

- ส่วนักปลัด
 - งานธุรการ
 - งานบริหารงานและแผน
 - งานเจ้าหน้าที่
 - งานประชาสัมพันธ์
 - งานอาคาร
 - งานกิจการสภา
 - งานเกษตร
 - งานโองกษา



เทศบาลตำบลสันทราย
 เลขที่ 3427 / 2566
 วันที่ 28 ส.ค. 2566
 เวลา

สำนักงานส่งเสริมการปกครอง
 ท้องถิ่นอำเภอฝาง
 ถนนโชตนา ชม ๕๐๑๑๐

๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล ทุกแห่ง และ นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดเชียงใหม่ ที่ ชม ๐๐๒๓.๖/ว ๒๕๕๕๓ ลงวันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ

พร้อมหนังสือฉบับนี้ สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอฝางขอส่งสำเนาหนังสือจังหวัดเชียงใหม่ ที่ ชม ๐๐๒๓.๖/ว ๒๕๕๕๓ ลงวันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๖ เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ รายละเอียดสามารถดาวน์โหลดได้จากเว็บไซต์ <https://chiangmailocal.go.th>

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลสันทราย

- ท่ออื่นอำเภอฝาง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ
- เพื่อโปรดทราบ

ธัญภาณุพงษ์
 (นางสาวธัญภาณุพงษ์ น้อยสุวรรณ)

- นักวิชาการประชาสัมพันธ์
 ทวีชัยสิทธิ์ และเพ็ญพักตร์ของเทศบาล

(นางสาวเพชรแก้ว ชมภู)

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ
 โทร/โทรสาร ๐-๕๓๔๕-๑๒๐๒
 ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ chm0023.15@gmail.com

(นางจุฬารัตน์ เตชะคุณุฑะ)
 หัวหน้าฝ่ายอำนวยการ

(Signature)
 (นายภาณุพงศ์ ชังคมเขตร)
 หัวหน้าสำนักปลัดเทศบาล

7
 (นางสาวกิตติกา บุญมาไชย)
 ท้องถิ่นอำเภอฝาง
 1. *(Signature)*
 2. *(Signature)*

(Signature)
 (นายสมนึก เดชโพธิ์)
 ปลัดเทศบาลตำบลสันทราย
 ๒๘ ส.ค. ๒๕๖๖

(Signature)
 (นายสมชัย ใจคำ)
 รองนายกเทศมนตรี รักษาการแทน
 นายกเทศมนตรีตำบลสันทราย



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
 เลขที่รับ 1157
 วันที่ 25 ส.ค. 2566
 เวลา

ที่ ชม ๐๐๒๓.๖/ว ๒๕๕๕๓

ถึง อำเภอทุกอำเภอ องค์การบริหารส่วนจังหวัดเชียงใหม่ เทศบาลนครเชียงใหม่ และเทศบาลเมืองทุกแห่ง

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้รับแจ้งจากกรมควบคุมโรคว่า เนื่องจากสถานการณ์อาหารเป็นพิษจากการรับประทานเห็ดพิษในปีนี้มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาคองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๖ ถึงวันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ พบผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษร่วมกันทั้งหมด ๒๗ เหตุการณ์ พบผู้ป่วย จำนวน ๑๐๒ ราย และผู้ป่วยเสียชีวิต จำนวน ๑๓ ราย คิดเป็นอัตราป่วยเสียชีวิตร้อยละ ๑๒.๗๕ ซึ่งเข้าฤดูฝนเพียงสองเดือนพบผู้ป่วย และผู้เสียชีวิตสูงกว่าค่ามัธยฐาน ๕ ปีย้อนหลัง และยังมีแนวโน้มพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากสภาพภูมิอากาศขณะนี้ยังคงมีฝนตกชุกในหลายพื้นที่ ซึ่งเหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเห็ดตามธรรมชาติหลายชนิด ทั้งเห็ดกินได้และเห็ดมีพิษ จึงขอความร่วมมือในการประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทราบ

จังหวัดเชียงใหม่จึงขอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษให้ประชาชนในพื้นที่ทราบ ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ที่เว็บไซต์ <https://bit.ly/3OPEGWp> รายละเอียดปรากฏตามสำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ที่ มท ๐๘๑๔.๓/ว ๓๓๒๐ ลงวันที่ ๑๑ สิงหาคม ๒๕๖๖ เรียบมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการสำหรับอำเภอขอให้แจ้งเทศบาลตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบลในพื้นที่ทราบและพิจารณาดำเนินการด้วย

เงิน ท้องถิ่นอำเภอ
 - ทศ.ปภ.ทช.บ
 - เขตรักษาพันธุ์ สท.ทท.แม่
 ทราบต่อไป



กต.ก
 (นางสาวกมลวรรณ ศรีวิเศษ)
 25 ส.ค. 2566

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด
 กลุ่มงานบริการสาธารณะท้องถิ่นและประสานงานท้องถิ่นอำเภอ
 โทร./โทรสาร ๐ ๕๓๑๑ ๒๖๐๘



ที่ มท ๐๘๑๙.๓/ว ๓๓๒๐

ถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ทุกจังหวัด

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
จังหวัดเชียงใหม่
รับที่ 13627
วันที่ 21 ส.ค. 2566
เวลา

กลุ่มงานบริการสาธารณะท้องถิ่น
และประสานงานท้องถิ่น
รับที่ ๒๒๕
วันที่ ๒๑ ส.ค. ๒๕๖๖
เวลา

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้รับแจ้งจากกรมควบคุมโรคว่า เนื่องจากสถานการณ์อาหารเป็นพิษจากการรับประทานเห็ดพิษในปีนี้มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาคองระบาควิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๖ ถึงวันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ พบผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษร่วมกันทั้งหมด ๒๗ เหตุการณ์ พบผู้ป่วย จำนวน ๑๐๒ ราย และผู้ป่วยเสียชีวิต จำนวน ๑๓ ราย คิดเป็นอัตราป่วยเสียชีวิตร้อยละ ๑๒.๗๕ ซึ่งเข้าฤดูฝนเพียงสองเดือนพบผู้ป่วย และผู้เสียชีวิต สูงกว่าค่ามัธยฐาน ๕ ปีย้อนหลัง และยังมีแนวโน้มพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากสภาพภูมิอากาศขณะนี้ที่ยังคงมีฝนตกชุกในหลายพื้นที่ ซึ่งเหมาะต่อการเจริญเติบโตของเห็ดตามธรรมชาติหลายชนิดทั้งเห็ดกินได้และเห็ดมีพิษ ในกรณีนี้ จึงขอความร่วมมือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ ให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทราบ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น จึงขอความร่วมมือจังหวัดประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทราบ ทั้งนี้ และสามารถดาวน์โหลดสิ่งที่ส่งมาด้วยได้ที่ <https://bit.ly/3OPEGwP> หรือ QR Code ท้ายหนังสือฉบับนี้

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดเชียงใหม่

- เพื่อโปรดทราบ
 - เพื่อโปรดพิจารณา
- เห็นควรประชาสัมพันธ์
องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทราบ



(นางสาวณงนุช แสนสุรินทร์)

นักส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นชำนาญการ

- ขอบ
- ลงนามแล้ว



กองสาธารณสุขท้องถิ่น
กลุ่มงานป้องกันโรค
โทร. ๐ ๒๒๔๑ ๙๐๐๐ ต่อ ๕๔๐๗
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ saraban@dla.go.th
ผู้ประสานงาน นางสาวรัตนภรณ์ สองแก้ว

