

เห็ดพิษ

ประเทศไทยมีสภาพภูมิอากาศเหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเห็ดในสภาพธรรมชาติ เห็ดเหล่านี้สามารถนำมาประกอบอาหารได้ แต่ในขณะเดียวกันเห็ดบางชนิดอาจเป็นเห็ดพิษ หรือเห็ดเมาที่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภค และความเป็นพิษอาจทำให้เป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ เห็ดที่สามารถนำมาบริโภคได้อย่างปลอดภัยมีอยู่เป็นจำนวนมาก แต่จะมีเห็ดพิษหรือเห็ดเมาอยู่ไม่ถึง 100 ชนิด เห็ดพิษที่จัดว่าร้ายแรงที่สุดได้แก่ เห็ดในสกุล Amanita สกุล Helvella ส่วนในสกุลอื่นๆ ไม่เป็นอันตรายมากนักอาจทำให้เกิดอาการมึนเมาเท่านั้น

ระดับความเป็นพิษ

เห็ดพิษหรือเห็ดเมา สามารถจำแนกระดับความเป็นพิษที่เกิดขึ้นได้เป็น 3 ระดับ

1. มีพิษรุนแรง ทำให้เสียชีวิตได้
2. มีพิษรุนแรง ไม่ถึงกับเสียชีวิต
3. เป็นพิษระดับอ่อน หรือเป็นเห็ดเมา

สารพิษที่พบในเห็ด

ปัญญา และกิตติพงษ์ (2538) ได้กล่าวถึงสารพิษที่พบในเห็ดและเห็ดพิษที่พบในไทยไว้ ดังนี้ จากการศึกษาเห็ดที่เป็นพิษต่อมนุษย์ หรือเห็ดเมา พบว่ามีเห็ดหลายชนิดที่เป็นเห็ดพิษ ได้แก่ *Amanita muscaria*, *Amanita phalloides*, *Corpinus atramentarius* ฯลฯ เห็ดพวกนี้มีสารพิษที่มีฤทธิ์แตกต่างกัน ซึ่งจำแนกออกได้ 7 ชนิด คือ

1. สารพิษพวกอะมานิติน (Amanitin) หรืออะมานิต้า ท็อกซิน (Amanita toxin) จัดเป็นสารพิษที่ทำลายเซลล์เกือบทุกส่วนของร่างกาย โดยเฉพาะที่ตับ หัวใจ และไต จึงจัดเป็นสารพิษที่เป็นอันตรายสูง

ลักษณะของสารพิษ จัดเป็นกลุ่ม Cyclopeptides ประกอบด้วย Phalloin, α -amanitin, β -amanitin และ γ -amanita

ลักษณะอาการเป็นพิษ สารที่จัดเป็นพิษร้ายแรงต่อมนุษย์ก็คือ สารแอลฟา อะมานิติน (Alpha amanitin) สารพวกนี้จะทำลายเซลล์เกือบทุกส่วนของร่างกาย จัดเป็นสารพิษแบบ protoplasmic poison อาการจะแสดงออกหลังจากรับประทานเห็ดแล้ว 6-12 ชม. บางรายอาจถึง 24 ชม. โดยจะเริ่มมีอาการผิดปกติเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร ผู้ที่ได้รับสารพิษจะอาเจียนอย่างรุนแรงและท้องเดินไม่หยุด ต่อมาจะเกิดอาการเป็นตะคริว ความดันโลหิตต่ำ จะตายในที่สุด เพราะสารพิษพวกนี้จะทำลายเซลล์ของตับ หัวใจ และไต ผู้ที่ได้รับสารพิษอาจตายได้ใน

ระยะแรกที่ดับขมโต เจ็บบริเวณตับ บางรายอาจเป็นดีซ่าน ต่อมาจะลึ้มป่วย ในรายที่หายป่วยจากอาการแทรกที่ดับ คือดับขมโต และไม่สามารถทำหน้าที่ได้ตามปกติ

การปฏิบัติดูแลรักษาผู้ที่ได้รับสารพิษ ในเห็ดพิษพวก *Amanita phalloides*, *Amanita virosa* และ *Amanita verna* ควรปฏิบัติเป็นขั้นๆ ดังนี้

