



Red fly agaric / brown fly agaric / panther agaric (*Amanita muscaria* var. *muscaria* /var. *regalis* /*pantherina*)

(ภาษาออร์เวย์: Rød / Brun / Panter fluesopp)

เห็ดประเภทนี้มีครีบอกขาวและก้านเป็นวงแหวน ฐานก้านมีลักษณะเป็นกระเปาะ หมวกเป็นสีออกแดงหรือน้ำตาลแต้มสีขาวที่บริเวณส่วนบนของผิว ซึ่งอาจหลุดร่อนออกมาได้



ความเป็นพิษ

เห็ด *Amanita* ทั้งสามชนิดเป็นพิษต่อระบบประสาท อาการที่พบมักแสดงออกภายใน 30 นาทีถึง 3 ชั่วโมงหลังรับประทาน แม้เพียงปริมาณเล็กน้อยก็อาจทำให้เกิดอาการสับสน วิงเวียน ใจสั่น และท้องเสีย พบอาการเป็นพิษรุนแรงน้อยแต่หากรับประทานเป็นปริมาณมากก็อาจทำให้เกิดอาการรุนแรงจนต้องเข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาล

Orange birch bolete (*Leccinum versipelle*)

(ภาษาออร์เวย์: Rødskrubb)

เห็ดชนิดนี้มีหมวกสีน้ำตาลออกแดงและก้านสีขาวปกคลุมด้วยเกล็ดสีดำ เนื้อจะคล้ำลงเมื่อตัดเปลือก เห็ดชนิดนี้พบได้ทั่วไปในพื้นที่ต่าง ๆ ของนอร์เวย์



ความเป็นพิษ

เห็ดหมวกส้มนี้สามารถรับประทานได้โดยจะต้องปรุงสุกเป็นเวลาอย่างน้อย 15 นาที ทั้งนี้เห็ดชนิดนี้ที่ได้รับความร้อนไม่เพียงพอ ในขณะที่ปรุงอาจทำให้เกิดอาการท้องเสียซึ่งพบได้บ่อยครั้งในนอร์เวย์มากกว่าเห็ดชนิดอื่น ๆ อาจเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ปวดเกร็งท้องภายในสองถึงสามชั่วโมงหลังรับประทาน อาการมักหายไปใน 1-2 วัน การรับประทานเป็นจำนวนมากอาจทำให้เกิดผลกระทบต่อระบบทางเดินอาหารและต้องเข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาล

Brown roll-rim (*Paxillus involutus*)

(ภาษาออร์เวย์: Pluggsopp)

เห็ดชนิดนี้มีหมวกสีน้ำตาลขอบม้วนเข้า ก้านสีน้ำตาล โดยครีบอกจะมีสีคล้ำหากชื้น

เห็ดขอบม้วนสีน้ำตาลนี้พบได้ทั่วไปในนอร์เวย์.



ความเป็นพิษ

เห็ดขอบม้วนสีน้ำตาลมีสารพิษหลายตัวที่ทำให้เกิดอาการแตกต่างกันไป อาจเกิดอาการอาเจียน ท้องเสีย และปวดเกร็งท้องขึ้นภายใน 30 นาทีถึง 3 ชั่วโมงหลังบริโภคเห็ดสด การรับประทานเห็ดขอบม้วนปรุงสุกซ้ำอาจทำให้เกิดพิษรุนแรง ซึ่งจะไปที่ปลายเซลล์เม็ดเลือดแดงและไต

เห็ดพิษในนอร์เวย์



ป่าของนอร์เวย์เป็นแหล่งกำเนิดของเห็ดทั้งที่รับประทานได้และไม่ได้ และยังมีเห็ดที่มีพิษอีกด้วย เห็ดที่มีพิษร้ายแรงที่สุดในนอร์เวย์มีลักษณะคล้ายกับเห็ดป่าที่รับประทานได้ ซึ่งบางประเทศมีการเก็บบริโภคกันทั่วไป

คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ในการเก็บเห็ดป่า:

- คุณจะต้องจำแนกเห็ดได้อย่างถูกต้องก่อนเก็บมาเพื่อบริโภค
- อย่าชิมเห็ดที่ไม่รู้จักโดยเด็ดขาด เห็ดที่มีพิษร้ายแรงหลายชนิดมีรสชาติอ่อน ๆ
- เข้าร่วมการฝึกอบรม เกี่ยวกับวิธีการจำแนกเห็ด
- ในกรณีที่สงสัยว่าได้รับพิษ กรุณาติดต่อศูนย์ข้อมูลพิษวิทยาของนอร์เวย์

Norwegian Poison Information Centre

โทร: 22 59 13 00 (บริการฉุกเฉิน 24 ชั่วโมง)

www.giftinfo.no

เอกสารฉบับนี้จัดทำขึ้นโดยศูนย์ข้อมูลพิษวิทยาของนอร์เวย์ (Norwegian Poison Information Centre) (www.giftinfo.no).

