

## **Pilzvergiftungen sind besonders tückisch: So helfen Sie richtig - Gesundheits-Tipps des Roten Kreuzes**

[Von: Deutsches Rotes Kreuz](#)

Die Pilzsaison ist in diesem Jahr besonders lang und ergiebig. Dadurch stieg Zahl der Pilzvergiftungen rasant an. Bereits im Juli hatte sich nach Angaben des Giftinformationszentrums-Nord (zuständig für Bremen, Hamburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein) die Zahl der Pilzvergiftungen im Vergleich zu den Vorjahren verdoppelt. Vorsicht ist also geboten. Immer wieder landen giftige Pilze auf dem Teller, deren Verzehr je nach Menge und Art zum Tod führen kann. DRK-Bundesarzt Prof. Peter Sefrin erklärt, woran Sie eine Vergiftung erkennen und wie Sie Erste Hilfe leisten können.

### **Tipp 1: Schwere Vergiftungen kommen mit Verspätung**

Erste Anzeichen einer Pilzvergiftung sind Übelkeit, Krämpfe und Erbrechen, Schweißausbrüche, geistige Verwirrtheit, Unruhe oder Schläfrigkeit. Sie treten häufig innerhalb der ersten vier Stunden nach dem Verzehr auf. Wenn diese Beschwerden noch später bemerkt werden, deutet das auf eine schwere Vergiftung hin. Dann drohen Organschädigungen und es besteht akute Lebensgefahr.

### **Tipp 2: Rettungsdienst und Giftnotruf einschalten**

Setzen Sie beim Verdacht einer Pilzvergiftung den Notruf (112) ab und nehmen Sie Kontakt zur Giftnotrufzentrale (030 19 240) auf. Folgen Sie den Anweisungen von Rettungsdienst und Giftnotrufzentrale.

Sprechen Sie den Betroffenen an, beruhigen Sie ihn. Fragen Sie nach, wann welche Pilzart verzehrt wurde und die ersten Beschwerden aufgetreten sind. Für eine gezielte Behandlung benötigt der Rettungsdienst möglichst genaue Angaben über Ursache und Verlauf sowie über Art, Zustand, Lagerung und Transport der Pilze. Verwenden Sie keine Hausmittel. Bei Erbrechen geben Sie Hilfestellung, kein zusätzliches Erbrechen herbeiführen. Stellen Sie das Erbrochene, ggf. auch Reste der Mahlzeit sicher und übergeben Sie diese dem Rettungsdienst.

Vermeiden Sie den Kontakt mit der giftigen Substanz, z.B. durch Schutzhandschuhe. Überprüfen Sie Atmung und Bewusstsein, beruhigen Sie das Opfer bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes. Bei Bewusstlosigkeit und normaler Atmung bringen Sie den Betroffenen in die stabile Seitenlage und decken Sie ihn zu. Bei fehlender normaler Atmung und Bewusstlosigkeit beginnen Sie mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung (30mal Herzdruckmassage und 2mal Atemspende im Wechsel) Drücken Sie bei der Herzmassage mit dem Handballen das Brustbein ca. 5-6 cm tief ein, und zwar mehr als 3mal pro 2 Sekunden. Die Herzdruckmassage sollte eine Frequenz von mindestens 100 bis maximal 120mal pro Minute haben. Führen Sie die Maßnahme bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes fort, so Prof. Sefrin.

### **Tipp 3: So beugen Sie vor**

Essen Sie nichts, was Sie nicht eindeutig bestimmen können. Transportieren und lagern Sie Pilze in einem gut belüfteten Korb, in Plastiktüten können sich Pilze schnell zersetzen. Pilze möglichst schnell verwerten. Auch verdorbene Pilze lösen eine Vergiftung aus. Achten Sie auf die richtige Zubereitung und ausreichende Garzeiten, nur wenige Pilze dürfen roh verspeist werden.

[Twitter](#)