- เมื่อผู้ป่วยรับประทานเห็ดพิษที่มีสารอะมานิตินเข้าไป ให้ทำให้อาเจียนก่อน (induce vomiting) โดยการล้วงคอให้ผู้ป่วยอาเจียนเอาเศษเห็ดที่เหลือตกค้างอยู่ในกระเพาะอาหารออกให้หมด
- หลังจากนั้นให้ล้างกระเพาะ (gastric lavage) โดยการใช้น้ำสุกประมาณ 2-4 ลิตร ผสมกับผงถ่าน (activated charcoal) ช่วยชะล้างเศษชิ้นส่วนของเห็ด พร้อมกับดูดสารพิษออกมา จากนั้นให้ทำการสวนอุจจาระ เพื่อไม่ให้เศษเห็ดหลงเหลืออยู่ในระบบทางเดินอาหาร
- ฉีดกลูโคส (Glucose N.S.S) ทางเส้นเลือด จากนั้นจึงให้ methionine และวิตามินบำรุงตับบางครั้งอาจใช้ Thiocic acid ผสมกับกลูโคส หรือน้ำเกลือเข้าทางเส้นเลือดดำ 300-500 มิลลิกรัมต่อวัน วิธีการนี้สามารถช่วยรักษาตับและไตให้ดีขึ้น
- การใช้ Antiphalloid serum เป็นวิธีการที่ใช้ในประเทศฝรั่งเศส วิธีการนี้ เรียกว่า Antidose ในขณะนี้ได้ใช้ทดลองในสัตว์ ปรากฏว่าได้ผลดีโดยใช้ Cytochrome C.
- การถ่ายพิษในกระเพาะออกโดยวิธีการ Hemodialysis บางแห่งใช้สารพวกเพนนิซิลิน (Penicillin) ร่วมกับคลอแรมฟินิโคล (Chloramphenicol) และ Sulphamethoxazole จะช่วยขับถ่ายสารพิษพวก Amanitin โดยสารดังกล่าวจะเข้าแย่งที่ plasma albumin binding site ของ Amanitin ทำให้สารพิษถูกขับออกมาได้ง่าย

2. สารพิษพวกมัสคารีน (Muscarine) สารพวกนี้พบในเห็ดพวกอะมานิต้า มัสคาเรีย (*Amanita muscaria*) อะมานิต้า แพนเธอริน่า (*Amanita pantherina*) และยังพบในเห็ดพวกอินocybe (*Inocybe* sp.)

ลักษณะอาการผู้ที่ได้รับสารพิษ สารพิษพวกนี้กระตุ้นการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติที่เรียกว่า พาราซิมพาเทติก (parasympathetic) ทำให้ผู้ที่ได้รับสารพิษเกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน ชีพจรเต้นช้า และไม่เป็นจังหวะ รูม่านตาหดแคบ หายใจไม่สะดวก เหงื่อแตก น้ำตาและน้ำลายไหล อาการจะเริ่มปรากฏหลังจากรับประทานแล้ว 15-20 นาที

การปฏิบัติดูแลผู้ที่ได้รับสารพิษ ถ้าผู้ป่วยได้รับสารพิษพวก มัสคารีน ควรปฏิบัติแก้ไข ดังนี้

- ทำให้ผู้ที่ได้รับสารพิษอาเจียนโดยการล้วงคอ แล้วล้างกระเพาะอาหารด้วยน้ำสุก 2-4 ลิตร ผสมกับผงถ่าน charcoal และทำการสวนอุจจาระ

- ให้วิธี Antidote โดยการฉีด Atropine sulfate เข้าใต้ผิวหนัง โดยการฉีดครั้งละ 0.5-1.0 มิลลิกรัม ถ้าจำเป็นอาจฉีดทุกๆ ครั้งชั่วโมงได้

3. สารเตตราเอธิลไซแรมไดซัลไฟด์ (Tetraethylthiuram disulfide-like substance) จัดเป็นสารพิษที่รวมกับแอลกอฮอล์แล้ว จึงจะเกิดเป็นพิษเนื่องจากมีแอลกอฮอล์ค้างในร่างกาย เห็นนี้สามารถนำมารับประทานเป็นอาหารได้โดยไม่เป็นอันตราย แต่ถ้ารับประทานร่วมกับเหล้าจะแสดงอาการของพิษออกมาได้