สามารถส่งคู่มือจัดพิมพ์ฉบับเต็มในภาษาออร์เวย์หรือควานีโพลด์ได้จากเว็บไซต์

Norges sopp- og nyttevekstforbund สมาคมผู้ศึกษาด้านเชื้อรา เห็ดและพืชที่เป็นประโยชน์

(www.soppognyttevekster.no) ได้จัดทำหลักสูตรเกี่ยวกับ

การจำแนกเห็ด และชุดข้อมูลสำหรับบุคคลทั่วไปเพื่อช่วยในการตรวจสอบผลผลิตที่เก็บได้



Destroying angel

Destroying angel

(*Amanita virosa*)

(ภาษาออร์เวย์: Hvit fluesopp)

เห็ดมีลักษณะเป็นสีขาวทั้งหมด (หมวก ก้าน ครีบ และเนื้อเห็ด) ก้านเห็ดจะมีลักษณะเป็นแหวนซึ่งอาจแยกตัวออกมาได้ ด้านล่างสุดของก้านจะหุ้มอยู่ด้วยถุงหุ้ม เห็ดชนิดนี้มักพบได้ทั่วไปในป่าของนอร์เวย์



Death cap

Death cap

(*Amanita phalloides*)

(ภาษาออร์เวย์: Grønn fluesopp)

สีของหมวกมีทั้งสีเขียวไปจนถึงน้ำตาล และเหลือง ครีบและก้านเป็นสีขาว ก้านเห็ดจะมีลักษณะเป็นแหวนซึ่งอาจแยกตัวออกมาได้ ด้านล่างสุดของก้านจะหุ้มอยู่ด้วยถุงหุ้ม เห็ดชนิดนี้พบได้ยากในนอร์เวย์



Funeral bell

Funeral bell

(*Galerina marginata*)

(ภาษาออร์เวย์: Flatklokkehatt)

เห็ดมีลักษณะเป็นสีน้ำตาลทั้งหมด (ครีบ ก้านและเนื้อเห็ด) ตัวอย่งมักมีขนาดเล็ก เห็ดชนิดนี้พบได้ทั่วไปในนอร์เวย์ โดยมากมักโตรวมกันเป็นกระจุกตามเปลือกไม้หรือตอไม้



Deadly webcap

Deadly webcap

(*Cortinarius rubellus*)

(ภาษาออร์เวย์: Spiss giftslørsopp)

เห็ดมีลักษณะเป็นสีน้ำตาลออกแดงทั้งหมด (หมวก ก้าน ครีบและเนื้อเห็ด) เห็ดชนิดนี้พบได้ทั่วไปในป่าของนอร์เวย์



Fool's webcap

Fool's webcap

(*Cortinarius orellanus*)

(ภาษาออร์เวย์: Butt giftslørsopp)

มีลักษณะคล้ายกับ Deadly Webcap แต่หมวกเห็ดจะมีลักษณะเว้า เป็นเห็ดที่พบได้น้อยในนอร์เวย์แต่สามารถพบได้ในป่าสลับใบ

ความเสี่ยงจากการจำแนกผิดพลาด

Deadly Webcap มักโตในบริเวณเดียวกันกับเห็ด **Funnel Chanterelle (*Craterellus tubaeformis*)** ที่รับประทานได้ อีกทั้งเห็ดทั้งสองชนิดนี้ยังมีสีที่ใกล้เคียงกัน (ดูจากภาพ) จำเป็นอย่างยิ่งในการตรวจจำแนกเห็ดก่อนเก็บเพื่อให้แน่ใจว่า **Deadly Webcap** ไม่ปะปนอยู่กับเห็ด **Chanterelles** ที่รับประทานได้



Deadly webcap และ Chanterelles

ความเป็นพิษ

การบริโภคเห็ดสามชนิดเหล่านี้แม้เพียงปริมาณเล็กน้อยก็อาจทำให้เกิดพิษรุนแรงได้ หลังเวลาผ่านไปอย่างน้อย 6 ชั่วโมง อาจเกิดอาการ เช่น ท้องเสีย ถ่ายเหลว ปวดเกร็งที่ท้อง และอาเจียน อาจส่งผลต่อตับอย่างรุนแรงและเป็นอันตรายต่อชีวิตภายใน 2-3 วัน หากสงสัยว่าได้รับพิษ กรุณาติดต่อศูนย์ข้อมูลพิษวิทยาของนอร์เวย์ผ่านสายด่วนให้บริการฉุกเฉินตลอด 24 ชั่วโมง

ความเป็นพิษ

Webcap ทั้งสองชนิดแม้เพียงปริมาณเล็กน้อยก็มีพิษเพียงพอที่จะทำให้ไตเสียหายอย่างรุนแรง อาการเป็นพิษจะไม่ปรากฏขึ้นจนกว่าจะผ่านไปแล้วอย่างน้อย 2 วันหลังการบริโภค ซึ่งจะมีลักษณะคล้ายกับไข้หวัดใหญ่ เช่น เป็นไข้ หรือปริมาณปัสสาวะเพิ่มขึ้นหรือลดลง มีโอกาสเสี่ยงสูงที่จะทำให้ไตวายภายใน 3-10 วัน หากสงสัยว่ารับประทานเข้าไปโดยไม่ตั้งใจ กรุณาติดต่อศูนย์ข้อมูลพิษวิทยาของนอร์เวย์ผ่านสายด่วนให้บริการฉุกเฉินตลอด 24 ชั่วโมงเพื่อขอคำแนะนำในการติดตามอาการเพิ่มเติม