(นายฉัตรชญา สมสะอาด)
นิติกรชำนาญการพิเศษ รักษาราชการแทน
ท้องถิ่นจังหวัดเชียงใหม่

ด่วนที่สุด

ที่ สธ ๐๔๑๐.๘/๕๕.๕.๖



เลขที่	44989
วันที่	- 4 ส.ค. 2566
เวลา	

กรมควบคุมโรค

ถนนติวานนท์-จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๐๐

ก) กรกฎาคม ๒๕๖๖

เลขที่	๕๕๕
วันที่	4 ส.ค. 2566
เวลา	14.17

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษวันที่

เรียน อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สิ่งที่ส่งมาด้วย ข้อมูลประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ จำนวน ๓ แผ่น

เนื่องจากสถานการณ์อาหารเป็นพิษจากการรับประทานเห็ดพิษในปีนี้มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๖ ถึงวันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ พบผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษรวมกันทั้งหมด ๒๗ เหตุการณ์ มีผู้ป่วยรวม ๑๐๒ ราย และผู้ป่วยเสียชีวิต ๓๓ ราย คิดเป็นอัตราป่วยตายร้อยละ ๓๒.๗๕ ซึ่งเข้าฤดูฝนเพียงสองเดือนพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิต สูงกว่าค่ามัธยฐาน ๕ ปีซ้อนหลัง และยังมีแนวโน้มพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากสภาพภูมิอากาศขณะนี้ที่ยังคงมีฝนตกชุกในหลายพื้นที่ ซึ่งเหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของเห็ดตามธรรมชาติหลายชนิดทั้งเห็ดกินได้และเห็ดมีพิษ

กรมควบคุมโรค ขอความอนุเคราะห์ ท่าน แจ้งหน่วยงานในสังกัดประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษให้ประชาชนในพื้นที่ทราบ รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ในเรื่องดังกล่าวต่อไปด้วย
จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายโสภณ เอี่ยมศิริถาวร)
รองอธิบดี รักษาราชการแทน
อธิบดีกรมควบคุมโรค

กองโรคติดต่อทั่วไป

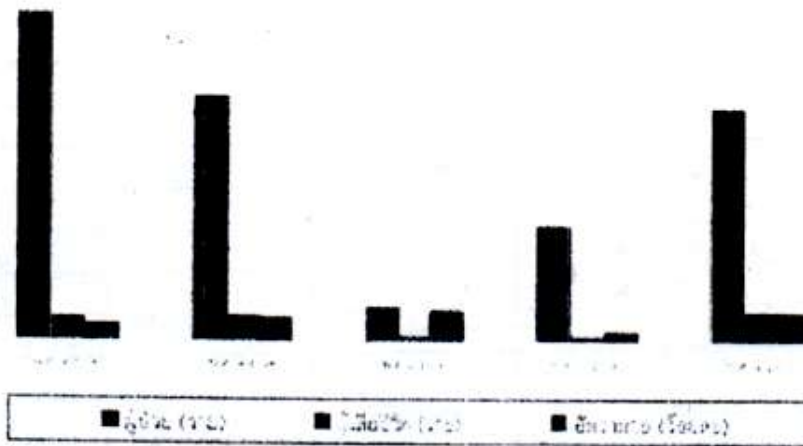
โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๓๑๘๗

โทรสาร ๐ ๒๕๕๑ ๘๔๓๖

ฤดูฝน ระวัง "เห็ดพิษ" แม้กินเพียงนิด... เสี่ยงเสียชีวิตได้

ในช่วงฤดูฝนของทุกปี เป็นเวลาที่เหมาะสมควรการเจริญเติบโตของเห็ดหลายชนิดตามธรรมชาติ ทั้งเห็ดกินได้และเห็ดมีพิษซึ่งมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยะตูม การดูด้วยตาเปล่าไม่สามารถแยก ความเป็นพิษของเห็ดได้แน่นอน จากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์คนจำนวนไม่น้อยเก็บเห็ดพิษหรือซื้อเห็ดรวมที่มี เห็ดพิษปะปนมากิน จึงทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยตั้งแต่เล็กน้อยจนรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตเนื่องจากจากกินเห็ด ที่มีพิษร้ายแรง ซึ่งปีนี้แนวโน้มสถานการณ์การเจ็บป่วยและเสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ต่อเนื่องและคาดการณ์ว่าจะสูงกว่าช่วง ๔ ปีที่ผ่านมา รายละเอียดดังกราฟ