ลักษณะอาการผู้ได้รับสารพิษ สำหรับผู้ที่รับประทานเห็ดที่มีสารพิษพวกนี้เข้าไปจะแสดงอาการออกมดังนี้

- การแสดงอาการเป็นพิษแบบ TETD-ethanol reaction ทำให้แอลกอฮอล์ไม่ถูกขับถ่ายหรือถูกเผาผลาญตามปกติ จึงเกิดอาการเมาค้าง
- อาการเป็นพิษถ้ากินเห็ดแกล้มเหล้า จะเกิดอาการหลังจากรับประทานเห็ดเข้าไป 1-2 ชม. ถ้าไม่กินเห็ดแกล้มเหล้า แต่ดื่มเหล้าหลังจากรับประทานเห็ดภายใน 48 ชม. ก็จะเกิดอาการเป็นพิษได้เช่นกัน

- ผู้ได้รับสารพิษจะหายใจหอบ ใจสั่น หน้าแดง ชีพจรเต้นเร็วแต่ไม่อาเจียน หรือท้องเดิน

การปฏิบัติดูแลผู้ได้รับสารพิษ ควรปฏิบัติดังนี้

- ผู้ป่วยที่ได้รับสารพิษไม่มากนัก จะแสดงอาการเป็นพิษไม่นานแล้วหายไปเอง
- ถ้าผู้ป่วยมีอาการหนัก ควรแก้ไขโดยทำให้อาเจียน โดยล้วงคอแล้วล้างกระเพาะ

4. สารคล้ายเรซิน (Resin-like substance) สารพิษพวกนี้พบในเห็ดบางพันธุ์ที่อยู่ในสกุลอะการ์ริคัส (Agaricus) โบลิทัส (Boletus) แคนธารลลัส (Cantharellus) รัสซูล่า (Russula) คลาวาเรีย (Clavaria) ไคลโตไซเบ (Clitocybe) พาซิลลัส (Paxillus)

ลักษณะอาการของผู้ได้รับสารพิษ ผู้ที่ได้รับสารพิษพวกนี้ จะแสดงอาการดังนี้

- สารพิษพวกนี้มีฤทธิ์ระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร อาการจะแสดงออกหลังจากรับประทานเห็ดเข้าไปแล้ว ½ - 2 ชม.
- ผู้ที่ได้รับสารพิษจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน และรู้สึกปวดมวนในท้อง

การปฏิบัติดูแลผู้ได้รับสารพิษ ให้ใช้วิธีล้างกระเพาะ คล้ายกับการปฏิบัติดูแลผู้รับสารพิษพวก Amanitin

5. สารพิษพวกไซโลไซบินและไซโลซิน (Psilocybin and Psilocin) ซึ่งเป็นอนุพันธ์ของทรีตามีน (Tryptamine derivative)

ลักษณะอาการของผู้ได้รับสารพิษ ผู้ที่ได้รับสารพิษชนิดนี้ จะแสดงอาการดังนี้

- สารพิษพวกนี้มีฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้เกิดจิตประสาทหลอน
- ผู้ที่ได้รับสารพิษ จะเกิดอาการภายในเวลา 30-60 นาที หลังจากรับประทานเห็ดเข้าไป ส่วนอาการของประสาทหลอนจะเกิดนานประมาณ 5-10 ชม.

การปฏิบัติดูแลรักษาผู้ได้รับสารพิษ ปฏิบัติดูแลผู้ที่ได้รับสารพิษคล้ายกับผู้ที่ได้รับสารพิษพวกอะมานิติน

6. สารพิษพวกเฮลเวลลิก แอซิด (Helvellic acid) จัดเป็นสารพิษที่พบอยู่ในเห็ดพวกเฮลเวลล่า เอสคูเลนต้า (*Helvella esculenta*) เฮลเลล่า ไกแกส (*Helvella gigas*) และเฮลเวลล่า อันเดอร์ วูดดิโอ (*Helvella under woodii*)

