Trujące grzyby w Norwegii

W lesie rosną zarówno grzyby jadalne, jak i trujące. Nektóre najsilniej trujące grzyby rosnące w Norwegii mogą przypominać grzyby jadalne rosnące w innych państwach.
W przypadku podejrzenia zatrucia grzybami skontaktuj się z Informacją ds. Zatruć.

Zasłonak rudawy (Cortinarius rubellus) (po lewej) jest trujący, choć może rosnąć obok grzybów jadalnych, takich jak lejkowiec trąbkowy (Craterellus tubaeformis) (4. grzyb po prawej).

Lista rzeczy, o których należy pamiętać po to, aby wyprawa na grzyby była bezpieczna

- Zapisz się na kurs wiedzy o grzybach.
- Zawsze zbieraj i oczyszczaj grzyby po kolei, jeden po drugim.
- Dowiedz się które grzyby roznące w Norwegii są trujące, a które jadalne. W różnch państwach i na różnych kontynentach rosną różne grzyby. Grzyby jadalne rosnące w innych państwach mogą przypominać grzyby trujące rosnące w Norwegii.
- Korzystaj z aktualnych, najnowszych informacji na temat grzybów.
- Jedz tylko grzyby dobrej jakości. Wyrzucaj grzyby zjedzone przez robaki i gzryby zespute.
- Należy spożywać grzyby jadalne, które są uprawiane po to, aby mozliwa była ich identyfikacja na podstawie ich cech charaktarystycznych.
- Każdy gatunek grzybów należy przechowywać w koszyku oddzielnie, np. w oddzielnych kubeczkach.
- Musisz mieć całkowitą pewność co do grzybów, które zbierasz lub podajesz do zjedzenia innym osobom.
- Upewnij się korzystając z rad osób znających się na grzybach (ekspertów), albo w udaj się do miejscowej jednostki ds. kontroli grzybów, możesz także skorzystać z cyfrowej usługi do badania gatunkow grzybów Digital Fungal Control przy pomocy telefonu komórkowego.
- Kiedy sprawdzasz czy grzyby są jadalne nigdy nie korzystaj ze sztucznej inteligencji.

Najbardziej trujące grzyby w Norwegii

Spożycie grzybów, które zawarto w niniejszej broszurze może powodować długotrwałe uszkodzenie narządów, takich jak wątroba i nerki. W Norwegii występują także inne trujące grzby oraz grzyby, których spożywania się nie zaleca. Grzybów tych nie zawarto w broszurze.

Więcej informacji na temat grzybów jadalnych można znaleźć na stronie www.soppognyttevekster.no.

Folkehelseinstituttet, 2026

Muchomor jadowity
Amanita virosa
Norweski: Hvit fluesopp

Cały grzyb jest biały (kapelusz, trzon, blaszki i miąższ). Trzon ma pierścień, lecz ten może odpaść. Nasada trzonu ma na sobie pochwę (torebkę). Grzyb ten powszechnie występuje w lasach.

Muchomor sromotnikowy
Amanita phalloides
Norweski: Grønn fluesopp

Kapelusz może być zielony, brązowy lub żółty. Blaszki i trzon są białe. Trzon ma pierścień, lecz też może odpaść. Nasada trzonu ma na sobie pochwę (torebkę). Grzyb ten występuje rzadko.

Hełmówka jadowita
Galerina marginata
Norweski: Flatklokkehatt

Cały grzyb jest brązowy (trzon, blaszki i miąższ). Zazwyczaj jest to mały grzyb. Grzyb ten występuje powszechnie. Rośnie zwykle w wiązkach na korze drzew i pniakach.

Lepiota boudieri

Rodzaj Lepiota
Lepiota

Grzyby z rodzaju Lepiota są małe i trudne do odróżnienia. Nie wiadomo, które grzyby z tego rodzaju są trujące.

Blaszki grzybów mają różne odcienie bieli. Górna część kapelusza jest łuskowata i ma różne kolory. Na trzonku grzyba może znajdować się pierścień, ale nie musi go tam być. Trzonek grzyna może być biały, ale może także mieć inne kolory. Wnętrze grzyba jest białe.

Zatrucie

Nawet bardzo mała ilość każdego z tych grzybów może spowodować poważne zatrucie. Po minimum 6 godzinach od spożycia pojawia się silna, wodnista biegunka, bóle brzucha i wymioty. Istnieje duże ryzyko, że w ciągu 2-4 dni może dojść do groźnego dla życia uszkodzenia wątroby.

W przypadku podejrzenia spożycia skontaktuj się z Norweskim Centrum Informacji Toksykologicznej, w celu uzyskania porad na temat dalszego postępowania.

Folkehelseinstituttet, 2026

Zasłonak czerwony
Cortinarius rubellus
Norweski: Spiss giftslørsopp

Cały grzyb jest czerwonobrązowy (kapelusz, trzon, blaszki i miąższ). Grzyb ten powszechnie występuje w lasach.

Zasłonak rudy
Cortinarius orellanus
Norweski: Butt giftslørsopp

Przypomina zasłonaka czerwonego, lecz ma bardziej zaokrąglony kapelusz. Grzyb ten występuje rzadko. Rośnie w lasach liściastych.

Zatrucie

Nawet bardzo niewielka ilość zasłonaka czerwonego lub rudego zawiera wystarczająco dużo trucizny, aby spowodować poważne uszkodzenie nerek. Objawy zatrucia pojawiają się najwcześniej dopiero po 1,5 dniach od spożycia. Objawy mogą obejmować nudności, wymioty, bóle brzucha, uczucie pragnienia, bóle mięśni, zawroty głowy, silne zmęczenie oraz ogólne złe samopoczucie. U niektórych osób początkowe objawy są minimalne przed wystąpieniem uszkodzenia nerek. Istnieje wysokie ryzyko rozwoju ciężkiej niewydolności nerek w ciągu 3–14 dni.

W przypadku podejrzenia spożycia skontaktuj się z Norweskim Centrum Informacji Toksykologicznej, w celu uzyskania porad na temat dalszego postępowania.

Norweskie Centrum Informacji Toksykologicznej
Tel.: 22 59 13 00
(czynne całą dobę)

Norges sopp- og nyttevekstforbund, Norweski związek ds. mykologii i roślin użytkowych (www.soppognyttevekster.no) organizuje kursy o grzybach i stacje kontroli grzybów, które oferują pomoc w identyfikacji zebranych grzybów.

Sprawdź ich aplikację Digital soppkontroll – usługę, w której eksperci od grzybów oceniają zebrane okazy.

Niniejsza broszura została opracowana przez Norweskie Centrum Informacji Toksykologicznej.

Więcej informacji na temat grzybów i zatruć można znaleźć na stronie www.giftinfo.no.

Foto: Per Marstad

Ostatnia aktualizacja: kwiecień 2026.