

## **Радиационный контроль за содержанием Cs-137 в грибах. Все что нужно знать.**

По способности накапливать цезий-137 грибы условно можно разделить на четыре группы:

**1. Аккумуляторы:** *горькушка, колпак кольчатый (курочка), гриб польский, маслёнок, моховик.* В плодовых телах этих грибов даже при загрязнении почв, близких к фоновому значению (0,1-0,2 Ки/км<sup>2</sup>), содержание цезия-137 может превышать допустимый уровень (370 Бк/кг). Поэтому сбор этих грибов в загрязненных лесах не рекомендуется.

**2. Сильнонакапливающие:** *груздь, скрипица, волнушка, зеленка, решетник, сыроежка.* Собирать грибы этой группы допускается при плотности загрязнения почв до 1 Ки/км<sup>2</sup> с обязательным радиометрическим контролем.

**3. Средненакапливающие:** *лисичка настоящая, подзеленка, белый гриб, подберезовик, подосиновик, сморчек, рыжик.*

**4. Слабонакапливающие:** *опенок, гриб-зонтик, дождевик, шампиньон.*

Заготовку грибов, относящихся к средне- и слабо-накапливающим радиоцезий группам, рекомендуется проводить в лесах с плотностью загрязнения почв до 2 Ки/км<sup>2</sup> с обязательным радиометрическим контролем.

Накопление радионуклидов в грибах различается не только по их видовой принадлежности, но и по содержанию в отдельных частях плодовых тел у одного вида. У грибов с хорошо развитой ножкой (белый, подберезовик, подосиновик, польский гриб), как правило, содержание радионуклидов в шляпках в 1,5 - 2,0 раза выше, чем в ножках.

Различий в содержании цезия-137 в молодых и старых грибах не установлено. Тем не менее, рекомендуется собирать молодые грибы, так как в старых могут накапливаться ядовитые вещества.

Снизить содержание цезия-137 в грибах можно, используя различные способы кулинарной обработки. Наиболее эффективными являются:

- отваривание свежих грибов;
- вымачивание свежих грибов;
- вымачивание и последующее отваривание сушеных грибов.

### **Отваривание свежих грибов**

По интенсивности снижения содержания цезия-137 при отваривании грибы можно сгруппировать следующим образом:

- группа 1 - подосиновик, подберезовик и белый гриб;
- группа 2 - моховики, решетник и польский гриб;
- группа 3 - зеленка, подзеленка, грузди.

Ниже приведено время кипячения грибов, необходимое для снижения содержания цезия-137 в два раза.

<i>Наименование грибов</i>	<i>Время кипячения</i>
Подосиновик, подберезовик и белый гриб	~ 30 мин.
Моховики, решетник и польский гриб	~ 6 - 8 мин.
Зеленка, подзеленка, грузди	~ 4 - 5 мин.

Для снижения активности в грибах в 8 раз их следует отварить три раза (продолжительность каждого кипячения одинаковая, см. таблицу выше) со сменой воды после каждой варки.

Использование соли, столового уксуса или лимонной кислоты на выход радионуклидов из грибов не влияет, зато грибы лучше сохраняют товарный вид и пищевую ценность.

Предварительное замораживание грибов не влияет на снижение содержания цезия-137 при отваривании.

#### **Вымачивание свежих грибов**

При вымачивании пластинчатых грибов (грузди, зеленка, подзеленка и др.) в течение 12 часов достигается снижение содержания цезия-137 в **1,5 – 2 раза**. Таким образом, вымачиванием свежих пластинчатых грибов в течение 2 - 3-х суток со сменой воды через каждые 12 часов можно достичь снижения содержания цезия -137 в **4 – 6 раз**.

#### **Вымачивание и последующее отваривание сушеных грибов**

При вымачивании сушеных грибов время, необходимое для снижения содержания цезия-137 в **два раза**, составляет 6 – 12 часов. Последующее отваривание вымоченных грибов для снижения содержания цезия-137 проводят с той же продолжительностью, что и для свежих грибов данного вида. Двукратное вымачивание и последующее двукратное отваривание сушеных грибов снижает содержание цезия -137 в **8 – 10 раз**. Максимального снижения содержания радиоцезия в сушеных грибах можно добиться путем их 2-х или 3-х кратного вымачивания и последующего 2-х или 3-х кратного отваривания.

#### **ВАЖНО ПОМНИТЬ И ПРИМЕНЯТЬ НА ПРАКТИКЕ!**

- При покупке продуктов на рынке убедитесь, что у продавца есть сертификат на приобретаемую вами продукцию, выданный лабораторией радиационного контроля рынка.

- Не покупайте продукцию (в особенности - лесную) на стихийных рынках, возле дорог и других местах несанкционированной торговли. Возможно, вы сэкономите средства, но никто не даст вам гарантию, что содержание радионуклидов в ней будет в пределах допустимых уровней. Не рискуйте здоровьем своим и близких вам людей!
- Если вы все же не удержались от такой покупки, проверьте приобретенные вами продукты в ближайшей лаборатории радиационного контроля.

**Лабораторией Жлобинского зонального ЦГЭ** проводятся исследования «даров леса» (грибы, ягоды и другая дикорастущая продукция) для населения **бесплатно**. Объем пробы дикорастущей продукции, представляемой для исследования, должен составлять **не менее 0,5 л** (для сухих грибов не менее 100 г). Информация о результатах исследования выдается в день обращения в устной форме.