ลักษณะอาการผู้ได้รับสารพิษ สารพิษพวกนี้มีฤทธิ์เป็น protoplasmic poison ต่อเซลล์ต่างๆของร่างกาย เซลล์ที่ได้รับอันตรายมากที่สุดคือเซลล์ของตับ อาการของพิษจะแสดงออกมาปรากฏให้เห็นหลังจากรับประทานอาหารเข้าไป 6-10 ชม. ผู้ป่วยหรือผู้ที่ได้รับสารพิษ จะอาเจียน ปวดบริเวณท้องได้คลื่นไส้ ลักษณะอาการคล้ายผู้ได้รับสารพิษอะมานิติน แต่ต้องไม่เดิน

การปฏิบัติดูแลรักษาผู้ได้รับสารพิษ ปฏิบัติคล้ายกับผู้ได้รับสารพิษพวก อะมานิติน

7. สารพิษพวกพิลซาโทรปีน (Pilzatrophine) ซึ่งอาจเรียกว่าอะโทรปีน (atropine) หรือมัสคาริดีน (muscaridine) จัดเป็นสารพิษที่พบในเห็ดอะมานิต้า มัสคารเรีย (*Amanita muscaria*) อะมานิต้า แพนเธอริน่า (*Amanita pantherina*) แต่ปริมาณของสารพิษจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับชนิดของดินและสภาพแวดล้อมที่เห็ดเจริญเติบโต โดยเฉพาะเห็ดที่เจริญแถบไซบีเรีย พบว่ามีปริมาณสารพิษค่อนข้างสูง

ลักษณะอาการของผู้ได้รับสารพิษ เป็นสารพิษที่มีฤทธิ์ตรงข้ามกับมัสคาริน หรือเป็นสารพิษที่ยับยั้งหรือขัดขวางการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ พาราซิมพาเธติก คล้ายกับการถูกพิษพวกอะโทรปีน อาการของผู้ที่ได้รับสารพิษจะปรากฏออกมาให้เห็น หลังจากรับประทานเห็ดพิษ 1/2 - 2 ชม. ผู้ที่ได้รับสารพิษจะมีอาการกระสับกระส่าย ตาพร่ามัว รูม่านตาขยายกว้าง บางครั้งผู้ได้รับสารพิษเพื่อคลื่น ชีพจรเต้นเร็ว และอาจหมดสติได้ แต่จะฟื้นขึ้นมาเองภายใน 24 ชม.

การปฏิบัติดูแลรักษาผู้ได้รับสารพิษ ควรปฏิบัติดังนี้

- ล้างคอให้ผู้รับประทานเห็ดพิษอาเจียนเอาเศษชิ้นส่วนของเห็ดออกมา ตามด้วยการล้างกระเพาะ โดยการใช้น้ำสุก 2-4 ลิตร ผสมกับผงถ่าน และควรทำการสวนอุจจาระด้วย
- ให้ฉีด Pyridostigmine bromide (Mestinon of Roche) จำนวน 1-2 มิลลิกรัม เข้ากล้ามเนื้อด้วย

เห็ดพิษในสกุลอะมานิต้า

เห็ดที่เป็นพิษร้ายแรง จัดเป็นเห็ดในสกุลอะมานิต้า เห็ดพวกนี้มีหลายชนิด คือ

- อะมานิต้า ฟัลลอยด์ (*Amanita phalloides*)
- อะมานิต้า ไวโรซ่า (*Amanita virosa*)
- อะมานิต้า เวอร์น่า (*Amanita verna*)
- อะมานิต้า แพนเทอร์ริน่า (*Amanita pantherina*)
- อะมานิต้า มัสคาเรีย (*Amanita muscaria*)

สำหรับเห็ดพวกอะมานิต้า แพนเทอร์ริน่า อะมานิต้า มัสคาเรีย มีความเป็นพิษร้ายแรงไม่มากนัก และเห็ดในสกุลนี้มีหลายชนิดที่สามารถนำมารับประทานได้ เห็ดในสกุลอะมานิต้าที่เป็นพิษ มีลักษณะเด่นที่สำคัญ ดังนี้

1. หมวกดอก (cap) หมวกดอกของเห็ดในสกุลอะมานิต้ามีหลายสี
2. ครีบดอก (gills) และสปอร์มีสีขาว
3. วงแหวน (ring) ตามปกติเป็นพวกเนื้อเยื่อ ที่ติดกับครีบข้างใต้หมวกดอก เมื่อดอกเห็ดเจริญเติบโตเต็มที่ เนื้อเยื่อพวกนี้จะฉีกขาดเหลือเป็นเยื่อบางๆ รอบก้านดอก ซึ่งมีลักษณะคล้ายถ้วยหุ้มโคนดอกเห็ด (ภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 จากซ้ายมือ *Amanita phalloides*, *A. verna* และ *A. Muscaria*
ที่มา : สุมาลี (2539)

