึงตายแต่มีอาการปางตาย ยกเว้นมีใจคือในทารกชั้นหรือเป็นเด็ก สารพิษในกลุ่มนี้ พบในเห็ดหลายชนิดในสกุล *Amanita* สกุล *Clitocybe* และสกุล *Inocybe* มีผู้รายงานไว้ในประเทศไทย 8 ชนิด คือ 1) *Amanita pantherina* ชื่อพื้นเมือง เห็ดเกล็ดดาว
2) *Amanita muscaria* เป็นเห็ดอีกชนิดหนึ่งที่พบน้อยกว่าชนิดแรก รูปร่างคล้ายเห็ด *Amanita pantherina* ที่แตกต่างก็คือมีหมวกสีแดงหรือแดงอมเหลือง นอกจากเห็ดทั้ง 2 ชนิดแล้วมีผู้รายงานเห็ดในสกุล *Inocybe* และ *Clitocybe* ไว้อีกสกุลละ 3 ชนิดโดยระบุว่าเป็นเห็ดมีพิษ สารพิษในกลุ่มนี้ ได้แก่
3) เห็ด *Inocybe destricata*, 4) *I. ifelix*, 5) *I. splendens*,
6) *Clitocybe flaccida*, 7) *C. gibba* และ 8) *C. phyllophila* แต่ *Clitocybe flaccida* และ *C. gibba* มีรายงานว่ารับประทานได้ เพื่อความปลอดภัยต้องศึกษาและเรียนรู้เห็ดแต่ละชนิดหลีกเลี่ยงรับประทานเห็ดในสกุล *Amanita*, *Clitocybe* และ *Inocybe* ไว้ก่อนเพราะถ้าเป็นเห็ดพิษอาการปางตาย



Amanita solitaria

5. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Ibotenic Acid และ Muscimol

สารพิษในกลุ่มนี้มีผลกระทบต่อระบบประสาทส่วนกลางทำให้เกิดอาการ เพ้อคลั่ง เคลิบเคลิ้ม คล้ายสารพิษ mescaline คนป่วยอาการปางตาย แต่ส่วนมากหายเป็นปกติพบในเห็ด *A. pantherina*, *Amanita muscaria*, *A. solitaria*, *A. strobiliformis*, *A. gemmata*, *Tricoloma muscarium* เห็ด 5 ชนิดหลัง ยังไม่มีผู้รายงานพบในประเทศไทยจากการพบสารพิษ ในกลุ่มนี้ ทำให้ทราบว่ามีสารพิษหลายกลุ่มในเห็ดชนิดเดียวกัน โดยเฉพาะ *A. muscaria* และ *A. pantherina* มีสารพิษทั้งกลุ่มนี้และกลุ่ม muscarine ในปริมาณมากน้อยที่แตกต่างกัน



Gymanopilus Aeruginosus

6. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Psilocybin และ Psilocin

เห็ดพิษที่มีสารกลุ่มนี้มีอาการทางประสาทหลอนหรือฝันและเวียนมา อาจถึงขั้นวิกลจริตกล่าวกันว่ามีอาการเห็นอะไรเป็นสีเขียวหมด ต่อมาอาการจะหายเป็นปกติ แต่ก็มีรายงานว่าอาจถึงตายได้ถ้ารับประทานมาก มีฤทธิ์แบบกับยาจึงเป็นที่ต้องการของตลาดและซื้อขายกันอย่างลับๆ แม้แต่ในประเทศไทยในแหล่งท่องเที่ยวหลายแห่ง ที่มีชื่อจัดว่าเป็นเห็ดประเภทยาเสพติดซึ่งมีอยู่ด้วยกันหลายชนิดคือ *Copelandia cyanescens* (Berk. & Br.) Sing. *Psilocybe cubensis* (Earle) Sing. ชื่อสามัญ เห็ดขี้ควาย บางแห่งเรียกเห็ดโอสถลงจิต *Gymanopilus Aeruginosus* (Peck) Sing. ชื่อสามัญ เห็ดขนอนสีทองเกล็ดแดง §

7. กลุ่มที่สร้างสารพิษ Gastrointestinal และสารพิษอื่น ๆ

สารพิษในกลุ่มนี้ทำให้เกิดอาการกับระบบทางเดินอาหารมีอาการคลื่นไส้อาเจียน และท้องร่วง เห็ดพิษในกลุ่มนี้มีมากมายบางชนิดก็พบสารพิษว่าเป็นชนิดใดบ้างแล้ว แต่อีกหลายชนิดยังไม่มีการวิจัยถ้ารับประทานเห็ดพิษกลุ่มนี้ปริมาณที่มากก็อาจถึงตายได้ นอกจากนี้เห็ดพิษชนิดเดียวกันบางคนมีอาการแต่บางคนไม่แสดงอาการเมื่อรับประทานพร้อมกันเห็ดพิษในกลุ่มนี้มีหลายชนิดเมื่อรับประทานดิบจะเป็นพิษ แต่ถ้าต้มสุกแล้วไม่เป็นอันตรายเพราะความร้อนทำให้พิษถูกทำลายหมดไปกลายเป็นเห็ดรับประทานได้ ส่วนหนึ่งของเห็ดมีพิษในกลุ่มนี้ที่พบในประเทศไทยได้แก่

- 1) *Chlorophyllum molybdites* (Meyer. ex. Fr.) Mass. ชื่อสามัญ เห็ดหัวกวอดครีบเขียว
- 2) *Gomphus floccosus* (Schw.) Sing. ชื่อสามัญ เห็ดกรวยเกล็ดทอง
- 3) *Clarkeinda trachodes* (Berk.) Sing. ชื่อสามัญ เห็ดไข่น้ำ *Russula emetia* (Schaeff. ex. Fr.) Pers. ex.S.F.
- 4) Gray ชื่อสามัญ เห็ดแดงน้ำหมาก
- 5) *Scleroderma citrinum* Pers. ชื่อสามัญ เห็ดไข่หงส์



Chlorophyllum molybdites

เอกสารอ้างอิง

1. สุรจิต สุนทรธรรม สารพิษจากเห็ด หลักการวินิจฉัยและรักษาภาวะเป็นพิษ บทที่ 24 บรรณาธิการ สมิง เก้า เจริญ และคณะ 2541 : 362 – 374
2. ฉันทนา จุติเทพรักษ์, ดร. ฉลอง ก่อเนันทเกียรติ, สุรีย์ เจียรณมงคล ชนิดของเห็ดพิษ การตรวจสอบ การรักษา และการป้องกันพิษภัยจากสารตามธรรมชาติ พิษ สัตว์ จุลินทรีย์ 2531 : 7 -19
3. พาณี เตชะเสน เห็ดพิษ พิษวิทยา หลักการวินิจฉัยและรักษา 2521 : 77 – 90
4. อรุณี จันทรสนิท บรรณาธิการ “ เห็ดพิษ ” สมาคมนักวิจัยและเพาะเห็ดแห่งประเทศไทย พิมพ์ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ. 2543 บริษัท นิเวศรวมดาการพิมพ์ ประเทศไทย 158 ซอยดอนกุศล ถนนเจริญกรุง 57 แขวงยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
5. สมาคมนักวิจัยและเพาะเห็ดแห่งประเทศไทย. เห็ดพิษ กรุงเทพฯ : บริษัทนิเวศรวมดาการพิมพ์(ประเทศไทย) จำกัด, 2543.