

Mürkseened ja seene- mürgistused Eestis

IRJA SAAR

Eestist on leitud ligi 200 liiki seeni, mis võivad olla inimesele suuremal või vähemal määral mürgised [3]. Neist umbes 15 seeneliigi söömine võib haiglaravita või selle hilenemisel lõppeda surmaga. Patsient ei pöördu sageli õigel ajal arsti poole, kuna peab sümptomeid tavaliseks toidumürgituseks, ja kui pöördub, siis on maks ja neerud juba kahjustunud. Enamiku seenemürkide vastu pole vastumürke.

Mürgised seened jagunevad jäävvalt ja värskelt mürgisteks. Viimased sisaldavad mürgiseid veeslahustuvaid toimeaineid, aga pärast kupaatamist võib neid süüa, näiteks kogritsaid ning enamikku riisikaid ja pilvikuid, mis värskelt on kibeda maitsega.

Tuleb silmas pidada, et kupaatamise keeduvees leidub mürkaineid, seepärast ei tohi seda tarvitada inim- ega loomatoiduks. Seente kupaatamist ei asenda ka praadimine ega mikrolaineahjus töötlemine. Jäävvalt mürgiste seente mürkaineid ehk mükotoksiine ei saa töötlemisega eemaldada.

Seened sisaldavad eri toimega mükotoksiine: raku- või närvimürke, seedekulglat ärritavaid, värskelt kahjulikke ning koos alkoholiga tarvitatult haigusnähte põhjustavaid mürgiseid aineid [6].

Tänapäeval on paljud inimesed allergilised mitmesuguste toiduainete suhtes, erand pole ka seened. On teada mitut liiki seeni, mille söömine ei põhjusta mõnedel inimestel mingeid vaevusi, aga teistel võivad tekkida seedehäired: kõhuvalu, iiveldus, kõhulahtisus ja oksendamine. Selliseid



Valge kärbseseen on väga sarnane šampinjonidega. Šampinjonidel pole aga kunagi kotjat tuppe ega jäävvalt valgeid eoslehekesi. Eestis on teada neli mürgistusjuhtumit, millest kolm lõppesid surmaga.

seeneliike peetakse eestikeelses kirjanduses tinglikult söödavateks, aga Lääne-Euroopas mürgisteks. Seentes sisalduva seenesuhkru trehhaloosi mõjul võivad ilmnedä sama laadi kõhuvaevused nagu laktoositalumatuse korral.

Seened on kergesti riknev toiduaine. Sestap peaks vältima vananenud viljakehade korjamist ja söömist: need sisaldavad baktereid ja mürgiseid laguprodukte. Metsast korjatud seened tuleks puhastada ja töödelda samal päeval. Seeni ei soovitata korjata linnadest ega tiheda liiklusega teede äärest, kuna seal kasvanud seentes võib leiduda tervele ohtlikus koguses mitmesuguseid aineid, eriti metalle ja nende ühendeid (plii, kaadmium, elavhõbe, arseen jt.).

Seenemürgistuste peamised põhjused on seente vähene tundmine, nende ebapiisav või vale töötlemine ja riknenud seente kasutamine. Seetõttu tasub korrata põhitõde, mida siiski kiputakse unustama: korja söögiks ainult neid seeni, mida kindlasti tunnend. Kui kahtled, ära söö. Kahjuks ei ole lihtsaid tunnuseid, mille järgi mürgiseid seeni eristada; isegi surmavalt mürgised seened ei anna sellest märku halva või kibeda maitsega. Kindlasti ei kehti reegel, et kui



Rohelist kärbseseent on segamini aetud roheliste pilvikute ja sirmikutega. Rohelise kärbseseene jala alusel on kotjas tupp, mis paikneb enamasti samblas või kõdukihis ja jääb seetõttu märkamata; eoslehekesed on alati valged, ent šampinjonidel on need juba noorelt hallikasroosad.

loomad söövad, võib ka inimene süüa. Inimesele mürgised seeneliigid on kahjutud mõnede teiste loomadele, näiteks seenessidele ja tigudele.

Kui soovid uusi söögiseeni tundma õppida, siis selleks on võimalusi piisavalt. Viimase viie aasta jooksul on ilmunud hulganisti seeneraamatuid; korrapärastel seenenäitustel Tallinnas, Tartus, Kuressaares jm. saab omakorjatud seeni näidata seenetundjatele. Ühtlasi korraldavad RMK jt. asutused mitmel pool Eestis seeneretki.