อนงค์ (2539) ได้กล่าวถึงเห็ดพิษเมืองไทยว่า ทุกปีจะมีข่าวคนกินเห็ดที่สำคัญผิดคิดว่ากินได้หรือเหมือนที่เคยกิน แล้วเกิดเป็นอันตราย และบ่อยครั้งถึงแก่ชีวิต โดยเฉพาะทางภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งนิยมกินเห็ดป่ามากกว่าภาคอื่น เช่น กินเห็ดไขห่านดินตัน ที่เมื่อ

ยังอ่อนอยู่จะคล้ายกับเห็ดไข่ห่านมาก และได้ให้รายละเอียดไว้ ดังนี้ เห็ดสกุล *Amanita* ที่พบในบ้านเราในฤดูฝนเป็นจำนวนมากนั้นแบ่งออกได้เป็นเห็ดกินได้ และเห็ดพิษที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน และเกิดความเข้าใจผิดเสมอ ได้แก่

เห็ดกินได้

คือ เห็ดระโงกดอกสีขาวและเหลือง (อีसान) หรือเห็ดไข่ห่านขาวดินตัน (เหื่อนื่อ) ชื่อวิทยาศาสตร์ คือ *Amanita princeps* Corner เห็ดระโงกทั้งชนิดขาวและเหลืองเป็นเห็ดที่รับประทานได้ ไม่มีพิษ มีรสชาติหวานอร่อยและมีกลิ่นหอมเฉพาะของเห็ดชนิดนี้ เมื่อถูกความร้อน โพลีแซคคาไรด์ที่อยู่ผิวของสายใยจะพองน้ำ ทำให้มีเมือกออกมาเล็กน้อยในอาหารที่ปรุง โพลีแซคคาไรด์จะยังมีเพิ่มขึ้น เมื่อต้มกับน้ำเป็นระยะเวลาพอเหมาะ ซึ่งจะมีลักษณะเป็นเมือกๆ รอบๆ ชิ้นส่วนของเห็ด เมื่อนำมาปรุงรสกับเครื่องแกงป่าหรือแกงผสมกับน้ำคั้นจากใบย่านาง จะทำให้เพิ่มรสชาติและความหอม (สุมาลี, 2539)
(ภาพที่ 1.2)



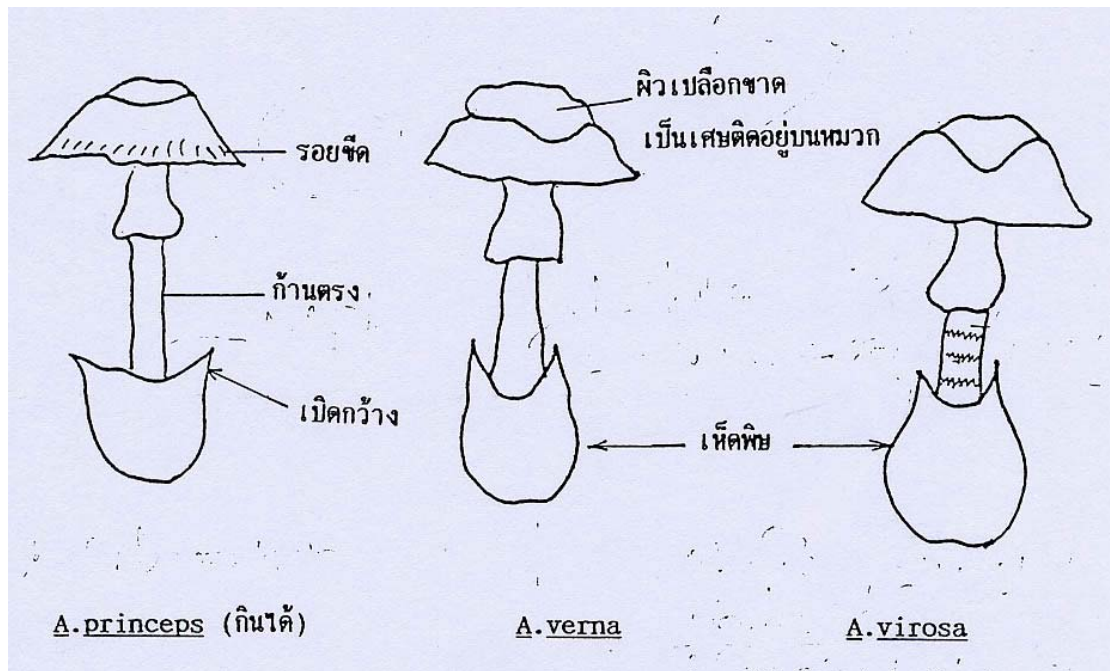
ภาพที่ 1.2 ลักษณะของเห็ดระโงกขาว
ที่มา : คำเกิง (2545)