จำนวนผู้ป่วย ผู้เสียชีวิตและอัตราป่วยตายจากการกินเห็ดพิษ ๒๕๖๒ - ๒๕๖๖



สถานการณ์โรคอาหารเป็นพิษจากการกินเห็ดพิษ

ข้อมูลจากโปรแกรมตรวจสอบข่าวการระบาด กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๖ พบผู้ป่วยจากการกินเห็ดพิษร่วมกันทั้งหมด ๒๗ เหตุการณ์ มีจำนวน ผู้ป่วยรวม ๑๐๒ ราย ต่ำสุด ๑ ราย สูงสุด ๔ ราย (เฉลี่ย ๓.๗๘ ราย ค่ามัธยฐาน ๓ ราย) ผู้ป่วย เสียชีวิต รวม ๑๓ ราย (คิดเป็นอัตราป่วยตายร้อยละ ๑๒.๗๕) จำนวนผู้ป่วยเสียชีวิตอยู่ระหว่าง ๑ - ๓ ราย ในแต่ละเหตุการณ์ผู้ป่วยมีอายุต่ำสุด ๔ ปี สูงสุด ๘๔ ปี (เฉลี่ย ๔๖ ปี ค่ามัธยฐาน ๔๗ ปี) และผู้ป่วย เสียชีวิตอายุต่ำสุด ๒๘ ปี สูงสุด ๘๑ ปี (เฉลี่ย ๕๔ ปี ค่ามัธยฐาน ๕๕ ปี) โดยเหตุการณ์แรกเกิดขึ้นตั้งแต่ปลาย เดือนเมษายน ๒๕๖๖ ซึ่งเริ่มมีฝนประปราย เมื่อเข้าสู่ฤดูฝนตั้งแต่เดือนพฤษภาคม - ปัจจุบัน พบเหตุการณ์ ระบาดเพิ่มสูงขึ้นในหลายจังหวัดโดยเฉพาะในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งพบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตสูงกว่า ภาคอื่นๆ รายละเอียดดังตาราง

จำนวนเหตุการณ์ ผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตจากการกินเห็ดพิษจำแนกรายจังหวัด ปี พ.ศ. ๒๕๖๖

จังหวัด	จำนวนเหตุการณ์	ผู้ป่วย	ผู้เสียชีวิต	อัตราป่วยตาย
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ				
อำนาจเจริญ	๔	๕	๒	๔๐
ยโสธร	๓	๙	๓	๓๓
สกลนคร	๒	๖	๓	๑๗
บุรีรัมย์	๒	๘	๑	๑๓

จังหวัด	จำนวนเหตุการณ์	ผู้ป่วย	ผู้เสียชีวิต	อัตราป่วยตาย
มหาสารคาม	๓	๑๓	๑	๘
เลย	๒	๑๐	๕	๕
ชัยภูมิ	๓	๕	๐	๐
กาฬสินธุ์	๓	๓	๐	๐
รวม	๑๑	๓๑	๖	๑๙
ภาคใต้				
สงขลา	๑	๘	๐	๐
ตรัง	๑	๗	๐	๐
นราธิวาส	๑	๗	๐	๐
พัทลุง	๑	๓	๐	๐
กระบี่	๑	๒	๐	๐
รวม	๕	๒๗	๐	๐
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ				
สระแก้ว	๑	๖	๐	๐
ระยอง	๑	๓	๐	๐
รวม	๒	๙	๐	๐
ภาคกลาง				
สระบุรี	๑	๗	๐	๐
ภาคเหนือ				
เชียงราย	๑	๒	๐	๐
รวมทั้งประเทศ	๒๗	๑๐๒	๑๓	๑๒.๗๕

ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยจากการกินเห็ดพิษ

๑. การกินเห็ดป่าที่ไม่แน่ใจ หรือไม่รู้จักว่าเป็นเห็ดชนิดใด เนื่องจากเห็ดกินได้และเห็ดพิษหลายชนิดมีลักษณะเหมือนกันมากแยกจากกันได้ยากหากไม่มีความชำนาญ จากเหตุการณ์พบว่าส่วนใหญ่ผู้ป่วยเก็บเห็ดด้วยตนเองจากป่าหรือสวนแถวบ้านหรือพื้นที่ซึ่งเคยเก็บเห็ดมากินเป็นประจำ (ร้อยละ ๗๓.๐๘) การเก็บเห็ดในที่เดิมไม่ปลอดภัยเสมอไปเนื่องจากสปอร์ของเห็ดสามารถลอยไปตกได้ไกลจึงพบเห็ดพิษได้ทุกที่แม้ที่ยังไม่เคยเกิดมาก่อน รองลงมาคือมีเพื่อนบ้านเก็บจากป่าแล้วนำมาแบ่งให้ (ร้อยละ ๑๕.๓๘) และซื้อจากตลาดหรือเพื่อนบ้านเก็บมาขาย (ร้อยละ ๑๑.๕๔)

๒. การเก็บหรือซื้อเห็ดรวมโดยไม่มี การนำมาแยกอีกครังก่อนปรุงประกอบอาหาร (ร้อยละ ๖๕.๓๘) เห็ดหลายชนิดมีลักษณะคล้ายกันมากโดยเฉพาะในระยยะตูม หากไม่พิจารณาให้ดีถึงวันหรือไม่มีความชำนาญอาจมีเห็ดพิษปะปนมาด้วย

๓. การกินเห็ดร่วมกับดื่มสุรา (ร้อยละ ๑๑.๕๔) เห็ดบางชนิดกินได้ เช่น เห็ดน้ำหมึก แต่เมื่อกินเห็ดร่วมกับดื่มสุรา จะทำให้มีอาการคลื่นไส้ อาเจียน หน้าแดง ความดันโลหิตต่ำได้

ระยะเวลาที่ผู้ป่วยเริ่มมีอาการหลังกินเห็ดมีตั้งแต่นานเป็นนาทิจนถึงหลายชั่วโมง โดยผู้ป่วยมีอาการตั้งแต่เล็กน้อย ได้แก่ วิงเวียน อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว จนถึงอาการรุนแรงไตวาย ตับวายและเสียชีวิตในที่สุด จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปีผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการและลักษณะของเห็ดรวมถึงอาการแสดงของผู้ป่วย...

ของผู้ป่วย พบเห็นที่มีพิษร้ายแรง ทำลายเซลล์ตับ ได้แก่ เห็นระลอกหินหรือเห็นไข่ตายซากซึ่งชาวบ้านมักเข้าใจผิดว่าเป็นเห็นไข่ห่านหรือเห็นระลอกขาว เห็นที่ทำลายระบบกล้ามเนื้อ ได้แก่ เห็นดำนเลือด ซึ่งมีรูปร่างลักษณะคล้ายเห็นดำนใหญ่มากแยกไม่ได้ด้วยรูปร่างลักษณะที่เห็นด้วยตา เห็นดำนเลือดมีพิษร้ายแรงทำให้กล้ามเนื้ออ่อนแรงถึงตายได้ เห็นที่มีฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลาง ได้แก่ เห็นหมวกจีน และเห็นที่กินร่วมกับเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์จะมีผลต่อระบบประสาท เช่น เห็นหิ่งห้อย เห็นน้ำหมึก เป็นต้น

**** หากมีอาการผิดปกติหลังกินเห็น เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว เป็นต้น ควรรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านและนำตัวอย่างเห็นที่เหลือหรือรูปถ่ายเห็นไปสถานพยาบาลเพื่อประเมินชนิดของพิษที่ได้รับ พร้อมแจ้งผู้รับประทานเห็นร่วมกันให้สังเกตอาการและรีบไปสถานพยาบาลเพื่อรับการตรวจประเมินเช่นกัน