Vaatleme lühidalt ohtlikumaid seeni, mille mürgistused, kui neid ei ravita, võivad põhjustada surma. Mürkseenest ja seenemürgistustest on pikemalt kirjutatud mitmes hiljuti avaldatud raamatus [3: 327–340, 6, 2: 100–122].

Valge kärbseseen ja roheline kärbseseen (*Amanita virosa*, *A. phalloides*) sisaldavad amatoksiine, peamiselt a-amanitiini, mis põhjustavad maksa- ja neerukahjustusi. Mürgistusel on kolm etappi. Esimeste nähtudena ilmnevad tavaliselt 6–24 tundi pärast seente söömist iiveldus, oksendamine, kõhuvalu ja -lahtisus. Teises etapis patsiendi enesetunne näiliselt paraneb, kuid lõpuks tekivad maksa-, neeru- ja sageli ka pankreasekahjustused.

Eestis on teada neli valge kärbseseene mürgistusjuhtumit, neist kolm lõppesid surmaga. Seda seent aeti segamini šampinjoni, sirmiku või kitsemampliga [3]. Eelmisel aastal ajendasid Eestis suurt meediakära roheline kärbseseene kaks mürgistusjuhtumit: viieliikmeline perekond sõi neid seeni suure sirmiku pähe ning samalaadne juhtum kordus paar nädalat hiljem, kui sama seeneliiki söönud keskealine mees sattus haiglasse [4, 5].

Punakas narmasnutt (*Inocybe erubescens*) sisaldab muskaariini. Üsna kiiresti pärast söömist (poole kuni kahe tunni möödudes) ilmnevad mürgistustunnused: iiveldus, oksendamine, kõhulahtisus, rohke higi-, sülje- ja pisaravool, sageli pupillide ahenemine ja nägemishäired. Vastumürgina manustatakse atropiini.

Teadaolevalt on see seen põhjustanud Eestis mõnel korral mürgistusi. Neid narmasnutte korjati parkidest, ühel



Surmavalt mürgine punakas narmasnutt kasvab suviti sageli hulgaliselt parkides ja teda on lihtne segi ajada kevad-võluheiniku või pilvikutega.



Kühmvöödikut leiab Eesti okasmetsadest augustist oktoobrini sageli. Mürgistus on ohtlik pika peiteaja tõttu: esmased mürgistuss nähud ilmnevad alles kaks-kolm päeva peale söömist.

juhul ilmselt pilvikute ja eelmisel aastal šampinjoni pähe [1, 3].

Perekonnas vöödik (*Cortinarius*) sisaldab mitu liiki, näiteks kaneelvöödik, kastanvöödik ja kühmvöödik (*C. cinnamomeus*, *C. orellanus*, *C. rubellus*), orellaniini, mis põhjustab neerukahjustusi. Kui neid seeni on tarvitatud toiduks, ilmnevad kahe-kolme päeva jooksul esmalt isutus, iiveldus, oksendamine, külmatunne, peavalu ja gastriit. Nädalatega areneb neerutorukeste põletik ja neerupuudulikkus.



Kupatatult on kevadkogrits söödav, kuid värselt tarvitatuna võib põhjustada mürgistust, mille lõpptulemusena kahjustuvad neerud ja maks.

Kevadkogrits, sügiskogrits ja hiidkogrits (*Gyromitra esculenta*, *G. infula*, *G. gigas*) sisaldavad veeslahustuvat güromitriini ja seega on need seened kupatatult söödavad. Samas on Eestist teada mõned mürgistusjuhtumid, mille korral oli seeni valmistatud mikrolaineahjus [3]. Esmaste nähtudena ilmnevad neli kuni kuus tundi pärast seente söömist oksendamine, kõhuvalu, -lahtisus, peavalu ja nõrkustunne. Raskematel juhtudel võivad hiljem kahjustuda maks ja neerud. ■

1. Aotäht, Aivar 2009. Noor abielupaar pääses napilt piinarikkast seenesurmast. – Postimees, 03.07.
2. Jürgenson, Aivar 2005. Seened kultuuriloos. Argo.
3. Kalamees, Kuulo (toim.). 2000. Eesti seenestik. CD. Tartu.
4. Pullerits, Priit 2009a. Pere sattus seenemürgitusega haiglasse. – Postimees, 22.08.
5. Pullerits, Priit 2009b. Roheline kärbseseen leidis järjekordse ohvri. – Postimees, 03.09.
6. Raitviir, Ain 2005. Väike mürkseeneraamat. Maalehe Raamat.

Irja Saar (1973) on mükoloog, töötab Tartu ülikooli ökoloogia ja maateaduste instituudis.