เห็ดพิษ

คือ เห็ดระโงกหิน ประกอบด้วยเห็ด 2 ชนิด ได้แก่ *Amanita verna* และ *A. virosa* เห็ดระโงกหินหรือเห็ดไข่ห่านดินตันเป็นเห็ดพิษร้ายแรงมาก คนไข้อาจตายภายใน 4-6 ชม. โดยมีอาการต่อเนื่องหลังจากกินเห็ดแล้ว พิษเห็ดจะเข้าไปในกระแสเลือด คนไข้มีอาการท้องเดิน ปวดท้องอย่างรุนแรงอาเจียน เวียนศีรษะ ใจสั่น อ่อนเพลีย อาการอาจจะฟื้นดีขึ้นระยะหนึ่ง แล้วก็กลับเป็นขึ้นมาอีก เนื่องจากพิษไปทำลายเซลล์ตับและไต คนไข้จะถึงแก่ความตายในเวลาต่อมา การล้างท้องโดยเร็ว และได้รับการรักษาอย่างถูกวิธี อาการป่วยจึงจะทุเลาหลังจากนั้นเป็นเวลาหลายสัปดาห์ แต่ตับได้ถูกทำลายแล้วอย่างถาวร ส่วนมากคนไข้จะตาย ต่างประเทศจึงเรียกเห็ดชนิดนี้ว่า เห็ดพิษตายสนิท (deadlypoisonous mushroom)

ลักษณะ

ดอกเห็ดอ่อนเป็นก้อนกลมสีขาว มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 3-6 ซม. แล้วแต่ความอุดมสมบูรณ์ของแหล่งเกิด ดอกจะยึดเป็นรูปไข่ โดยผิวด้านบนบาง และแตกออกเป็นรูปถ้วยรองรับ และบางส่วนติดอยู่ที่ผิวหมวก ก้านและหมวกที่เจริญเติบโตสูงขึ้นไป หมวกกางออกคล้ายร่มสีขาว เส้นผ่าศูนย์กลาง 5-10 ซม. ผิวเรียบ หนืดเมื่อเปียกน้ำ ด้านล่างมีครีบขาว และมีแผ่นบางๆ ปิด ซึ่งต่อมาจะฉีกขาดจากขอบหมวก เหลือเพียงส่วนที่ห้อยติดอยู่กับก้าน ซึ่งอาจหลุดหายไปตอนเก็บเห็ด ก้านยาว 5-12 ซม. เส้นผ่าศูนย์กลาง 1.5-2 ซม. โคนโป่งเป็นกระเปาะเล็กน้อย เห็ดนี้มีสปอร์สีขาว และเหมือนกับเห็ดไข่ห่านขาวชนิดกินได้มาก แต่ชนิดกินได้ *Amanita princeps* Corner มีรอยขีดเล็กๆ สั้นๆ รอบขอบหมวกเห็นได้ชัด เปลือกหุ้มดอกไม่เชื่อมติดกันแน่นเหมือนเห็ดพิษ เห็ดไข่ห่านขาวชนิดกินได้มีดอกขนาดใหญ่ เส้นผ่าศูนย์กลาง 3-20 ซม. ก้านใหญ่ 1.5-2.5 ซม. นอกจากนี้มีเห็ดพิษระโงกหินอีกชนิดหนึ่ง คือ *Amanita virosa* ซึ่งคล้ายเห็ดระโงกหินดินตันแต่มีขนสีขาวที่ก้าน (ภาพที่ 1.3)



ภาพที่ 1.3 เปรียบเทียบเห็ดทั้ง 3 ชนิด
ที่มา : สุมาลี (2539)

เห็ด *Chlorophyllum molybdites* Mass.