การป้องกันการเจ็บป่วยจากการกินเห็นพิษ ยึดหลัก “เห็น ไม่รู้จัก ไม่แน่ใจ ไม่เก็บ ไม่กิน”

1. ไม่เก็บหรือกินเห็นที่ไม่รู้จักหรือไม่แน่ใจว่ากินได้
2. ไม่เก็บเห็นที่อยู่ในระยะอ่อนมากิน เช่น ระยะเป็นคุ่มหรือคูดที่มีรูปร่างคล้ายไข่อาจจะไม่สามารถแยกเห็นกินได้และเห็นพิษออกจากกัน เนื่องจากมีลักษณะคล้ายกันมากจนไม่สามารถแยกได้ด้วยตาเปล่า
3. ไม่กินเห็นดิบโดยไม่ปรุงให้สุกก่อนกินทำให้เกิดพิษได้ เช่น เห็นน้ำหมาก เป็นต้น
4. ไม่กินเห็นร่วมกับแอลกอฮอล์ เช่น เห็นหิ่งห้อย เห็นน้ำหมึกหรือเห็นถั่วที่ขึ้นตามธรรมชาติ

ความเชื่อผิดๆ ในการตรวจสอบเห็นพิษ

การแยกเห็นกินได้กับเห็นพิษ บางคนมีความเชื่อว่า เมื่อนำเห็นไปต้มรวมกับข้าวสารหรือหอมแดง หากข้าวหรือหอมแดงไม่เปลี่ยนสีแสดงว่าเป็นเห็นกินได้ หรือหากนำเครื่องเงินไปจุ่มในหม้อต้มเห็นแล้วเครื่องเงินไม่ดำแสดงว่ากินได้ หรือเห็นที่มีรอยสัตว์กัดทะเป็นเห็นกินได้ เหล่านี้ล้วนเป็นความเชื่อที่ผิด

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

แนวทางการปฐมพยาบาลที่บ้าน เมื่อกินเห็นแล้วมีอาการผิดปกติ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว ควรปฏิบัติตัวดังนี้

๑. หากมั่นใจว่ากินเห็นเพียงชนิดเดียวและมีอาการผิดปกติเพียงเล็กน้อยหลังจากกินเห็นไม่เกิน ๔ ชั่วโมง เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ถ่ายเหลวเพียงเล็กน้อย ไม่มีอาการหน้ามืดเหมือนจะเป็นลม ไม่เพีย ให้กินผงถ่านกัมมันต์เพื่อดูดซับพิษและสังเกตอาการที่บ้าน ค่อยๆ จิบน้ำเพื่อชดเชยของเหลวที่เสียไป หากเวลาผ่านไป ๑ ชั่วโมง ยังมีอาการมากขึ้นให้รีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้าน

๒. เน้นการรีบไปสถานพยาบาลใกล้บ้านให้เร็วที่สุด เพื่อรับการประเมินและการดูแลรักษาเบื้องต้น

๓. ไม่แนะนำการกระตุ้นให้อาเจียน เนื่องจากจะทำให้เกิดความล่าช้าในการไปสถานพยาบาล และอาจทำให้เกิดการติดเชื้อจากการกินไข่ขาวดิบที่มีการปนเปื้อน เกิดบาดแผลในคอและช่องปากจากการล้วงคอด้วยนิ้วที่ไม่สะอาดหรือเสียบยาว ความดันต่ำหรือระดับเกลือแร่ผิดปกติจากการอาเจียนที่มากเกินไปเนื่องจากพิษจากเห็นทำให้อาเจียนมากอยู่แล้ว

๔. ลดการดูดซึมพิษเห็นด้วยผงถ่านกัมมันต์ ให้รีบกินในปริมาณ ๕๐ กรัม สามารถกินได้เท่าที่มีและไม่ควรทำให้เสียเวลา อาจกินระหว่างเดินทางไปสถานพยาบาล