ชื่อพื้นเมือง เห็ดหัวกรวดครีบเขียว หรือเห็ดกระโถงตีนดำเป็นเห็ดพิษอีกชนิดหนึ่ง มีลักษณะคล้ายเห็ดกระโถงซึ่งเป็นเห็ดกินได้มาก แต่พวกที่กินได้มีก้านยาวกว่า เห็ดพิษชนิดนี้ชอบขึ้นตามสนามหญ้าเป็นวง ดอกนากิน มีชุกในฤดูฝน ถ้านำไปต้มน้ำจะมีสีดำติดกับเห็ดพิษพวกแรก ซึ่งน้ำต้มจะไม่เปลี่ยนสี พิษของเห็ดจะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียนท้องเดิน เวียนศีรษะ อ่อนเพลีย ใจสั่น ซึ่งมีอาการอยู่ 2-3 วัน แล้วแต่ภูมิคุ้มกันและปริมาณที่กิน สำหรับเด็กอาจถึงแก่ความตาย

ลักษณะ

เห็ดหัวกรวดครีบเขียว ที่มีพิษนี้มีก้านสูงเพียง 5-10 ซม. หมวกสีขาวรูปคล้ายกะทะคว่ำ เส้นผ่าศูนย์กลาง 5-10 ซม. มีเกล็ดขนาดใหญ่สีน้ำตาล และขนประปรายโดยเฉพาะกลางหมวก ด้านล่างมีครีบสีขาวจะเปลี่ยนเป็นสีเขียวอ่อน และสีเขียวหม่น ในเวลาต่อมาตามสีของสปอร์ซึ่งเป็นสีเขียวอ่อนก้านดอกสีน้ำตาล ผิวเรียบ เส้นผ่าศูนย์กลาง 1-2 ซม. โดยก้านโป่งเกือบเป็นกระเปาะ บนก้านมีวงแหวนสีขาวซึ่งหนาเป็น 2 ชั้น ซึ่งรูดขึ้นลงได้เมื่อดอกแก่

เห็ดกระโถงกินได้

มี 2 ชนิด คือ เห็ด *Macrolepiota procera* และ *M.gracilentia*

ลักษณะ

คล้ายเห็ดกระโถงพิษ แต่ก้านดอกยาวกว่า คือ ยาว 10-20 ซม. เส้นผ่าศูนย์กลาง 1-2 ซม. โคนโป่ง บนก้านมีวงแหวนรูศได้แบบเดียวกัน หมวกสีขาว และไม่เปลี่ยนสีเมื่อดอกแก่ สปอร์มีสีขาวชนิดแรกมีเกล็ดใหญ่สีน้ำตาลเข้มบนหมวก ส่วนชนิดที่สองมีเกล็ดขนาดเล็กคล้ายจุดสีน้ำตาลเรียงเป็นรัศมีบนหมวกสีขาวเห็ดอีกกลุ่มหนึ่งที่มีระดับความเป็นพิษในระดับเห็ดเมา และอาจมีพิษรุนแรงจนถึงกับเสียชีวิต คือ เห็ดขี้ควาย *Psilocybe cubensis* Sing. ขึ้นอยู่ตามมูลควาย พบทั่วๆ ไป แทบทุกภาคของประเทศไทย ชื่อสามัญ คือ Magic mushroom รูปร่างของเห็ดจะมีก้านยาวสีขาวอมเหลืองซีด และตอนบนของก้านจะมีวงแหวนที่แผ่ออกมาสีสีขาว สารที่เป็นยาเสพติดในเห็ดขี้ควาย คือ ไซโลซิน(Psilocin) และไซโลไซบิน (Psilocybin) ออกฤทธิ์ทำให้เกิดประสาทหลอน ทำลายระบบประสาทอย่างรุนแรง จะมีอาการมึนเมาจนอาจถึงแก่ชีวิต แต่ถ้ารับประทานไม่มาก จะเกิดอาการประสาทหลอนและจะกลับเป็นปกติได้ภายใน 5-10 ชม.เห็ดชนิดนี้มีชาวอินเดียในเม็กซิโกได้ใช้ในพิธีกรรมทางศาสนาและเวทมนต์คาถา เริ่มแรกเมื่อรับประทานจะรู้สึกร้อนวูบวาบตามเนื้อตัว แน่นหน้าอก ตาพร่า อึดอัด คลื่นไส้ อาเจียน หากร่างกายแข็งแรง และรับประทานไม่มาก จะมีอาการมึนเมา ประสาทหลอน ความคิดสับสน อารมณ์แปรปรวนถ้ารับประทานมากจะเกิดอาการเพ้อ บ้าคลั่งได้ (เพยาว์, 2539)

ข้อแนะนำก่อนบริโภคเห็ดป่า หรือ เห็ดธรรมชาติ

สาธิต (2539) ได้ให้ข้อแนะนำในการบริโภคเห็ดป่าที่เกิดขึ้นในฤดูฝน ซึ่งมีเห็ดธรรมชาติเป็นเห็ดที่กินได้ เช่น เห็ดโคน เห็ดเหาะ เห็ดตับเต่า เห็ดไข่ห่าน เห็ดตะไคร่ ฯลฯ และอาจมีเห็ดที่มีลักษณะใกล้เคียงกับเห็ดกินได้อีกหลายชนิด และเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ เพราะบริโภคเห็ดพิษเข้าไปการบริโภคเห็ดธรรมชาติมีข้อแนะนำ ดังนี้

1. ต้องรู้แหล่งที่มาของเห็ดว่าเก็บมาจากบริเวณที่เคยมีเห็ดพิษเกิดขึ้นหรือไม่ ในการเก็บต้องมีผู้ที่มีประสบการณ์อยู่ร่วมด้วยเสมอ
2. ควรสอบถามดูว่า เคยมีผู้บริโภคเห็ดนั้นมาก่อนหรือไม่ ไม่ควรลองกินโดยไม่มีข้อมูล
3. ไม่ควรปรุงอาหารโดยใช้เห็ดป่าหลายชนิดรวมกัน ควรแยกออกเสียก่อนการปรุง
4. หากไม่แน่ใจ ไม่มีข้อมูลเพียงพอ ไม่ควรบริโภคเป็นอันขาด และไม่ควรบริโภคเห็ดธรรมชาติสดๆ หรือเห็ดที่ทำไม่สุก เห็ดบางชนิดเมื่อถูกความร้อนพิษบางอย่างสลายไป
5. ไม่ควรนำเห็ดธรรมชาติไปปรุงอาหารจนหมด ควรเก็บดอกอ่อนและดอกแก่ไว้อย่างละ 1 ดอก เพื่อนำส่งแพทย์เพื่อใช้วิเคราะห์ในกรณีเกิดความผิดพลาด
6. การใช้ช้อนเงิน งาช้าง ข้าวสาร หัวหอม หรือร่องรอยการทำลายจากหนอนแมลงและสัตว์

เพื่อพิสูจน์พิษเห็ดไม่ได้ เพราะสารพิษในเห็ดมีหลากหลายไม่เหมือนสารพิษสังเคราะห์ที่มีธาตุโลหะหนักทั่วไป

7. ไม่ควรเก็บเห็ดในบริเวณที่มีสารพิษตกค้างมารับประทาน

การแก้ไขเมื่อรับประทานเห็ดพิษ

1. เมื่อพบอาการผิดปกติให้เตรียมการไปพบแพทย์ทันที และบรรเทาอาการเริ่มต้นด้วยการทำให้เกิดการอาเจียนออกมาให้มากที่สุด โดยการให้ดื่มน้ำอุ่น 1 ลิตร ผสมกับเกลือ 1 ช้อนโต๊ะ (0.9 normal saline) หากผู้ป่วยหมดสติอาจต้องใช้วิธีปั๊มเข้าทางจมูก แล้วล้างคอ ห้ามใช้วิธีนี้กับเด็กที่อายุต่ำกว่า 5 ขวบ
2. รวบรวมเห็ดที่เหลือหรือที่เก็บไว้ เศษอาหารจากการปรุง และส่วนที่อาเจียนออก นำส่งแพทย์ที่ทำการรักษา